

Paris, le 21 mai 2024

## Communiqué de Presse

# Comment éviter les allergies solaires aux premiers rayons de soleil ?

## Entretien avec professeur Christophe Bedane, membre de la Société Française de Photodermatologie (SFPD), un groupe thématique de la Société Française de Dermatologie

L'allergie au soleil peut apparaître dès les premiers rayons de soleil car elle se développe sous l'influence des rayons UV (UVA et UVB) du soleil qui sont les responsables des allergies solaires telles que la lucite estivale, la plus fréquente de ces manifestations. Le Professeur Christophe Bedane nous explique les différents traitements existant pour soigner les lucites.

### Les rayons ultra-violet UVA responsables des allergies solaires

Les **UVA pénètrent profondément dans la peau et sont associés au vieillissement prématuré** de la peau. Les rayons UVA sont moins énergétiques que les UVB mais ils sont les plus nombreux (rapport de 95 vs 5%). Ils peuvent traverser le verre, ce qui signifie que vous êtes exposé aux rayons UVA même lorsque vous êtes à l'intérieur de votre voiture ou de votre maison. Une exposition prolongée aux rayons UVA entraîne le vieillissement de la peau encore appelé heliodermie, ils sont responsables des allergies au soleil. Les **UVB sont plus énergétiques que les UVA mais pénètrent moins profondément dans la peau**. Ils sont la principale cause des coups de soleil et contribuent au développement des cancers de la peau.

### Il existe différents types de lucites

**La lucite estivale bénigne** L'allergie au soleil, la plus fréquente que l'on nomme lucite estivale bénigne (LEB), est une réaction cutanée qui se produit dans les heures suivant une exposition au soleil. Elle se manifeste par des placards rouges parfois urticariens et responsables d'un prurit intense. Elle se localise sur des zones habituellement non exposées comme le décolleté Ce sont surtout les jeunes femmes qui sont touchées par la lucite estivale et particulièrement les phototypes clairs. Généralement l'éruption se manifeste après les premières expositions dans les 12 à 24 heures. Elle va régresser lentement et se reproduira chaque année. Une prédisposition génétique est suspectée car il existe des formes familiales.

Il existe d'autres formes d'allergies solaires :

- **La lucite polymorphe** est moins fréquente, elle atteint le visage, contrairement à la lucite estivale. Elle apparaît lors de chaque exposition, tout au long de l'été. Elle récidive également les années suivantes avec une tendance à l'aggravation.
- **L'urticaire solaire** correspond à une urticaire déclenchée dans les minutes suivant une exposition solaire elle est induite par les UV mais aussi le visible Les plaques rouges sont épaisses et très prurigineuses à l'image de piqures d'ortie.

- **La photodermatose printanière juvénile** se manifeste en général au niveau des oreilles, aussi bien chez les jeunes enfants que chez les adolescents.

### Quels sont les moyens de prévention ?

**Il faut éviter de s'exposer aux heures les plus chaudes** de la journée (entre 11 h et 16 h) à l'extérieur, rechercher l'ombre dès que possible. Se couvrir par des vêtements légers et respirants.

**Il faut privilégier une exposition progressive au soleil** : en commençant par des périodes courtes, puis de plus en plus longues, dès les premiers rayons printaniers. Toujours utiliser une protection anti-UV (SPF 50) et une protection dans l'UVA (rapport 3/1 et longueur d'onde critique > 370nm) l'application de l'écran solaire est à renouveler toutes les 2 heures si l'exposition est prolongée.

### Comment peut-on soulager les allergies au soleil ?

- Appliquer un soin anti-prurit plusieurs fois dans la journée,
- Utiliser des compresses **d'eau froide** ou de poches glaçons pour apaiser les démangeaisons,
- Dans le cas, d'une allergie très marquée et invalidante, une **prescription d'antihistaminiques ou d'anti-inflammatoires peut être nécessaire**,
- **La lucite estivale bénigne peut être atténuée par des séances d'UV réalisées sous contrôle dermatologique dans les semaines précédant les premières expositions.**

#### **A propos de la Société Française de Photodermatologie (SFPD)**

La Société Française de Photodermatologie, SFPD, est impliquée dans de nombreux domaines de la photodermatologie : photodermatoses, photoallergies, carcinogénèse des cancers cutanés via l'exposition solaire et la lumière artificielle, photothérapies, et protection solaire. Elle collabore étroitement et régulièrement avec d'autres groupes thématiques de la SFD (Cancérologie Cutané, Dermato-Allergologie, Groupe de Recherche sur le Psoriasis, Société Française de Dermatologie Pédiatrique) et avec la Société Française de Photobiologie.

La SFPD fait partie des 32 groupes thématiques de la Société Française de Dermatologie.

#### **A propos de la Société Française de Dermatologie et de pathologie sexuellement transmissible (SFD)**

La Société Savante, créée en 1889 et association reconnue d'utilité publique, a pour mission la promotion des actions de santé publique, de prévention et d'éducation dans tous les domaines de la dermatologie que ce soit à travers le soutien de la recherche médicale, le développement de la formation continue ou l'évaluation des soins.

Pour amplifier son soutien à la Recherche, le Fonds de dotation de la SFD permet par ailleurs de subventionner des projets de recherche chaque année, dans des domaines très divers comme la génétique, l'oncologie, les médicaments innovants et l'amélioration de la qualité de vie des patients atteints de maladies dermatologiques.

La SFD a aussi pour objectif d'informer le grand public sur la dermatologie, ses maladies et leurs traitements en particulier afin d'améliorer les prises en charge.

Près de 2500 dermatologues et internes sont membres de la SFD qui est gérée par un Conseil d'Administration comprenant des dermatologues libéraux, hospitaliers et hospitalo-universitaires, renouvelés par tiers chaque année.

#### **MAISON DE LA DERMATOLOGIE**

10, Cité Malesherbes – 75009 Paris – Tel. : 01.43.27.01.56

Contact courriel : [secretariat@sfdermato.org](mailto:secretariat@sfdermato.org)

Contact presse : [presse@sfdermato.org](mailto:presse@sfdermato.org)

Site PSYDERM : <https://www.sfdermato.org/groupe-54-groupe-psychodermatologie>