

Habillement et hygiène au cours de la maladie de Verneuil



La maladie de Verneuil (ou hidradénite suppurée) est une maladie inflammatoire chronique et douloureuse de la peau.

Au-delà des traitements médicamenteux et chirurgicaux, de petites adaptations dans vos habitudes quotidiennes peuvent vous aider à mieux vivre avec la maladie.

Cette brochure vous propose des conseils pour choisir des vêtements adaptés et prendre soin de votre peau au quotidien.

Bonne lecture !

1 Faire le point

Vrai ou faux ?

“ Un manque d'hygiène peut causer la maladie de Verneuil ”



FAUX

Les causes de la maladie de Verneuil restent inconnues, mais il est certain qu'elles ne sont pas liées à une mauvaise hygiène.

“ Même avec la maladie, je peux m'habiller selon mes envies ”



VRAI

Vous pouvez tout à fait choisir vos vêtements selon vos goûts, mais il est parfois préférable de **privilégier certains tissus** (naturels comme le coton ou le lyocell) et des coupes amples pour réduire les frottements.

Les **pansements** bien réalisés aident aussi à limiter les irritations au contact des vêtements.

Il existe également des **vêtements spécialisés** (tee-shirts, sous-vêtements) conçus pour absorber la transpiration et réduire les frottements.

Cependant, ils restent difficiles à trouver en France et souvent coûteux.

En plus de vos traitements pour la maladie de Verneuil, **de petits gestes au quotidien** — comme adapter vos vêtements et vos habitudes d'hygiène — **peuvent réduire les frottements, limiter les irritations et espacer les poussées**



2

Place à l'action

Je prends soin de ma peau avec des gestes simples

Quelques conseils pour prendre soin de votre peau :



VÊTEMENTS

À PRIVILÉGIER

- Les vêtements **amples** pour limiter les frottements.
- Les tissus **naturels** comme le 100 % coton ou à base de bambou, plus absorbants et respirants.

À ÉVITER

- Les vêtements **trop serrés** (y compris les soutiens-gorge), qui provoquent des frottements et favorisent les poussées.
- Les tissus **synthétiques** (polyester, nylon...) qui retiennent la transpiration.

Le saviez-vous ?

Il existe des vêtements en coton imprégnés d'argent. Ils sont à la fois absorbants et antimicrobiens.



SOINS D'HYGIÈNE

Les preuves scientifiques quant à l'impact de l'utilisation de certains produits d'hygiène et cosmétique sur la maladie de Verneuil restent limitées.

En règle générale, **il est recommandé de privilégier des produits sans alcool, sans parabène et sans parfum afin de limiter l'irritation de la peau.** Par exemple :



Un savon doux, type surgras ou sans savon.



Un déodorant sans alcool et/ou sans aluminium.

De nombreuses personnes atteintes de la maladie de Verneuil constatent que les sprays sont moins irritants que les formats solides.

Les « roll-on », quant à eux, peuvent obstruer les pores et aggraver les symptômes.



Un savon cuivre/zinc à action antimicrobienne

Chacun peut réagir différemment aux produits.

Si un produit vous irrite la peau ou aggrave vos poussées, cessez de l'utiliser et parlez-en à votre dermatologue. **Il pourra vous conseiller des produits plus adaptés à votre peau.**





POILS

Dans la maladie de Verneuil, l'inflammation des follicules pileux (racines des poils) peut jouer un rôle dans le déclenchement des poussées.

Si vous avez constaté qu'épiler certaines zones vous soulage, voici les méthodes à privilégier et celles à éviter :

