

Guide pratique sur LA MYCOSE DES ONGLES D'ORTEILS



Qu'est-ce que la mycose des ongles d'orteils

L'onychomycose, ou mycose des ongles ou infection fongique de l'ongle, est une condition qui affecte les ongles d'orteils. Il s'agit d'une condition courante, contagieuse, mais traitable, qui représente environ 50 % de tous les problèmes d'ongles.

La mycose des ongles est une affection évolutive qui ne guérit pas d'elle-même sans traitement. Le bon diagnostic et une intervention rapide peuvent augmenter vos chances de guérison et prévenir la destruction de l'ongle.



Quelles sont les causes des infections fongiques?

Les infections aux ongles d'orteils sont le plus souvent causées par un champignon. Ce champignon envahit habituellement le bord libre de l'ongle et se propage ensuite par les côtés vers le bas de l'ongle. Les champignons aiment les environnements chauds et humides comme ceux des bas et des chaussures.

Cet organisme peut également entraîner des infections fongiques de la peau. Les infections fongiques des ongles d'orteils sont contagieuses et peuvent être transmises d'une personne à une autre, ainsi que d'un orteil à un autre.

Qui est à risque d'une mycose des ongles?

Bien que personne ne soit à l'abri d'une infection, plusieurs facteurs de risque peuvent rendre une personne plus vulnérable à ce type d'infection.

- Être âgé de 55 ans ou plus
- Avoir une circulation sanguine réduite
- Avoir une ancienne ou une nouvelle blessure à l'ongle ou une infection de l'ongle
- Avoir un système immunitaire affaibli (VIH/sida, diabète)

Le fait de marcher pieds nus dans des endroits publics, comme un gymnase, un vestiaire, un spa ou une piscine, peut augmenter les risques de contracter une infection fongique.

1 Canadien
sur **5** 
souffre ou a déjà souffert d'une
infection fongique des ongles d'orteils

Comment puis-je prévenir la mycose des ongles d'orteils?

Même s'il n'est pas toujours possible d'éliminer l'éventualité d'une infection, vous pouvez prendre certaines mesures pour réduire vos risques d'infection ou de récurrence.

- **Gardez vos pieds bien propres et secs**
- **Évitez le vernis à ongles et les ongles en acrylique qui empêchent l'air d'atteindre la surface de l'ongle**
- **Évitez de marcher pieds nus dans les douches, les piscines et les vestiaires publics**
- **Changez souvent de bas et de chaussures**
- **Coupez vos ongles courts et bien droits**
- **Portez des bas et des chaussures de la bonne grandeur, faits de matériaux qui respirent**
- **Désinfectez les coupe-ongles et les autres instruments utilisés pour entretenir les ongles**

Quelles sont les répercussions psychosociales des mycoses des ongles d'orteils?

Les infections fongiques des ongles d'orteils peuvent être une source de détresse affective et avoir des répercussions négatives sur la qualité de vie. Lors d'un sondage réalisé par Léger auprès des Canadiens, 50% des répondants ont indiqué qu'ils évitent de marcher pieds nus ou de porter des sandales à cause de l'apparence de leurs ongles d'orteils.

Les personnes qui souffrent d'une telle infection sont souvent très gênées par l'apparence de leurs ongles d'orteils, surtout durant l'été lorsque ceux-ci sont bien visibles.

Souffrez-vous d'une infection fongique des ongles d'orteils?

Les infections fongiques des ongles d'orteils sont contagieuses, et elles peuvent entraîner de la douleur, une sensation désagréable et des problèmes de mobilité. Si elles ne sont pas traitées, elles peuvent entraîner des complications sérieuses. Si vous éprouvez les symptômes suivants, il est temps de consulter un médecin.

- Vos ongles d'orteils sont cassants et friables
- Vos ongles ont une teinte jaunâtre, blanchâtre ou brunâtre
- Il y a une accumulation de débris sous vos ongles
- Vos ongles d'orteils sont plus épais

Comment établir un diagnostic de mycose des ongles d'orteils?

Un changement temporaire de l'apparence d'un ongle ne devrait pas vous inquiéter. Toutefois, si vous constatez qu'un changement d'apparence dure plus de deux semaines, consultez votre médecin.

Ce dernier examinera vos ongles, il prendra peut-être un échantillon pour l'envoyer au laboratoire, ou il vous référera à un dermatologue spécialisé dans le traitement des affections de la peau, des cheveux et des ongles, ou à un podiatre qui traite les affections touchant les pieds.

Une infection fongique des ongles d'orteils ne guérit pas spontanément sans traitement.



