

DERMATOLOGIE

NOS CONSULTANTS



**Dr Pierre-Louis Delaire**  
dermatologue  
en cabinet et à  
la station thermale  
La Roche-Posay



**Dr Gérard Guillet**  
chef du service  
dermatologie  
et dermatologie  
allergologie  
du CHU de Poitiers



L'eczéma touchant surtout les enfants, les stations thermales les accueillent volontiers.

La cure thermale fait partie des options plébiscitées quand un eczéma gâche la vie au quotidien. La solution quand rien d'autre ne marche ?

# ECZEMA Que valent les cures thermales ?

**E**n 2010, près de 20000 personnes ont suivi une cure thermale dans un établissement français pour traiter des problèmes dermatologiques<sup>1</sup>. Parmi elles, plus de la moitié étaient concernées par l'eczéma, affection qui touche environ 3 % des adultes et 15 à 20 % des enfants. Ces derniers représentent d'ailleurs la majorité des curistes : les stations thermales<sup>2</sup> les accueillent souvent dès l'âge de six mois.

**Pour les patients, le bénéfice est réel**

Mais qu'apportent ces cures, qui apparaissent souvent comme la solution de la dernière chance et qui en général sont prescrites à la demande des patients ? Pour 60 % des curistes interrogés lors d'une enquête TNS Healthcare en 2006,

la cure s'est avérée plus efficace que les médicaments seuls. Plusieurs études menées par les exploitants des stations thermales révèlent un bénéfice réel, même si certains médecins regrettent que ces études ne suivent pas le même protocole que les essais cliniques attestant l'efficacité des médicaments.

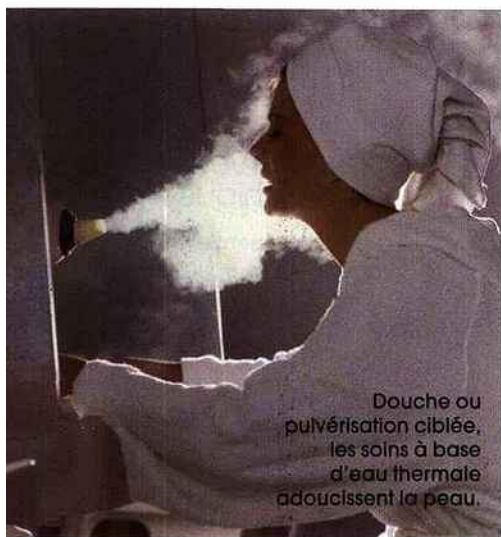
Dans la station d'Avène (Hérault), l'enquête menée chaque année auprès des patients utilise l'outil d'évaluation Scord (*scoring atopic dermatitis*, "score global de gravité de la dermatite atopique"). Il mesure des paramètres objectifs – rougeurs, sécheresse cutanée... – et subjectifs – démangeaisons, insomnies... Entre le début et la fin de la cure, le score total

diminue d'au moins 45 %, la sévérité des démangeaisons (prurit) de 34 % et les insomnies de 72 %. Des résultats positifs en termes non seulement de dimi-

**12**  
C'est le nombre d'établissements thermaux français agréés pour l'indication dermatologique.

nuition des symptômes, mais aussi de qualité de vie. Pour les expliquer, les stations mettent en avant la qualité de leurs eaux, particulièrement riches en oligoéléments.

Mais si ces eaux sont bien supportées par des peaux très réactives, là n'est pas l'essentiel pour les dermatologues. « *L'eau n'est qu'un élément de la cure, il y a aussi tout le reste : ateliers "pommadage", psychothérapies de groupe, réunions d'information avec des médecins...* », dit le Dr Pierre-Louis Delaire, dermatologue à La Roche-Posay



Douche ou pulvérisation ciblée, les soins à base d'eau thermale adoucissent la peau.

Autour des soins sont en effet organisés de nombreux ateliers avec des médecins. Leur objectif : permettre aux curistes de vivre la maladie différemment, en commençant par améliorer l'image de soi. « En cure, le regard des autres est différent. Les patients se retrouvent entre eux et se sentent moins isolés. La cure leur permet de se réconcilier avec leur peau », confirme le Dr Gérard Guillet, chef du service dermatologie au CHU de Poitiers.

