



Fiche d'information pour les patients : Dermite Séborrhéique de l'adulte

Qu'est-ce que la dermatite séborrhéique ?

La dermatite séborrhéique est une affection cutanée courante et chronique, caractérisée par des rougeurs, des squames grasses ou sèches, et des démangeaisons. Elle touche principalement les zones riches en glandes sébacées, comme le cuir chevelu, le visage (sourcils, ailes du nez), la poitrine et le haut du dos.

Causes et facteurs de risque

- **Cause exacte inconnue** : Elle est associée à une réponse immunitaire anormale à la levure *Malassezia*, naturellement présente sur la peau.
- **Facteurs aggravants** :
 - Stress et fatigue
 - Climat froid et sec
 - Changements hormonaux
 - Prédispositions génétiques

Symptômes

- Squames jaunâtres ou blanchâtres
- Rougeurs localisées
- Démangeaisons
- Peau grasse sur les zones affectées

Zones fréquemment touchées

- **Cuir chevelu** : pellicules
- **Visage** : sourcils, ailes du nez, menton
- **Thorax** et plis corporels

Traitements disponibles

La dermatite séborrhéique est chronique (la levure fait partie de la flore normale de la peau et peut parfois proliférer ce qui donne les symptômes de la dermatite séborrhéique), mais elle peut être bien contrôlée avec des soins appropriés (en poussée, puis **au long cours**).

- **Shampoings spécifiques** pour le cuir chevelu :
 - Contenant du kétoconazole, du zinc pyrithione ou du sulfure de sélénium
- **Crèmes antifongiques** pour le visage et le corps
- **Traitements doux et réguliers** pour éviter l'irritation.

Conseils pratiques

- Lavez la peau avec des nettoyants doux, sans savon agressif
- Utilisez des shampoings antipelliculaires selon les recommandations de votre médecin
- Hydratez les zones sèches
- Évitez les produits cosmétiques gras ou occlusifs
- Gérez le stress avec des techniques de relaxation

Conclusion

La dermatite séborrhéique n'est pas contagieuse et peut être contrôlée par des soins réguliers. Adopter une routine adaptée et suivre les conseils médicaux permet de réduire les poussées et d'améliorer la qualité de vie.