Quels sont les traitements contre la mycose des ongles d'orteils?

Bien que les infections fongiques des ongles d'orteils ne guérissent pas spontanément, il existe plusieurs options de traitement sous ordonnance et en vente libre. Le type de traitement ou la combinaison de traitements utilisés dépend de la gravité de votre infection. Votre médecin est la personne la plus qualifiée pour traiter cette infection. Les traitements administrés ou prescrits par les médecins contre les infections fongiques des ongles d'orteils sont divisés en trois catégories:

1. Traitements topiques

Les traitements topiques sont généralement appliqués directement sur les ongles infectés et exercent un effet local, c'est-à-dire qu'ils agissent contre le champignon dans l'ongle et dans le lit de l'ongle (lit unguéal). Les traitements topiques sont souvent utilisés pour traiter les mycoses des ongles d'orteils légères à modérées.

Les traitements topiques sont absorbés par le corps en plus petites quantités, ils interagissent moins avec les médicaments systémiques (oraux, parentéraux) pris. Il est peu probable que les traitements topiques aient de graves effets néfastes et leurs effets secondaires sont habituellement légers et concentrés sur la zone d'application du médicament.

2. Traitements oraux

Les traitements oraux ont un effet systémique. En effet, la circulation sanguine transporte le médicament jusqu'au lieu de l'infection sans avoir à contourner la dureté de l'ongle. Il est souvent nécessaire d'instaurer un traitement oral pour des infections fongiques de l'ongle qui touchent la racine, aussi appelée matrice de l'ongle.

Comme ils sont absorbés dans le système, les traitements oraux peuvent avoir des interactions avec d'autres médicaments et être toxiques pour le foie. Il est donc nécessaire de surveiller la fonction hépatique lorsque l'on prend des médicaments antifongiques par la bouche.

3. Traitement physique et par la lumière

L'ongle infecté peut être enlevé, en totalité ou en partie, dans le but de permettre au traitement topique d'être appliqué directement sur la partie affectée de l'ongle ou au lieu de l'infection. L'intervention peut se faire au bureau du médecin.

Le traitement au laser est un domaine relativement nouveau qui pourrait éventuellement traiter les infections fongiques. À l'heure actuelle, l'évidence suggère que le traitement au laser à lui seul n'est pas très efficace et peut devoir être utilisé en association avec d'autres traitements.

Parmi les traitements topiques et oraux offerts sur ordonnance contre les infections fongiques des ongles d'orteils, on retrouve:

Marque	Offert au Canada	Présentation	Risque de toxicité hépatique	Interactions médicamenteuses
JUBLIA ^{MD}	2014	Topique	NON	n.d.*
LAMISIL [®]	1993	Orale	OUI	OUI
PENLAC ^{MD}	2004	Topique	NON	n.d.*
SPORANOX [®]	1993	Orale	OUI	OUI

*Non disponible (les études n'ont pas été réalisées).

En plus des traitements sur ordonnance, il existe également des remèdes en vente libre qui ne sont pas

prescrits par un médecin. Les effets secondaires courants peuvent inclure une légère irritation de la peau adjacente à l'ongle atteint ainsi qu'une décoloration inoffensive (blanchiment) de l'ongle atteint. Pour plus de détails sur les options de traitements avec et sans ordonnance, veuillez visiter www.mycosedesongles.ca.

À quoi s'attendre du traitement?

Bien que la plupart des traitements sur ordonnance soient efficaces, une infection fongique prend du temps à guérir. L'infection fongique d'un ongle d'orteil ne disparaîtra pas tant que l'ongle endommagé n'aura pas été remplacé par un ongle sain, exempt de champignon. Comme les ongles poussent lentement, il faut attendre au moins de 12 à 18 mois avant que les ongles d'orteils aient une apparence normale, même lorsque le médicament fonctionne.

Faites preuve de patience et prenez vos médicaments selon les indications de votre médecin. Ce faisant, vous préviendrez les récurrences et diminuerez les risques de transmission de l'infection.

Pour en savoir davantage, visitez mycosedesongles.ca

Les renseignements que contient cette brochure ne sauraient remplacer un appel ou une visite chez le médecin. Nous vous encourageons à consulter votre médecin si vous croyez souffrir d'une infection fongique des ongles d'orteils.

Ce guide est rendu disponible en tant que ressource pour améliorer les connaissances de la population au sujet des infections fongiques des ongles d'orteils.



Canadian Skin Patient Alliance
Alliance canadienne des patients en dermatologie

Votre guide pratique sur la mycose des ongles d'orteils a été endossé par l'Alliance canadienne des patients en dermatologie.