

Acné : le plus souvent sans gravité



La plupart des adolescents sont atteints d'acné un jour ou l'autre. Cette acné est généralement peu développée, et disparaît souvent seule.

Microkystes et comédons

● La peau contient de petites glandes (les glandes sébacées) qui produisent un liquide gras, le sébum. À la puberté, sous l'action des hormones, chez les filles comme chez les garçons, la production de sébum augmente : la peau est "grasse".

● Lorsque l'orifice par où sort le sébum se referme, les glandes sébacées forment des microkystes ("points blancs"). Les microkystes peuvent s'ouvrir, constituant des comédons ("points noirs").

● Parfois, des bactéries provoquent une inflammation des microkystes qui deviennent rouges (ou sombres sur peau noire) et douloureux, et qui gonflent : ces boutons sont appelés papules ou nodules (quand ils sont plus gros) ou pustules (quand ils renferment du pus).

Le diagnostic est souvent facile

● Il suffit en général d'observer la peau pour faire le diagnostic d'acné. Dans de rares cas, le médecin peut hésiter avec une autre maladie de peau.

● Des médicaments (en particulier des traitements hormonaux) peuvent provoquer ou aggraver une acné. Les huiles et les cosmétiques gras favorisent aussi l'acné.

● Le soleil donne parfois l'impression de diminuer l'inflammation de l'acné, et le bronzage rend les lésions moins visibles. Mais il existe souvent une poussée importante d'acné après l'été. Il est préférable d'éviter de s'exposer au soleil.

Des symptômes fréquents, le plus souvent sans gravité

● L'acné atteint plus de 80 % des adolescents. Le plus souvent, elle guérit spontanément avant l'âge de 20 ans chez les garçons, de 22 à 25 ans chez les filles.

● En général, l'acné est limitée au visage. Elle s'étend parfois aux épaules et au haut du thorax ou du dos. Plus rarement, elle atteint la nuque, les fesses, les membres. Parfois les lésions sont nombreuses, enflammées et douloureuses, pouvant être à l'origine de cicatrices. Très rarement, une acné s'accompagne de fièvre, de douleurs et de fatigue.

● Il arrive qu'une acné diminue la confiance en soi et aggrave des troubles anxieux ou une dépression.

● En général, l'acné pose seulement quelques problèmes esthétiques temporaires. C'est désa-

gréable, mais ce n'est pas grave : l'acné ne se transforme pas en cancer, par exemple. Une bonne hygiène et, si besoin, des traitements simples suffisent la plupart du temps.

©Prescrire - février 2014

Sources :

- "Acné. L'essentiel sur les soins de premier choix" *Rev Prescrire* 2014 ; **34** (364) : 123-126.
- "Acné et soleil : mieux vaut ne pas s'exposer" *Rev Prescrire* 2009 ; **29** (313) : 843.