



Fiche d'information sur les produits de soins utilisés dans le traitement du lichen scléreux

Pommades à la cortisone

Dans le traitement du LS, on utilisera en priorité des pommades à base de cortisone très puissante avec comme substance active, le propionate de clobétasol. Voir

www.lichensclereux.ch ou www.lichensclereux.fr: [infos_prof_sante_et_patient_e-s](#)

Lorsqu'elle est utilisée pour la première fois, la pommade à la cortisone peut provoquer une sensation de brûlure accrue, une gêne dans la zone intime qui normalement disparaît en deux semaines au plus.

Si ce n'est pas le cas, contactez votre médecin. Il est rare que les patient·e·s ne tolèrent pas les pommades à la cortisone. Le plus souvent il s'agit d'une intolérance aux substances associées (excipients) dans la pommade et non à la cortisone (substance active) elle-même. Si les différentes pommades à la cortisone destinées à la thérapie ne sont pas tolérées, les antagonistes de la calcineurine peuvent fournir une bonne alternative à la cortisone, et en particulier le Tacrolimus (Protopic®).

Dans le cas où au cours du traitement, vos problèmes de santé s'aggravaient au lieu de s'améliorer, vérifier si le diagnostic du LS est bien exact en faisant établir un second diagnostic pourra être nécessaire.

Pour traiter le LS, de nombreux produits sont disponibles sous forme de pommade ou bien de crème (exemple pommade Dermovate®, en Suisse et en Belgique, Dermoval® en France, Clovate en Espagne) et crème Dermovate®). On utilisera les pommades de préférence aux crèmes, moins nourrissantes. En France le générique Clarelux® fréquemment prescrit est souvent moins bien toléré.

Il est indispensable de compléter la thérapie à la cortisone par des **soins quotidiens et réguliers des parties intimes avec des pommades émollientes**. Soignez également l'anus ; lui aussi peut être atteint par le LS (surtout chez les femmes).

Les œstrogènes par voie vaginale ou application autour du méat urinaire

Les pommades ou crèmes hormonales à base d'œstrogènes ne sont pas adaptées au traitement du LS. Cependant, elles peuvent aider à lutter contre une sécheresse vaginale, apparaissant conjointement au LS et qui nécessite un traitement.

Une application sur le méat urinaire de crème à base d'œstrogènes est souvent prescrite par les spécialistes lors problèmes urinaires semblables à des cystites mais sans présence de germes pathogènes.

Produits de soins

L'Association Lichen Scléreux se défend de recommander spécifiquement un produit parmi ceux disponibles sur le marché. Elle se contente d'informer sur ceux jugés efficaces par ses membres.

En ce qui concerne l'industrie pharmaceutique, l'association se veut indépendante. Le Comité n'autorise aucune publicité de produits ni sur son site, ni lors de ses rencontres annuelles.

Certains produits de soins fréquemment utilisés, sont répertoriés dans la rubrique [Informations utiles - produits de soins](#). Les groupes et les rencontres d'échange régionaux, en visioconférence et les forums de l'association permettent à chacun d'échanger ses expériences sur ces produits.

Bon à savoir / à noter :

Pommades, crèmes onguents, huiles, produits à base de vaseline purifiée, gel - quelle différence ?

Les pommades sont plus riches en lipides, offrent une meilleure protection de la peau et sont souvent mieux adaptées aux peaux fragilisées, notamment en cas de lichen scléreux. Elles contiennent en principe moins d'émulsifiants et de conservateurs.

Les crèmes sont moins grasses, contiennent davantage d'eau et nécessitent des émulsifiants ainsi que des conservateurs. Ceux-ci peuvent, dans certains cas, entraîner des intolérances ou des réactions cutanées. Leur effet protecteur est généralement plus limité.

Les onguents est élaboré sur une base similaire à celle des pommades. Il se distingue par le fait qu'il pénètre principalement par friction. Certains produits sont commercialisés comme des onguents alors qu'il s'agit en réalité de pommades. En cas de doute, il est conseillé de demander conseil à un pharmacien.