À PRIVILÉGIER



La tondeuse

Sans risque de blessure

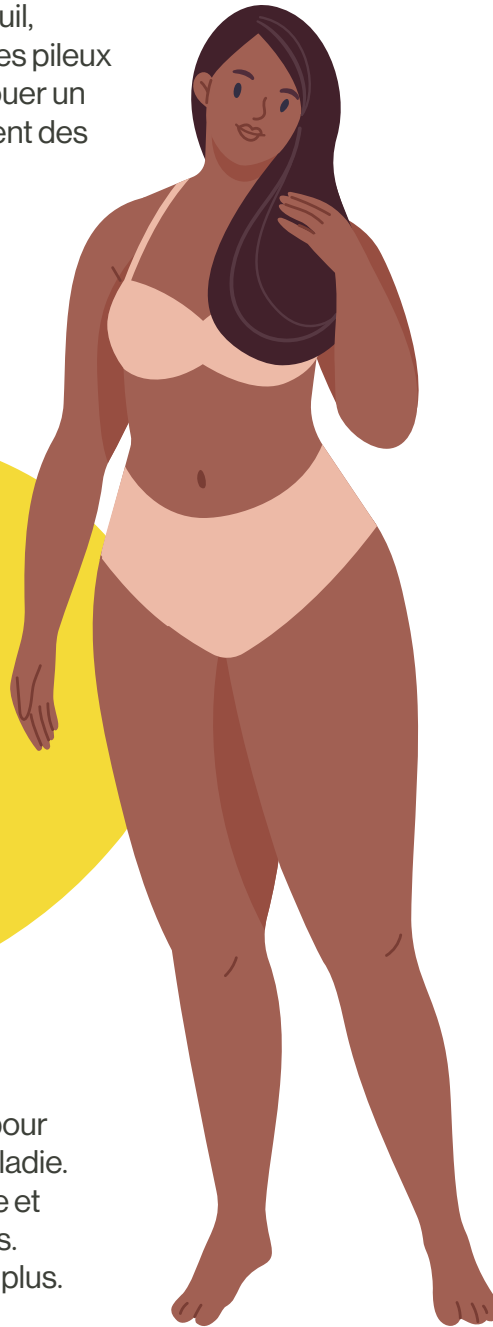


L'épilateur électrique

Retire le bulbe pileux en totalité et moins douloureux que la cire

Le saviez-vous ?

L'épilation au laser peut être envisagée pour les formes légères ou modérées de la maladie. Cependant, cette technique est coûteuse et prise en charge sous certaines conditions. Parlez-en à votre médecin pour en savoir plus.



À ÉVITER



Le rasoir à lame



L'épilation à la cire

Ces techniques ont tendance à :

- Irriter la peau
- Favoriser la repousse sous la peau
- Déclencher de nouvelles poussées



PANSEMENTS

Ils sont recommandés :

lors de suppuration (écoulement)

→ pour absorber et réduire les odeurs

lors de l'apparition d'un abcès

→ pour réduire les frottements sur la zone



Privilégiez l'utilisation de **pansements hydrocellulaires siliconés** par rapport aux pansements « classiques » :

- Leur retrait est moins douloureux
- Ils sont absorbants
- Ils sont non irritants
- Ils réduisent les odeurs



Les pansements se changent en moyenne 1 à 3 fois par jour

Pansement sec ou un peu tâché ?



Pas d'écoulement de pus



Le changer au moins 1 fois dans la journée

Pansement mouillé et tâché ?



Faible écoulement



Le changer plus souvent que d'habitude

Pansements saturés malgré 2 épaisseurs ± vêtements tâchés ?



Écoulement important de pus



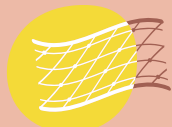
Le changer beaucoup plus souvent que d'habitude

Sont-ils remboursés ?

Certains pansements prescrits par votre médecin sont remboursables, sous conditions :



Compresse
(stériles et/ou absorbantes)



Systèmes de maintien
(filets et bandes)

DIFFÉRENTS TYPES DE PANSEMENTS

À PRIVILÉGIER

Pansements avec mousse absorbante

Exemple : Pansements hydrocellulaires en silicone

- Absorbants
- Réduisent les odeurs
- Favorisent la cicatrisation en empêchant la macération
- Non adhésif (retrait moins douloureux)
- Propriétés antimicrobiennes (sulfate d'argent, miel...)

Pansements à hydrogel

- Sensation réfrigérante (peut soulager un nodule inflammatoire)
- Non adhésif

Pansements super-absorbants multicouches

- Multicouches de coton, cellulose
- Capacité d'absorption maximale

Il est également possible d'utiliser des **couches** pour bébés/adultes et des **serviettes hygiéniques**. Elles sont très absorbantes mais peuvent être encombrantes et inconfortables par rapport aux pansements.

Un pansement adapté à votre lésion peut accélérer la cicatrisation, réduire la douleur, masquer les odeurs et vous aider à retrouver confiance.

Parlez-en avec votre dermatologue.



3

En avant toute !

Bien s'entourer et bien s'informer pour mieux vivre avec la maladie !



**Bien Vivre
Ma Peau (BVMP)**

Je peux m'informer sur la maladie de Verneuil et apprendre à mieux vivre avec en consultant un site dédié, nourri de témoignages.

Je peux contacter une association de patients qui pourra m'accompagner dans toutes mes problématiques.



Solidarité Verneuil

Coups de boost vers une nouvelle vie



Je peux échanger sur l'espace de discussion et d'entraide proposé par l'Assurance Maladie.



Forum Ameli

N'hésitez pas à solliciter votre dermatologue pour avoir plus de documentation sur des thématiques de vie quotidienne impactée par la maladie de Verneuil.



Vous n'êtes pas seuls et nous sommes tous unis pour vous aider !



verneuil **action club**

Agissons pour mieux vivre avec la maladie



FA-11423584 - Juin 2025 - © Copyright Novartis Pharma SAS



NOVARTIS