### Les curistes apprennent à gérer leur maladie

« L'eczéma perturbe la vie des malades et de leurs familles, ajoute le Dr Delaire. Ces cures sont l'occasion de leur apprendre à gérer cette maladie chronique au quotidien. Pendant trois semaines, on les voit tous les jours, on a beaucoup plus de temps à leur consacrer qu'en consultation. » Un coup de pouce apprécié par les patients : 93 % de ceux qui ont participé à l'école de l'eczéma atopique de La Roche-Posay en 2008 et 2009 ont estimé que les conseils délivrés les aideront à améliorer leur état. C'est sans doute cette dimension "éducative" qui explique le bénéfice à long terme : six mois après leur cure à Uriages-Bains, environ 80 % des patients remarquaient un espacement des poussées, et 76 % jugeaient leur qualité de vie améliorée (enquête Thederma 2008). « La cure ne sert pas à être mieux pendant trois semaines, mais pour tout le

### TÉMOIGNAGES

## Du bon usage des eaux

Deux expériences, un même constat : grâce aux soins et à des conseils, les cures thermales ont transformé la vie de Gabin (et celle de sa mère) comme celle de Stéphanie.

**Gaëlle, 27 ans, maman de Gabin, 2 ans et demi**



### « Si tout va bien, la quatrième cure sera la dernière ! »

Gabin a de l'eczéma quasiment depuis sa naissance. Il vient de faire sa troisième cure. Quand son médecin a commencé à parler de corticoïdes, j'ai suggéré cette option, car les cures m'avaient permis de me débarrasser de l'eczéma dont je souffrais étant petite. S'il a du mal à rester en place pendant les pulvérisations, il adore les bains d'eau thermale ! Depuis sa deuxième cure, il n'a refait aucune grosse poussée et n'a besoin d'aucun traitement en dehors des pommadages. Ça nous a aussi permis d'apprendre quelques astuces, par exemple le distraire quand il se gratte au lieu de lui dire d'arrêter. Si tout va bien, la quatrième cure sera la dernière !

**Stéphanie, 23 ans\***



### « J'utilise moins de cortisone »

J'ai des allergies, de l'asthme et de l'eczéma, depuis toute petite. Vers 18 ans, les plaques se sont concentrées sur le visage et le cou, et aucun traitement ne marchait. Un reportage sur les cures thermales m'a décidée. Après la première cure, j'ai été tranquille six mois. Récemment, j'ai suivi une nouvelle cure : au fur et à mesure des soins, j'ai retrouvé une peau douce. Depuis, j'utilise moins de crèmes à base de cortisone. J'ai aussi participé aux ateliers "hydratation" et "relaxation" : les conseils reçus m'aident beaucoup.

\*Présidente de l'association française de l'eczéma, <http://associationeczema.wordpress.com>

reste de l'année », précise le Dr Pierre-Louis Delaire. À La Roche-Posay, environ 40 % des patients eczémateux refont une cure l'année suivante, et la plupart suivent un cycle de trois cures. Pour le médecin, la cure thermale doit cependant être envisagée en complément des médicaments : « La cure réconcilie les patients avec les thérapeutiques habituelles, en leur réapprenant à utiliser les bons produits et à faire les bons gestes, mais elle ne doit pas remplacer les traitements. » ■ *Laura Chatelain*  
1- Source : Conseil national des exploitants thermaux.  
2- Pour trouver une station : [www.francethermale.org](http://www.francethermale.org)

### Combien ça coûte ?

Une cure de 21 jours, dont 18 de soin, coûte autour de 500 €, hors transport et hébergement. Pour être remboursée, elle doit être prescrite par un médecin traitant ou un spécialiste. Sont remboursés 65 % du forfait thermal et 70 % des honoraires médicaux (tarif conventionnel). Sous réserve d'un plafond de ressources (fixé à 14 664,38 € annuels), une partie des frais de transport et d'hébergement peut également être remboursée.