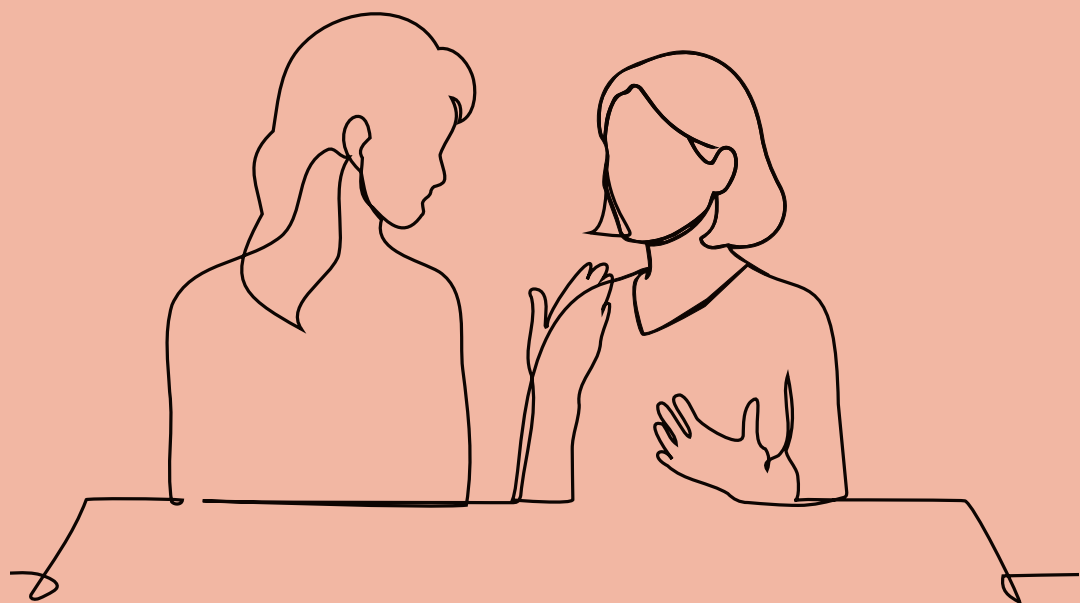


COMPRENDRE, APAISER,
REPRENDRE LE CONTRÔLE

MIEUX VIVRE AVEC MON PRURIGO NODULAIRE



GALDERMA

 Association France
Prurigo Nodulaire

SOMMAIRE

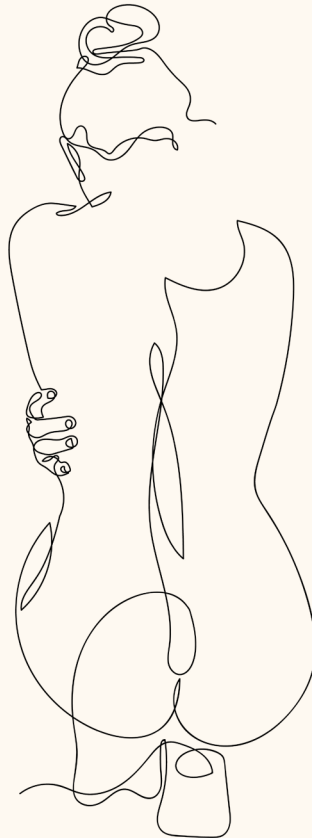
Cette brochure est destinée aux personnes atteintes de **prurigo nodulaire**. Elle a pour but de vous accompagner tout au long de votre parcours de soin.

En vous apportant les connaissances essentielles sur **votre maladie, ses mécanismes, ses symptômes et les différentes options de prise en charge** que votre médecin pourra vous proposer, vous pourrez devenir un véritable acteur dans la gestion de votre maladie.

Vivre avec un prurigo nodulaire peut être éprouvant sur les plans **physique, psychologique et social**. Les démangeaisons intenses, les lésions cutanées parfois visibles, le cercle vicieux démangeaison-grattage, les troubles du sommeil, la fatigue et l'impact sur le moral et la vie quotidienne font partie intégrante de la maladie.

En reconnaissant votre vécu, cette brochure a pour objectif de vous apporter une **meilleure compréhension** du prurigo nodulaire, de **sa prise en charge**, et de vous proposer des outils concrets pour vous aider à **mieux vivre au quotidien** et améliorer durablement votre qualité de vie.

Nous espérons qu'elle répondra à vos attentes et à toutes les questions que vous vous posez.



