

## Une patiente se plaint de démangeaisons récurrentes, de douleurs ou d'une sensation de gêne dans la zone intime :

### Que faire en tant qu'infirmier·ère ?

#### En cas de suspicion :

- Accueillir et orienter la patiente avec bienveillance, en abordant le sujet afin de mieux cerner la problématique.
- Réaliser une anamnèse précise. Les personnes touchées ont souvent un parcours médical long, parfois marqué par des diagnostics erronés.
- En cas de suspicion de lichen scléreux, expliquer les étapes à suivre, notamment l'auto-examen (via le QR code), et orienter vers une consultation spécialisée des troubles pelviens (sage-femme (FR), gynécologie, dermatologie).

#### En cas de diagnostic confirmé :

- Mettre en place une prise en charge centrée sur la personne, en accordant une attention particulière à ses craintes et inquiétudes.
- Favoriser un dialogue ouvert autour de la zone intime et des symptômes afin d'aider à lever les tabous.
- Fournir des informations et des conseils clairs, fiables et adaptés.
- Contribuer, par une information de qualité, à renforcer l'autonomie et la confiance des personnes touchées.

### Aide et/ou soutien à l'hygiène intime :

- **Une hygiène intime tout en douceur :** uniquement avec de l'eau et des lingettes intimes sans aucun additif, de préférence en non-tissé.
- **Éviter les substances irritantes :** pas de savon, pas de gels douche.
- **Éviter les frottements.**
- **Traitement et soins du lichen scléreux :** conformément au schéma et aux lignes directrices européennes (*European Dermatology Forum, 2023*) ou selon prescription médicale : pommade à base de cortisone associée à des produits relipidants et hydratants.

### Promouvoir les soins personnels et l'auto-examen :

- Inciter à la pratique de l'auto-examen à l'aide d'un miroir.
- Soutenir la patiente dans le maintien de la thérapie à la cortisone.
- Être attentive aux symptômes physiques et psychiques.
- Encourager les personnes touchées à prendre leurs symptômes au sérieux et à consulter ou demander de l'aide si nécessaire.

Le LS toucherait environ **1 femme sur 50** et est nettement moins fréquent chez les hommes (1 homme sur 1000). Les enfants et les adolescent·es peuvent également être atteints. Une prédisposition familiale a été décrite.

### Qu'est-ce que le LS ?



Vidéo explicative:



### Guide auto-examen pour femmes :

Flyers d'auto-examen disponibles dans d'autres langues sur le site web de l'association.



*Chez la femme :*

## Lichen scléreux (LS)

et

## vulvodynie

*Prise en charge infirmière :  
que faire ?*

Netzwerk Vulvodynie

**Impact du diagnostic pour les personnes touchées par le lichen scléreux et la vulvodynie :**  
Le sujet reste fortement tabou. Les personnes concernées craignent souvent des complications ou de mettre leur relation à l'épreuve, la sexualité pouvant être affectée.

### Lichen scléreux (LS) :

- Maladie cutanée inflammatoire chronique
- Localisé dans la région anogénitale externe, parfois ailleurs sur le corps
- Non contagieux
- Survient par poussées ou évolue de façon chronique
- Non lié à un manque d'hygiène
- Processus induits par le système immunitaire
- Souvent associé à d'autres maladies auto-immunes ou à la vulvodynie.

### Symptômes du LS :

- Démangeaisons récurrentes, difficiles à calmer, et/ou sensation de brûlure
- Rougeurs – petites hémorragies
- Colorations blanchâtres – cicatrices – atrophies – adhérences
- Fissures cutanées au niveau de la vulve et de l'anus
- Douleurs pendant ou après les rapports sexuels
- Infections urinaires récurrentes / cystites / douleurs à la miction
- Environ 10 % des personnes touchées sont asymptomatiques.

### Thérapie LS :

Voir les informations disponibles sur les sites web de l'association.

