



HS SOS

GUIDE DE GESTION DES POUSSÉES POUR LES PATIENTS

Je pense avoir une poussée de la maladie. Que dois-je faire?

Cette ressource peut vous aider à reconnaître les symptômes d'une poussée, à les gérer et à y mettre fin.

Les éléments déclencheurs d'une poussée de l'HS sont les suivants²

- Stress accru
- Alimentation riche en sucre et/ou en produits laitiers
- Augmentation de l'activité physique (chaleur, frottement)
- Variation du poids
- Tabagisme
- Cycle menstruel
- Chaleur
- Frottement des zones sensibles
- Vêtements trop ajustés

Les objectifs de traitement doivent se concentrer sur¹



**LA RÉDUCTION DE
L'INFLAMMATION**



**LE CONTRÔLE
DE LA DOULEUR**

Les symptômes d'une poussée vous sont propres et peuvent inclure, sans s'y limiter, les éléments suivants¹

- Augmentation du nombre de nouvelles lésions
- Aggravation des lésions existantes
- Douleur nouvelle ou aggravée
- Écoulements accrus
- Modification de l'odeur des écoulements
- Démangeaisons nouvelles ou aggravées
- Saignements
- Sensation de picotement ou de fourmillement de la peau
- Obstacles à votre vie quotidienne

À faire à la maison pour soulager vos poussées

- Prendre les médicaments prescrits
- Éviter les facteurs déclenchants
- Compresses tièdes pour faciliter le drainage des lésions
- Compresses froides pour diminuer l'inflammation
- Bain tiède
- Garder la région affectée propre et sèche
- Couvrir vos plaies de pansements et les changer régulièrement

Voici quelques mesures que votre professionnel de la santé peut prendre pour atténuer vos poussées³⁻⁴

- **Traitement médical:** crèmes topiques, antibiotiques oraux, autres médicaments systémiques, stéroïdes en injections, biologiques injectables et médicaments contre la douleur.
- **Traitements chirurgicaux:** Incision et drainage / Chirurgie de mise à plat ("Deroofing")

Contactez votre équipe soignante ou allez à l'urgence si l'une des situations suivantes se présente

- Vous suspectez une lésion d'être infectée et vous développez une fièvre persistante (>100.4°F / 38°C)
- Votre douleur n'est pas tolérable avec votre plan actuel de gestion de la douleur ou les médicaments en vente libre disponibles
- Vous présentez de grandes plaques chaudes, roses ou rouges (cellulite) sur la peau et vous avez une fièvre persistante

Pour limiter la fréquence des poussées, surveillez vos symptômes et discutez-en avec votre médecin. Incluez les éléments suivants dans votre carnet de suivi⁵

- Nombre et emplacement de nouvelles lésions
- Niveaux de la douleur, des démangeaisons et de l'écoulement
- Médicaments que vous utilisez, y compris la date à laquelle vous avez commencé à les prendre, la dose et la fréquence
- Tout ce qui, selon vous, a contribué à l'apparition de la poussée, comme des aliments spécifiques, le niveau de stress et l'exercice physique

RÉFÉRENCES

1. Fernandez JP, Thompson AS, Kirby JS, et al. Characterizing physical symptoms of exacerbation in hidradenitis suppurativa: a patient survey. Br J Dermatol. 2021;184(1):160-162.
2. Thompson AM, Fernandez JM, Rick J, et al. Identifying triggers for hidradenitis suppurativa exacerbation: a patient survey. Br J Dermatol. 2021;185(1):225-226.
3. Alikhan A, Sayed C, Alavi A, et al. American clinical management guidelines for hidradenitis suppurativa: a publication from the United States and Canadian Hidradenitis Suppurativa Foundations: Part II: Topical, intralesional, and systemic medical management. J Am Acad Dermatol. 2019;81(1):91-101.
4. Zouboulis CC, Desai N, Emtestam L, et al. European S1 guideline for the treatment of hidradenitis suppurativa/acne inversa. J Eur Acad Dermatol Venereol. 2015;29(4):619-644.
5. Hsiao J, Shi V. Hidradenitis Suppurativa Patient Guide. HS Patient Guide. Publié le 23 mars 2023. Accédé en février 2024, <https://hspatientguide.com/>

CONCEPTION - MARS 2024

Dre Janie Bujold MD, FRCPC, dermatologue, Maria, Québec.
Dre Susan Poelman MSc, MD, FRCPC, dermatologue, Calgary, Alberta
Dre Héliane Veillette, MD, FRCPC, dermatologue, Québec, Québec
Révision par un patient partenaire

Cet outil a été rendu possible grâce à une subvention éducative sans restriction d'UCB Canada