1 QU'EST-CE QUE LE PRURIGO NODULAIRE ?

Une maladie chronique de la peau qui démange	page 4
Pourquoi ça démange autant ? Le cercle vicieux	page 4
Les symptômes : ce que l'on voit et ce que l'on ressent	page 6
Les facteurs déclenchants ou aggravants	page 7
Le diagnostic et l'évaluation de la sévérité	page 8
Au-delà de la peau, un retentissement global	page 9

2 COMMENT SE FAIT LA PRISE EN CHARGE ?

Les soins quotidiens : un traitement de fond indispensable	page 10
Les dermocorticoïdes : une utilisation raisonnée	page 12
Lorsque les traitements locaux sont insuffisants : renforcer la prise en charge	page 12
Quand les démangeaisons restent difficiles à contrôler : agir sur le "circuit de la démangeaison"	page 13
Traitements systémiques et ciblés pour les formes sévères	page 13

3 COMMENT MIEUX VIVRE AVEC MON PRURIGO NODULAIRE ?

Les bons gestes pour mieux supporter les démangeaisons et apaiser la peau	page 14
Se maquiller pour se sentir mieux et camoufler les rougeurs	page 15
Prurigo nodulaire et sport : l'essentiel à retenir	page 16
Améliorer son sommeil pour vivre mieux	page 17

1. QU'EST-CE QUE LE PRURIGO NODULAIRE ?

UNE MALADIE CHRONIQUE DE LA PEAU QUI DÉMANGE

Le prurigo nodulaire (PN), également appelé *prurigo nodularis* ou prurigo chronique, est une maladie chronique de la peau qui provoque des **démangeaisons très intenses**.

Il se manifeste par des **papules et nodules** (lésions en relief), souvent hyperkératosiques (épaissies), symétriques, et situés typiquement sur le tronc et/ou les faces d'extension des membres. Ces lésions peuvent également être linéaires ou regroupées en plaques ombiliquées.¹⁻³

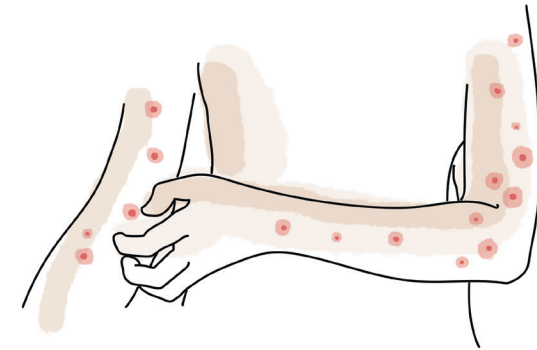
Le PN touche près de **5 000 patients** en France.

Il affecte surtout les adultes, avec un pic autour de **50-60 ans**, une légère prédominance féminine et une prévalence plus élevée chez les personnes à **phénotype foncé**.⁴

L'origine exacte du prurigo nodulaire n'est pas toujours clairement identifiée, et il peut exister des **affections associées** (cutanées, systémiques, neurologiques ou psychiatriques).

Le PN peut coexister avec d'autres maladies d'hypersensibilité cutanée, comme la **dermatite atopique** ou un **prurit chronique** d'origines diverses.^{3,5}

Il est généralement considéré comme une maladie de **longue durée**, qui nécessite souvent une prise en charge au long cours.⁵



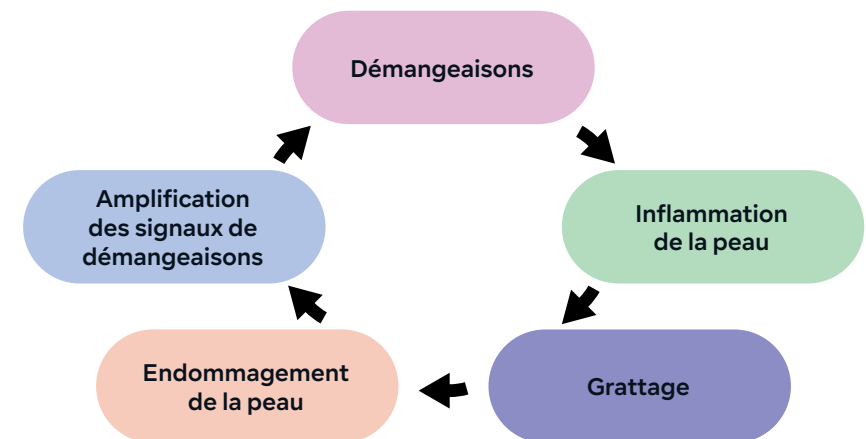
POURQUOI ÇA DÉMANGE AUTANT ? LE CERCLE VICIEUX

La démangeaison est définie comme une sensation qui **donne envie de se gratter**.⁶

Dans le PN, la maladie s'auto-entretient souvent par un **cercle vicieux démangeaison-grattage**, qui contribue à la **chronicité**.^{3,7}

Des phénomènes de **sensibilisation neuronale** participent à l'entretien des démangeaisons et du comportement de grattage.^{3,7}

Cycle démangeaisons-grattage³



1. QU'EST-CE QUE LE PRURIGO NODULAIRE ?

LES SYMPTÔMES : CE QUE L'ON VOIT ET CE QUE L'ON RESSENT

Le prurigo nodulaire est une maladie inflammatoire chronique qui s'accompagne de **démangeaisons très intenses**, parfois difficiles à supporter.^{2,4}

Le **grattage**, souvent réflexe, joue un rôle important dans l'apparition et l'entretien des lésions de la peau.²



Les **démangeaisons** peuvent être sévères et toucher différentes zones du corps, parfois de façon étendue.^{2,8}