Les huiles végétales possèdent des propriétés émollientes et peuvent contribuer au confort cutané. Leur efficacité en matière de soin et de protection varie selon les personnes et les produits. Elles peuvent convenir à certaines peaux, tandis que d'autres préféreront des textures différentes.

Les huiles essentielles sont des substances très concentrées issues de plantes. En raison de leur puissance, elles peuvent être irritantes et provoquer des réactions allergiques, en particulier au niveau des muqueuses et des zones cutanées sensibles comme celles touchées par le lichen scléreux. **Leur utilisation dans cette indication n'est généralement pas recommandée sans avis médical.** Même diluées, elles peuvent entraîner des intolérances chez certaines personnes. Il est donc préférable de privilégier des produits simples, bien tolérés et sans parfum.

Vaseline / paraffine

Concernant la vaseline purifiée (par exemple Deumavan), elle est recommandée par de nombreux dermatologues. Grâce à sa composition simple, elle est généralement bien tolérée et présente un faible risque d'allergie. Elle est fréquemment utilisée comme soin protecteur par les personnes atteintes de lichen scléreux. Les termes vaseline et paraffine désignent des substances issues du pétrole. Ces produits offrent une bonne protection cutanée et sont largement utilisés en dermatologie. Ils sont généralement bien tolérés, mais peuvent ne pas convenir à toutes les personnes et peuvent donner une sensation d'occlusion.

Ils peuvent également être utilisés de manière ponctuelle, par exemple lors de baignades en piscine, afin de protéger la peau. Après utilisation, il est recommandé d'éliminer les résidus et de reprendre ensuite son soin habituel.

Gels (lubrifiants et aide à l'étirement)

Les gels ont peu de propriétés protectrices, émollientes ou nourrissantes pour la peau. Ils sont principalement utilisés comme **lubrifiants**, par exemple lors des rapports sexuels, ou comme aide à l'étirement lors de l'utilisation de dilateurs.

Il existe différents types de gels, la plupart étant à base d'eau ou de silicone. **Ces produits sont recommandés uniquement pour ces usages ponctuels et ne doivent pas remplacer un soin quotidien.**

Attention particulière : lors des exercices de dilatation de l'entrée du vagin, il est préférable d'éviter les gels contenant du silicone, car ils peuvent abîmer la surface des dilateurs et compromettre leur efficacité.

Produits allergisants

Certains ingrédients tels que la lanoline, la cire d'abeille, la lavande, la camomille peuvent provoquer des réactions chez certaines personnes. Des outils comme l'application Codecheck ou Youka peuvent aider à mieux connaître la composition des produits

<https://www.codecheck.info> ou <https://yuka.io/application/>

Il n'existe pas de produit universellement idéal. La tolérance cutanée est individuelle. Une même substance peut convenir à certaines personnes et non à d'autres. Il est donc important d'adapter le choix du produit à ses propres ressentis.

Quel que soit le produit choisi, il est recommandé de vérifier sa composition et de privilégier les formules sans parfum ni substances potentiellement irritantes. Un test sur plusieurs jours peut être utile pour évaluer la tolérance. Il est également préférable d'éviter de changer trop fréquemment de produit afin de permettre à la peau de s'adapter.

Attention aux remèdes prometteurs

Il arrive sans cesse sur le marché, des produits censés "soigner" ou même guérir le lichen scléreux.

Avec des patients qui souffrent, il est tentant de s'enrichir.... Certain·e·s membres de l'association ont déjà eu la désagréable expérience de se voir proposer un produit coûteux, bien emballé et "spécialement conçu pour le lichen". Coût : 60 euros, pour un petit tube. Il s'avère alors que dans chaque cas, les ingrédients sont tout à fait ordinaires, et même quelque parfois nocifs pour le lichen.

Restez vigilantes. Vérifiez les ingrédients avant tout achat.

En résumé :

Pour un traitement optimal du lichen scléreux, il convient d'utiliser la plus petite quantité nécessaire de pommade à basse de cortisone prescrite, en complément d'une application généreuse d'un soin émollient au quotidien.

Mars 2026