

# Bouton de fièvre (herpès labial)

## **Quels sont les symptômes du bouton de fièvre (herpès labial) ?**

Une démangeaison et une tension se font sentir sur un point de la lèvre, avec parfois des maux de tête et de la fatigue. Après un ou plusieurs jours, des vésicules contenant un liquide clair se forment (des vésicules herpétiques). Puis, rapidement, celles-ci deviennent opaques, s'ouvrent et une croûte apparaît. Au bout de dix à quinze jours, la lésion guérit sans laisser de cicatrice.

Les boutons de fièvre sont en général bénins et ne donnent pas lieu à des complications, sauf chez les personnes dont l'immunité est affaiblie (par une maladie ou par un traitement). Exceptionnellement, une infection de l'œil peut survenir, la kératite herpétique. Néanmoins, chez les nourrissons, l'herpès peut, dans de rares cas, provoquer une maladie très grave : l'encéphalite herpétique.

## **Quelles sont les causes de l'herpès labial ?**

Le bouton de fièvre est dû à un virus de la famille des Herpes. C'est une maladie contagieuse, transmise par contact direct avec une personne infectée. La première infection a souvent lieu dans l'enfance et passe inaperçue. Dans certains cas, cette première infection peut provoquer des symptômes importants dans la bouche (aphtes nombreux et étendus, c'est la gingivostomatite), accompagnés de fièvre élevée et de douleurs locales intenses. Elle guérit spontanément en une dizaine de jours.

Après la première infection, le virus reste présent dans les cellules nerveuses locales et divers facteurs peuvent le réactiver : le stress, une exposition au soleil, les règles, un traumatisme, une intervention chirurgicale, un traitement qui inhibe le système immunitaire, une infection et, bien sûr, la fièvre – d'où son nom. On estime que 80 % des Français hébergent ce virus mais seulement 20 % connaissent des poussées d'herpès labial. L'herpès génital est un virus proche de celui de l'herpès labial mais légèrement différent. Il est plutôt rare qu'un herpès labial soit à l'origine d'un herpès génital, et vice-versa, mais cela peut arriver, d'où la nécessité de prendre des précautions en cas de poussée d'herpès labial.

## Comment prévenir l'apparition d'un herpès labial ?

Si une poussée se répète à chaque exposition prolongée au soleil, protégez vos lèvres avec un produit à haut degré de protection.

## Que faire en cas d'herpès labial ?

- La contagion est maximale au moment de l'éruption. Pendant une poussée, n'embrassez personne et ne pratiquez pas de rapport sexuel bucco-génital, évitez de toucher les vésicules, évitez un contact rapproché avec des enfants en bas âge ou atteints d'eczéma, lavez-vous bien les mains et le visage, ne vous frottez pas les yeux sans vous être lavé les mains.
- Lavez le bouton doucement, séchez-le avec un sèche-cheveux tiède ou une feuille de papier absorbant, puis lavez-vous les mains.
- Évitez de désinfecter les lésions avec un produit contenant de l'alcool.
- N'appliquez pas de crème contenant de la cortisone sur les lésions, ni de maquillage.
- Ne partagez pas votre linge (serviettes, gants de toilette, oreillers ou autres) avec votre entourage.
- Pendant la poussée, les porteurs de lentilles de contact ne doivent pas les humidifier avec leur salive et se laver les mains avant de les mettre.
- En cas de pratique d'un sport de contact (lutte, rugby, judo, etc.), il faut s'abstenir d'entraînement et d'épreuve jusqu'à la guérison.

