



# HERPES LABIAL – BOUTON DE FIEVRE

**IMPRESSION FACILE** : vous pouvez imprimer seulement les pages qui vous intéressent (choisir le numéro de page sous impression).

Nous avons essayé de mettre un ou au maximum deux thèmes (ex. définition, statistiques, causes,...) sur chaque page pour imprimer par exemple seulement le thème qui vous intéresse

## Sommaire

<b>Guide pour soigner l'herpès labial</b>	<b>2</b>
<b>Définition</b>	<b>3</b>
<b>Causes</b>	<b>4</b>
<b>Symptômes</b>	<b>5</b>
<b>Diagnostic</b>	<b>5</b>
<b>Complications bouton de fièvre</b>	<b>6</b>
<b>Quand consulter un médecin ?</b>	<b>6</b>
<b>Traitement</b>	<b>7</b>
<b>Phytothérapie</b>	<b>8</b>
<b>Homéopathie</b>	<b>8</b>
<b>Conseils thérapie</b>	<b>9</b>
<b>Conseils prévention</b>	<b>10</b>
<b>Sur le web – en savoir plus</b>	<b>11</b>
<b>Informations de rédaction et copyright</b>	<b>11</b>

## **Guide pour soigner l'herpès labial**

### **1.**

La **première chose** à faire est d'appliquer dès les premiers symptômes des boutons de fièvre (picotement, douleurs dans la lèvre,...) une crème à base d'*aciclovir* (par ex. Activir® ou ses génériques) sur l'endroit où débute l'herpès labial. Appliquez une quantité identique à une tête d'épingle de cette crème et répétez son application chaque 4 heures, avec une pause pendant la nuit.



### **2.**

**Ensuite**, une fois les vésicules d'herpès bien visibles, vous pouvez continuer l'application d'une crème à l'*aciclovir* ou à base d'un autre antiviral (*valaciclovir*,...) mais vous pouvez aussi utiliser une crème à base de *sulfate de zinc* pour assécher les vésicules des boutons de fièvre (à utiliser de préférence aussi dès les premiers symptômes) ou des patches invisibles (par ex. Compeed® Boutons de Fièvre), efficace pour favoriser le processus de cicatrisation. Il est également possible d'utiliser une crème à base de **mélisse** comme alternative naturelle.

### **3.**

**Finalemment**, tout au long de l'herpès labial et de ses symptômes désagréables, l'application d'un glaçon sur les vésicules de l'herpès labial permet de calmer les douleurs et ralentit le développement du virus.

## Définition

Le **bouton de fièvre** (herpès labial) est une maladie infectieuse provoquée par un **virus** (DNA virus) nommé **herpes simplex virus** de type I (=HSV1), remarquons que le virus *herpes simplex virus de type II* (=HSV2) peut aussi occasionnellement être responsable de l'herpès labial même si ce dernier provoque habituellement l'**herpès génital**.

L'herpès labial est une maladie **infectieuse** qui s'avère être **très contagieuse** lors de contact direct avec les lésions d'une personne à l'autre ou lors de sécrétions de salive (sous forme de gouttelettes).

Il faut noter que le virus du bouton de fièvre (HSV1) reste "caché" au niveau du tapi dans des ganglions à la base du cou et peut (ré)apparaître à n'importe quel moment.

## Statistiques - Epidémiologie



On estime que **70 à 90%** (chiffre de 90% aux USA) des **adultes du monde entier** sont **porteurs** du virus de l'herpès HSV1, mais sans pour autant que la maladie ne se manifeste dans tous les cas.

En **France** on estime que plus de 7 millions de personnes (plus de 10% de la population) sont concernées par l'herpès labial.

La maladie, sous sa forme symptomatique (visible), ne se développerait annuellement que chez environ 50% des porteurs avec en général **une à deux poussées d'herpès** par an. Malheureusement 5 à 10 % des porteurs connaîtraient plus de 6 récurrences (poussées) d'herpès par an.

Comme on peut le voir à travers ces chiffres, l'**herpès labial** est véritablement une des **maladies infectieuses les plus fréquentes** dans le monde.

## Causes



Les **boutons de fièvre** sont **causés** par un **virus** (HSV1 en général) et se transmet par contact direct entre deux personnes.

Une fois le virus acquis, **certains facteurs** peuvent toutefois favoriser son apparition, ce sont par exemple :

- **les rayonnements du soleil**, en particulier les UVB, (>> voir notre page spéciale sur le [soleil et la peau](#)) mais également les rayons UV synthétiques (solarium). Le soleil serait responsable de 25% des récurrences du bouton de fièvre.

- des **maladies infectieuses** comme : la [grippe](#), un [syndrome grippal](#), un [rhume](#),...

