

# Les corticostéroïdes topiques

## Pour calmer une inflammation de la peau



Votre médecin vous a prescrit un médicament à base de cortisone à appliquer sur votre peau. Cette fiche vous explique comment il s'utilise et combat aussi des idées fausses sur ce type de médicament.

### Pourquoi mon médecin m'a-t-il prescrit ce médicament ?

Vous avez une affection qui cause une inflammation de la peau. Cela peut donner :

- des rougeurs
- des plaques
- des démangeaisons

Les corticostéroïdes à appliquer sur la peau (topiques) sont **très efficaces** pour calmer cette inflammation et diminuer ces symptômes.

### Sous quelle forme se trouve ce médicament ?

Il en existe plusieurs : crème, onguent, lotion, gel, mousse, etc. Chacune se trouve en différentes forces. Votre médecin vous a prescrit le produit qui convient à votre cas.



### Y a-t-il des précautions à prendre ?

Oui. Il est important de **prendre seulement le produit qui vous a été prescrit**. Ce produit a la bonne force. De plus, il est adapté à la région de votre peau à traiter. S'il y a différentes régions à traiter, vous aurez peut-être besoin de plus d'un produit.

**Ne prêtez pas votre produit.** Vous ne pouvez pas vous fier au pourcentage de l'ingrédient actif pour comparer 2 produits. Par exemple, une crème à 0,1 % d'un ingrédient actif X peut être beaucoup plus forte qu'une autre à 2 % d'un ingrédient Y.

### Comment l'appliquer ?

Vous devez le faire de façon à **couvrir la ou les régions de la peau touchées**.

Une à deux applications par jour suffisent.

Voyez comment l'appliquer étape par étape à l'annexe 1 page 3.

## Quelle est la durée du traitement ?

Elle varie selon le cas. En général, vous devez traiter votre peau dès l'arrivée des symptômes, jusqu'à ce qu'ils disparaissent. S'ils reviennent (par exemple, en cas d'eczéma ou de psoriasis), vous devez traiter à nouveau.

## Peut-il y avoir des effets secondaires ?

Ils sont très rares. Sur la peau, la cortisone n'a pas les mêmes effets que si elle est prise par la bouche ou injectée.

Par erreur, certaines personnes craignent la cortisone sur la peau. Cela les amène à ne pas utiliser leur médicament comme il faut. Leur problème de peau se détériore alors souvent.

Voyez quelques mythes sur ces médicaments à l'annexe 2 page 4.

## Est-ce que ces médicaments amincissent la peau ?

Cela peut arriver mais c'est rare si vous suivez les directives de votre médecin. En général, l'amincissement est dû à un long usage d'une cortisone de force élevée. Cela survient juste à l'endroit où la cortisone a été mise. Ce n'est pas dangereux.

Si cela arrive :

- 1 Arrêtez le traitement. Votre peau tendra à reprendre son allure normale.
- 2 Appelez votre médecin. Il pourrait vous proposer un produit moins fort.

Notez que la peau risque plus de s'amincir dans les plis (ex. : aux aines, aux aisselles), sous un pansement et là où elle est déjà mince (ex. : paupières, peau qui couvre les testicules).

## Puis-je prendre ces médicaments enceinte ou en allaitant ?

Oui, si votre médecin le juge nécessaire. Toutefois, si vous allaitez et que vous devez traiter vos mamelons, appliquez ces médicaments **après** avoir allaité.

## Dans quelles situations devrais-je consulter ?

Revoyez votre médecin si vos symptômes ne s'améliorent pas ou s'ils s'aggravent.



## Où dois-je ranger mon médicament ?

Rangez-le dans un endroit sûr (hors de la portée des enfants), à la température de la pièce. Refermez bien le bouchon ou le couvercle après l'avoir utilisé.

## À qui demander de l'aide ou poser des questions ?

Parlez à votre pharmacien ou à votre médecin lors du prochain rendez-vous. En cas de question urgente sur ce médicament, appelez la **ligne Santé Patient CHUM** au **514 890-8086**.



### RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site [chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)

*Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.*

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal  
[chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)

Suivez ces étapes pour appliquer le médicament de façon correcte. Dans cet exemple, le produit est une crème. Mais quelle que soit la forme, les étapes restent les mêmes.



Pensez à bien vous laver les mains avant et après l'application.



**1-** Mettez une petite quantité de crème sur votre main (paume ou dos).



**2-** Avec votre doigt, prenez un peu de crème.



**3-** Posez la crème sur la zone de peau à traiter. Puis étalez-la avec des mouvements légers. Mettez-en une bonne couche.



**4-** La zone de peau à traiter doit être toute couverte. La crème peut même déborder un peu de la zone.

**Vous n'avez pas besoin de faire pénétrer la crème complètement. Votre peau l'absorbera.**

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal  
[chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)

Voici quelques mythes répandus au sujet des médicaments à base de cortisone à appliquer sur la peau.

### MYTHE

**Il faut mettre les médicaments à base de cortisone en couche mince.**

**RÉALITÉ :** Il faut en mettre assez pour couvrir complètement vos lésions. Votre médecin pourrait même vous demander de l'appliquer en couche épaisse.



### MYTHE

**Ces médicaments jouent sur les hormones du corps.**

**RÉALITÉ :** En général, la cortisone sur la peau ne passe pas dans le sang. Elle ne peut donc pas dérégler les hormones de votre corps. Dans de très rares cas, après une longue utilisation sur de grandes surfaces du corps, il pourrait y avoir un effet sur vos hormones. Cet effet est réversible. Votre médecin vous suivra de plus près si c'est le cas.

### MYTHE

**Ils sont un remède contre l'eczéma.**

**RÉALITÉ :** L'eczéma est malheureusement un problème de peau chronique dont on ne guérit pas. Ces médicaments sont efficaces pour améliorer et contrôler l'état de votre peau, mais ils ne guériront pas votre eczéma.

### MYTHE

**On peut avoir des taches si on va au soleil avec ces médicaments sur la peau.**

**RÉALITÉ :** Des taches plus foncées ou plus pâles et qui restent sont plutôt dues à votre problème de peau. Ces médicaments ne vous rendent pas plus sensible au soleil. Il n'y a aucune contre-indication à aller à l'extérieur après leur application.

Comme d'habitude, il est recommandé d'appliquer un écran solaire avant de s'exposer au soleil. L'écran peut être mis avant ou après les corticostéroïdes topiques.



Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal  
[chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)