



## Fiche d'Information pour les Patients Concernés par les Chéloïdes et Cicatrices Hypertrophiques

### Qu'est-ce qu'une chéloïde et une cicatrice hypertrophique ?

- **Chéloïde** : Une chéloïde est une cicatrice épaisse qui dépasse les limites de la plaie initiale (en « pattes de crabe ») sans tendance spontanée à la régression et sujette aux récives.
- **Cicatrice hypertrophique** : Une cicatrice hypertrophique est également une cicatrice épaissie, mais elle reste confinée aux limites de la blessure d'origine et tend à s'améliorer avec le temps.

### Causes

Ces anomalies cicatricielles sont dues à une surproduction de collagène pendant le processus de cicatrisation (anomalie du processus de cicatrisation).

### Facteurs de risque

- Predisposition génétique.
- Peau plus foncée (phototype IV à VI).
- Localisations fréquentes : épaules, dos, thorax, oreilles.
- Traumatismes ou interventions chirurgicales.
- Période pubertaire et grossesse.

### Signes et symptômes

- **Chéloïde** :
  - Nodules cicatriciel d'apparence surélevé, rouge ou rosé, de consistance dure et surface lisse. Extension en pattes de crabes en périphérie de la cicatrice.
  - Peut causer des démangeaisons ou des douleurs.
- **Cicatrice hypertrophique** : idem, mais limitée à la plaie initiale. Régression possible dans les 2 ans.

### Diagnostic

Le diagnostic est clinique, basé sur l'apparence des lésions.

### Traitements

Bien que les cicatrices ne puissent pas disparaître totalement, divers traitements peuvent améliorer leur apparence et réduire les symptômes.

### Traitements physiques

- **Corticoïdes injectables** : pour réduire l'épaisseur des cicatrices.
- **Compression** (vêtements, disques magnétiques pour les oreilles) **ou pansements plaques de silicone** : pour aplatir les cicatrices.
- **Dermocorticoïdes ou tacrolimus topique** : pour le prurit ou en cas de cicatrice jeune avec potentiel d'amélioration.
- **Massages et ergothérapie**.



### Traitements chirurgicaux

- **Excision chirurgicale** : toujours combinée à d'autres traitements pour prévenir la récurrence. (injections, cryochirurgie, laser, et pressothérapie post opératoire).
- **Cryochirurgie** : associée aux injections intra lésionnelles de corticoïdes ou exérèse chirurgicale.

### Autres options

- **Lasers** (vasculaires, fractionnés) : pour améliorer la texture et la couleur.
- **Radiothérapie superficielle** : utilisée dans certains cas résistants.

### Prévention

- Évitez les traumatismes sur les zones à risque, surtout en cas d'antécédent de cicatrice hypertrophique ou chéloïde.
- Appliquez des pansements ou des plaques de silicone après une chirurgie, massages et thérapie compressive en post opératoire (à poursuivre pendant plusieurs mois).
- Surveillez les cicatrices pour une prise en charge précoce.

### Conseils pratiques

- Ne grattez pas les cicatrices.
- Protégez les cicatrices du soleil avec des vêtements ou une crème solaire à indice élevé.

### Quand consulter ?

- Si une cicatrice devient douloureuse ou provoque des démangeaisons.
- Si une cicatrice continue de s'épaissir ou de croître.

Les chéloïdes et cicatrices hypertrophiques sont des réponses cicatricielles anormales, mais des traitements appropriés peuvent améliorer leur apparence et le confort du patient.