- la **fièvre** (souvent dû à une fragilisation du système immunitaire)

- des problèmes **psychiques** ou **nerveux** comme par exemple le **stress** (surcharge de travail,...) ou une surcharge d'émotions

- la **fatigue** (aussi après un décalage horaire ou jet-lag ainsi qu'au retour de vacances,...)

- le **froid**

- les **plaies** ou **blessures**, notamment au niveau de la bouche (après une exposition au soleil et l'apparition d'ampoule)

- une **faiblesse** du système **immunitaire** par exemple lors de grande fatigue ou des maladies du système immunitaire (SIDA,...)

- les **règles** (menstruation) et la **grossesse** (variations hormonales en général)

## **Symptômes**



Les boutons de fièvre se caractérisent en général par de **petites vésicules** qui débutent en général par l'émission d'un liquide clair et une rougeur autour des vésicules, puis les vésicules deviennent rapidement **opaques**, s'ouvrent et une croûte **jaunâtre** apparaît.

Les boutons de fièvre sèchent en général en 8 jours. L'herpès labial ne laisse en général pas de cicatrices.

Les boutons de fièvre ne laissent en général pas de cicatrices.

La **douleur** des vésicules de l'herpès est souvent **piquante** (ressenti en général sous forme de fourmillements), **brûlante** et très démangeante, ces désagréments peuvent durer **plusieurs jours** (en général 7 à 10 jours).

De la **fatigue**, des **maux de tête** et de la **fièvre** peuvent parfois également accompagner les boutons de fièvre.

## **Diagnostic**

Le médecin posera le **diagnostic** de l'herpès labial en vous examinant et en vous posant des questions ciblées (notamment sur la transmission). Habituellement aucun test sanguin ou examen supplémentaire n'est effectué pour diagnostiquer cette infection.

## **Complications bouton de fièvre**



Le **bouton de fièvre** est la plupart du temps une maladie **bénigne**. Toutefois le virus de l'herpès présent autour de la bouche peut se propager à d'**autres parties** du visage ou du corps. Par exemple de l'herpès au niveau des **yeux** doit vous inciter à vous rendre chez votre médecin.

Des personnes immunodéprimées (SIDA,...) peuvent connaître des complications plus importantes avec l'herpès labial qu'un sujet normal.

Finalement les petits enfants et les femmes enceintes peuvent plus facilement subir des complications.

## **Quand consulter un médecin ?**

Il est recommandé de consulter un médecin lorsque :

- l'herpès labial est accompagné d'une **fièvre élevée**
- lorsque la région des **yeux** est touchée
- en cas d'herpès labial qui s'étend à d'autres régions que les lèvres
- lorsque l'herpès labial survient pendant la **grossesse**
- lorsque le bouton de fièvre survient plus de 6 fois par an (le médecin peut alors vous prescrire un médicament à prendre en comprimé, généralement à base d'aciclovir)

*Remarque* : liste non exhaustive, pour tout symptôme suspect veuillez consulter votre médecin.

## Traitement



En cas de **bouton de fièvre**, appliquez une **crème** appropriée **dès l'apparition** de l'herpès, ou plutôt dès que vous ressentez les premiers picotements.

Les crèmes contre l'herpès se composent souvent d'un agent **antiviral** (médicaments analogues des nucléosides), le plus connu et parmi les plus efficaces est le (principe) actif **aciclovir**.

**Remarque sur les pommades à base d'aciclovir:** certaines autorités de santé (comme en France la "Haute Autorité de santé") estiment que ces préparations à base d'antiviraux en usage externe (crèmes) sont peu efficaces et ne les recommandent donc pas, car il n'y a pas eu jusqu'à présent une preuve claire de leurs efficacités.

Il existe également d'autres molécules ayant un effet positif sur le virus de l'herpès et proches de l'*aciclovir*, comme le *valaciclovir*, le *penciclovir* ou le *famciclovir*. On conseille de prendre des médicaments sous forme de comprimés à base d'*aciclovir* ou de *valaciclovir* par exemple seulement lors de poussées récurrentes d'herpès labial (plus de 6 crises par an), ces médicaments sont en vente sur ordonnance. Parlez-en à votre médecin pour qu'il vous prescrive la meilleure molécule.

Des crèmes à base de **sulfate de zinc** en vente libre en pharmacie peuvent aussi être utilisées, celles-ci vont **désinfecter** et **assécher** les vésicules herpétiques, ces pommades sont en général à appliquer au début de l'apparition de l'herpès, demandez conseil dans votre pharmacie pour des spécialités à base de *zinc*.

Vous pouvez aussi utiliser des **patchs** invisibles (par exemple Compeed® Bouton de Fièvre), à appliquer sur les boutons de fièvre, médicament à base d'*hydrocolloïde*. Efficace pour favoriser la formation de croûtes, aider à la cicatrisation, limiter des sensations de brûlures ou de douleur et éviter de contaminer d'autres personnes.

