



# « Le zona : une maladie méconnue et pourtant si fréquente »

Connaissez-vous le zona et ses symptômes ? Si la maladie est encore peu connue des citoyens belges, les études prouvent qu'environ une personne sur trois la contractera au cours de sa vie.

Facteurs de risque, premiers symptômes et douleurs chroniques : voici tout ce que vous devez savoir au sujet de cette maladie qui touche, en moyenne, 48.000 Belges par an.<sup>1</sup>

Plus de 90% des adultes sont porteurs du virus varicelle-zona et sont donc susceptibles de développer un zona au cours de leur vie.<sup>2,3,4</sup> Pourtant cette maladie reste méconnue du public belge. Si certains patients négligent ses premiers symptômes, un zona qui n'est pas rapidement traité peut avoir de grandes conséquences sur le quotidien et mener à des douleurs chroniques.<sup>1</sup>

## Quels sont les facteurs de risque ?

Toutes les personnes porteuses du virus varicelle-zona peuvent contracter la maladie. Plusieurs facteurs augmentent les risques de développer la maladie comme l'âge – le zona touche, généralement, les personnes de plus de 50 ans – et l'affaiblissement du système immunitaire (qu'il soit lié au stress, à une affection comme le cancer et la polyarthrite rhumatoïde ou encore à la prise de médicaments immunodépresseurs).<sup>5</sup> Ainsi, les personnes atteintes de cancer ont, par exemple, jusqu'à 7 fois plus de risques de contracter un zona qu'une personne n'ayant pas de cancer.<sup>6</sup>

« Je pensais que le zona était réservé aux personnes âgées. Je n'avais que 55 ans quand je l'ai attrapé. Je n'avais jamais ressenti une telle douleur, impossible de me concentrer. »

## Quels sont les symptômes qui doivent vous inquiéter ?

La maladie se manifeste, dans un premier temps, par une douleur nerveuse, une sensation de brûlure, des démangeaisons, une grande sensibilité de la peau au toucher et une éruption cutanée au niveau du tronc et du visage.<sup>3,7</sup> Des symptômes « classiques » auxquels les malades ne prêtent pas toujours attention. « Je pensais avoir une réaction allergique à quelque chose. Soudain, j'ai ressenti une violente douleur », explique un patient. Le malade peut également souffrir de maux de tête, de fièvre et, dans de rares cas, d'une perte d'audition et de vision.<sup>7</sup> Non prise en charge rapidement, la maladie peut entraîner des complications graves sur le long terme comme des douleurs nerveuses chroniques voire, dans de rares cas, une perte de vision.<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Nibbles A F et al. Acta Clinica Belgica 2024; 79(3):205-216. <https://doi.org/10.1080/17843286.2024.2350258>

<sup>2</sup> Bollaerts, et al. Epidemiology and Infection, October 2017. Disponible sur <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5647669>

<sup>3</sup> DH Green Book Ch 28a. Shingles, April 2021. Disponible sur <https://www.gov.uk/government/publications/shingles-herpes-zoster-the-green-book-chapter-28a>.

<sup>4</sup> Kilgore PE, Kruszon-Moran D, Seward JF, et al. Varicella in Americans from NHANES III: Implications for control through routine immunization. J Med Virol 2003;70 Suppl:15111–8.

<sup>5</sup> Centers for Disease Control and Prevention (CDC), May 2024. About Shingles (Herpes Zoster). Consulté en novembre 2024.

<sup>6</sup> Habel LA, Ray GT, Silverberg MJ, et al. The epidemiology of herpes zoster in patients with newly diagnosed cancer. Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2013;22:82.

<sup>7</sup> Centers for Disease Control and Prevention (CDC), April 2024. Shingles Symptoms and Complications. Consulté en novembre 2024.

Vous vous demandez si vous faites partie des personnes qui ont plus de risques de développer un zona ? En cas de doute ou si vous avez des questions supplémentaires, n'hésitez pas à en parler à votre médecin traitant.