

LE ZONA

Maladie infectieuse due à la réactivation du VZV (virus zona varicelle). Après guérison de la varicelle, le virus reste à l'état "dormant" au niveau des ganglions : le zona nécessite donc un épisode de [varicelle](#) au préalable.

NOTIONS CLÉS



Il peut survenir lors :

- d'une baisse momentanée des défenses immunitaires (fatigue, stress...),
- d'une maladie entraînant un déficit immunitaire (VIH, cancer, maladie infectieuse, etc),
- de façon naturelle avec la baisse des défenses naturelles liées à l'avancée de l'âge.

Une personne présentant un zona est contagieuse et peut induire une varicelle chez une personne ne l'ayant jamais eue, l'inverse n'est pas possible. Le zona ne peut pas induire un zona chez une autre personne.

L'homme en est le seul réservoir. Le zona peut survenir à tout âge mais touche préférentiellement les personnes de plus de 50 ans et les femmes.

SYMPTÔMES



Les symptômes se caractérisent par des sensations de brûlures suivies par l'éruption douloureuse de boutons **d'un seul côté du corps**. Ces douleurs sont dues à l'inflammation des nerfs à cause de la propagation du virus : on parle de névralgies. Les douleurs sont importantes et parfois prolongées.

Les vésicules finissent par former une croûte au bout de quelques jours comme pour la varicelle et tomber en laissant en place des cicatrices claires. Il guérit généralement en 2-3 semaines.

Il se localise majoritairement au niveau du thorax (**zona intercostal**) mais il peut aussi toucher le dos (surtout au niveau lombaire), le bas du ventre (parfois jusqu'aux organes génitaux), le visage, notamment autour d'un œil (**zona ophtalmique** dans 5 à 10% des cas, souvent source de complications), d'une oreille ou de la bouche.

Les **douleurs post-zostériennes** sont la complication majeure du zona, correspondant à des douleurs de forte intensité et persistantes minimum 3 mois après la disparition des boutons. Elles sont fréquentes chez les personnes âgées et peuvent être **définitives** et très **invalidantes**.



VACCINATION



- En France, la [vaccination](#) contre le zona est recommandée chez certaines populations :
- **Les adultes immunocompétents de 65 ans et plus**
- Les personnes avec des **antécédents de zona** ou de vaccination par le vaccin **Zostavax**®.
- Adultes de plus de 18 ans **immunodéprimés**

Le vaccin **Shingrix**® permet de diminuer la survenue de zona et le risque de douleurs post-zostériennes.

Par mesure de précaution, il est préférable de ne pas utiliser **Shingrix**® pendant la grossesse. Chez les femmes allaitantes, l'administration du vaccin **Shingrix**® doit être évaluée au cas par cas.

TRAITEMENT



Il faut respecter des **règles d'hygiène** et ne pas se gratter :

- préférer des douches aux bains (le contact prolongé avec l'eau ralentit le séchage des croûtes),
- pratiquer une fois par jour un nettoyage avec un antiseptique à base de chlorhexidine sur les boutons pour éviter les surinfections,
- ne pas utiliser de talc, éosine, gel ou crème contenant des antibiotiques, des corticoïdes, des anesthésiques ou des antihistaminiques,
- porter des vêtements amples afin d'éviter le contact avec la zone atteinte.

Pour la douleur au moment de l'éruption des boutons : traiter avec du **paracétamol**.

Il ne faut **jamais utiliser d'ibuprofène ou d'aspirine** (risque de réactions allergiques très graves et de surinfections cutanées graves).

Il existe un traitement anti-VZV devant être instauré dans les 72 heures suivant le début des éruptions, pour empêcher le virus de se multiplier, diminuer l'intensité des douleurs et limiter la survenue de complications.

Pour les douleurs post-zostériennes, la prise en charge repose sur des médicaments plus spécifiques des atteintes des nerfs nécessitant, une consultation et une prescription du médecin.

SOURCES :

E.Pilly 2025, 28e édition
www.santepubliquefrance.fr
sante.gouv.fr

Calendrier vaccinal 2025
www.ameli.fr

Copyright MedQual©
18/07/2025