**Remarque:** malheureusement les traitements contre l'herpès labial à disposition ne soignent à l'heure actuelle que les **symptômes** et non la cause, il faudra ainsi répéter les traitements lors d'apparition de l'herpès et cela dès les premières démangeaisons.

## Phytothérapie



La **mélisse**, grâce à ses **huiles essentielles**, appliquée sous forme de pommade sur les vésicules du bouton de fièvre exercerait un **effet antiviral** et soulagerait efficacement l'herpès labial (prouvé par des études cliniques).

Il existe également des préparations (en France surtout) à base d'huiles essentielles de **thym**, de genièvre, de marjolaine, de ravintsara, etc. Demandez conseil à votre pharmacien pour trouver une pommade adaptée pour soigner l'herpès labial à base d'huiles essentielles.

## Homéopathie



Divers remèdes **homéopathiques** peuvent être utilisés pour soigner l'herpès labial:

- **Vaccinotoxinum** 30CH ou 9 CH en général en dose (à prendre dès les premiers symptômes), *posologie*: 2 à 3 prises dans la journée

- **Rhus toxicodendron** en **9CH** ou 7CH en général en granules. *posologie*: en traitement de fond, 3 granules par prise à répéter dans la journée (par ex. 6 fois par jour), éloigné des repas.

Pour de plus amples informations demandez conseil à un homéopathe.

## **Conseils thérapie**

- L'application d'un **glaçon** sur les boutons de fièvre pendant quelques minutes plusieurs fois par jour permet de diminuer les sentiments de **douleurs** et permettrait de diminuer le développement du virus.

Ce mécanisme reposerait sur le **froid** qui pourrait avoir un effet négatif sur le virus et sur le principe que le froid a toujours par lui-même un effet calmant et anti-douleur.

Appliquer les crèmes antivirales dès les **premiers symptômes, le plus vite sera le mieux !**

En général l'application de crèmes antiherpétiques une fois les vésicules herpétiques présentes n'est plus vraiment utile.

- Eviter d'**embrasser** d'autres personnes surtout lors de poussées (phase aiguë de l'herpès) car la contamination est maximale ! L'herpès labial étant une maladie **hautement contagieuse**.

- Eviter de **toucher** ou gratter les vésicules, attention à ne pas (se) toucher les yeux.

- Ne pas avoir de contact rapproché avec des **enfants** en bas âge ou atteints d'eczéma particulièrement lors de poussée d'herpès.

- Lorsque les **croûtes disparaissent** il est conseillé d'appliquer une **crème désinfectante** ou une crème à base de **lysosyme** plusieurs fois par jour.

- Vous pouvez appliquer du **miel** sur les boutons de fièvre, selon une étude de chercheurs de Dubaï, le miel serait autant efficace que les [médicaments à base d'aciclovir](#). Pour la **posologie** : appliquer le miel 4 fois par jour sur les boutons de fièvre pendant 15 minutes

- Faire attention avec les **lentilles de contact**, ne pas les humidifier avec votre salive, pour éviter tout risque de contamination de l'oeil (herpès).



## Conseils prévention



- Connaître les **facteurs déclencheurs** de l'herpès, car on sait que le virus de l'herpès labial reste toujours caché au même endroit mais peut ressortir sous **certaines conditions** comme en cas de :

- **exposition(s) au soleil**, responsable de 25% des cas de récurrences de bouton de fièvre
- règles et grossesse
- choc émotionnel, stress
- fièvre
- dépression immunitaire
- refroidissements ou grippe

Vous pouvez ainsi, en connaissant ce qui va déclencher l'herpès **prendre**

**des mesures préventives.**

- Si l'éruption de vésicules herpétiques se répète à chaque exposition prolongée au **soleil**, il faut **protéger les lèvres** avec un produit solaire à **haut degré de protection avant l'exposition** (par ex. indice 50+).
- Bien se laver les **main**s et le visage et respecter des règles d'hygiène strictes (éviter d'échanger les sticks à lèvres,...)
- Pour les personnes souffrant d'**herpès labial à répétition** (plus de 6 poussées par an), le médecin peut prescrire des **antiviraux** à titre **préventif** à prendre chaque jour. Cela peut être pratique si on veut absolument éviter d'avoir un bouton de fièvre à un jour J (mariage, entretien d'embauche, présentation importante,...).

## ***Sur le web – en savoir plus***

Venez en parler sur notre forum : [forum bouton de fièvre](#)

## ***Informations de rédaction et copyright***

- Dossier écrit par Xavier Gruffat, Pharmacien
- Dernière mise à jour de la page : 27 juillet 2010 (pour les dernières mises à jour merci de vous rendre sur le site [Creapharma.fr](http://Creapharma.fr))
- Creapharma.ch et Creapharma.fr, des sites édités par Pharmanetis Sàrl – CH-6300 Zoug [www.pharmanetis.com](http://www.pharmanetis.com)
- Creapharma est une marque protégée par Copyright en Suisse et en France