Y compris les lignes directrices officielles :

[www.lichensclereux.ch](http://www.lichensclereux.ch)  
[www.lichensclerosus.ch](http://www.lichensclerosus.ch)



### Vulvodynie :

Le diagnostic repose sur l'exclusion d'autres causes, car il n'y a souvent pas de lésion tissulaire aiguë à l'origine.

- Maladie chronique de la vulve
- Apparition de douleurs diffuses **pendant au moins trois mois.**

### Aucune cause organique identifiable :

- Aucune cause organique identifiable
- Lésions nerveuses ?
- Réaction immunitaire ?
- Influences hormonales ?
- Facteurs génétiques ?
- Peut apparaître en association avec le lichen scléreux ou indépendamment de celui-ci.

### Symptômes de la vulvodynie :

- Brûlures, picotements, démangeaisons
- Sensation d'irritation, tiraillements, sensation de sécheresse
- Douleur avec ou sans contact
- Douleurs dans toute la région vulvaire ou uniquement à l'entrée du vagin (vestibulodynie)

### Thérapie vulvodynie :

Voir les informations disponibles sur les sites vulvodynie et douleurs vulvaires de l'association en allemand :

[www.vulvodynie.ch](http://www.vulvodynie.ch)  
[www.juckenundbrennen.eu](http://www.juckenundbrennen.eu)



### Sources :

#### EuroGuiderm, Guideline on Lichen Sclerosus (2023)

G. Kirtschig, M. Kinberger, A. Kreuter, R. Simpson, A. Günthert, C. van Hees, K. Becker, M. Ramakers, M. Corazza, S. Müller, S. von Seitzberg, J. Boffa, R. Stein, G. Barbagli, CC Chi, JN Dauendorffer, B. Fischer, M. Gaskins, E. Hiltunen-Back, A. Höfner, N. Köllmann, H. Kühn, HK. Larsen, M. Lazzeri, M. Mendling, A. Nikkels, M. Promm, KK. Rall, S. Regauer, M. Sárdy, N. Sepp, T. Thune, A. Tsiokka, S. Vassileva, L. Voswinkel, L. Wölber, RN. Werner  
[https://www.sggg.ch/fileadmin/user\\_upload/Dokumente/3\\_Fachinformationen/2\\_Guidelines/LSGuidelineUpdate2023.pdf](https://www.sggg.ch/fileadmin/user_upload/Dokumente/3_Fachinformationen/2_Guidelines/LSGuidelineUpdate2023.pdf)

#### Lichen Sclerosus – Sous-estimé et sous-diagnostiqué, Leading Opinions Gynäkologie & Geburtshilfe

Andreas Günthert, Corina Ringsell, Bettina Fischer (2/2017)  
[https://www.lichensclereux.ch/custom/data/ckeditorfiles/Articles%20professionnels/2017%20%20Leading%20Opinions%20Gyn%C3%A4kologie%20-%20Franz%C3%B6ssisch\(2\).pdf](https://www.lichensclereux.ch/custom/data/ckeditorfiles/Articles%20professionnels/2017%20%20Leading%20Opinions%20Gyn%C3%A4kologie%20-%20Franz%C3%B6ssisch(2).pdf)

#### Vulvodynie – ein brennendes Problem, Teil 1

W. Mendling, D. Wetzel-Richter, D. Richter (2024)  
<https://www.lichensclerosus.ch/custom/data/ckeditorfiles/Presse/2024/VulvodynieTeil12024.pdf>

#### Vulvodynie – ein brennendes Problem, Teil 2

W. Mendling, D. Wetzel-Richter, D. Richter (2024)  
<https://www.lichensclerosus.ch/custom/data/ckeditorfiles/Presse/2024/Teil2.pdf>

#### Vulvodynie – ein brennendes Problem, Teil 3

D. Richter, D. Wetzel-Richter, W. Mendling (2024)  
<https://www.lichensclerosus.ch/custom/data/ckeditorfiles/Presse/2024/VulvodynieTeil3LiteraturundAnlagen.pdf>

### Publié par

© Verein Lichen Sclerosus & Netzwerk Vulvodynie  
© Association Lichen Scléreux

Mai 2026