Sur la peau, elles s'accompagnent de lésions fermes et en relief, appelées **papules ou nodules**, qui peuvent être croûteuses, abîmées par le grattage et parfois saigner.^{2,7}

Les nodules sont le plus souvent répartis de manière symétrique, sur des zones facilement accessibles au grattage, comme les bras, les jambes et le tronc.^{2,8}

Le nombre de lésions peut varier d'une personne à l'autre : il peut être élevé, allant de quelques-unes à plusieurs centaines, et leur taille varie : certaines lésions sont petites, et les nodules peuvent dépasser 1 cm et aller jusqu'à environ 3 cm.^{2,7}



En plus des démangeaisons, certaines personnes peuvent ressentir des **douleurs, des sensations de brûlure ou de picotements**, qui contribuent à l'inconfort au quotidien.^{7,8}

LES FACTEURS DÉCLENCHANTS OU AGGRAVANTS

Les symptômes du prurigo nodulaire peuvent **varier dans le temps** et être **aggravés par certains facteurs**⁹, tels que :^{1,2,4,5,10}



La **chaleur**, la **transpiration**, les **frottements** et l'irritation de la peau peuvent intensifier les démangeaisons.



Les **vêtements serrés** ou les **matières irritantes** peuvent favoriser le grattage.



La **sécheresse cutanée** peut également rendre la peau plus sensible et réactive, contribuant à l'aggravation des démangeaisons.



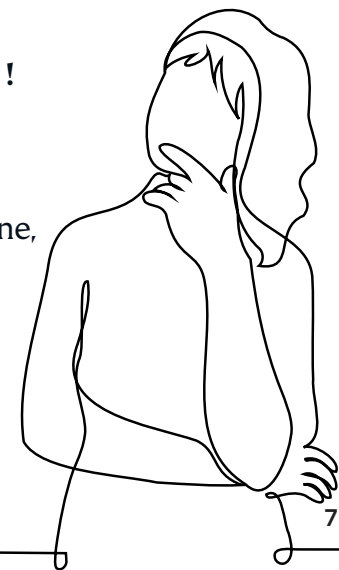
Le **stress**, les **émotions intenses** ou les périodes de fatigue peuvent aussi **accentuer la sensation de démangeaison** chez certains patients et provoquer le **cercle vicieux démangeaisons-grattage**.

Identifier **ses propres facteurs déclenchants** et en parler avec son médecin fait partie intégrante de la prise en charge.⁷

Luttons contre les idées reçues !

Le prurigo nodulaire n'est pas :

- contagieux,
- une allergie simple,
- causé par un manque d'hygiène,
- de votre responsabilité.



1. QU'EST-CE QUE LE PRURIGO NODULAIRE ?

LE DIAGNOSTIC ET L'ÉVALUATION DE LA SÉVÉRITÉ

Le diagnostic du prurigo nodulaire est **essentiellement clinique**, c'est-à-dire que votre médecin l'établit à partir de **l'observation de votre peau** et de **l'échange avec vous** sur vos symptômes.⁷

Il existe **trois signes principaux** permettant d'établir le diagnostic de prurigo chronique (dont fait partie le PN) :²⁷

- la **présence de lésions de la peau** (papules ou nodules),
- des **démangeaisons chroniques et intenses**, qui durent depuis **plus de 6 semaines**,
- des **signes de grattage répété**, comme des **écorchures** ou des **cicatrices**.

Dans certaines situations particulières, lorsque le diagnostic est difficile ou pour éliminer une autre maladie, le médecin peut proposer des examens complémentaires ciblés, comme une biopsie de la peau.⁵

La sévérité de la maladie et son évolution peuvent varier d'une personne à l'autre.⁷ Son évaluation ne repose donc pas uniquement sur ce que l'on voit sur la peau.

Votre **ressenti** est un élément central de l'évaluation : il aide le médecin à mieux comprendre **comment la maladie vous affecte** et à adapter la prise en charge dans le temps.¹¹

Le médecin tient compte :⁷

- de **l'intensité des démangeaisons**,
- de leur **retentissement sur votre sommeil**,
- de leur impact sur votre **vie quotidienne**, votre **fatigue** et votre **moral**.

Pour mieux comprendre ce que vous ressentez, le médecin peut s'appuyer sur des échelles d'évaluation des démangeaisons (telles que les scores DLQI et NRS), qui permettent de mesurer l'intensité des démangeaisons selon votre propre perception.¹¹

DLQI : score qui évalue le retentissement de la maladie sur la qualité de vie ;
NRS : échelle qui évalue la sévérité du prurit rapporté par le patient ;
PN : prurigo nodulaire.

AU-DELÀ DE LA PEAU, UN RETENTISSEMENT GLOBAL

Le prurigo nodulaire est reconnu comme une maladie **particulièrement lourde à vivre**. Ce fardeau est lié à l'association de **démangeaisons chroniques et intenses**, du **grattage prolongé** et de **lésions cutanées persistantes**.⁷

Les démangeaisons peuvent être **sévères, persistantes et parfois difficiles à contrôler**⁵, ce qui peut impacter de nombreux aspects de la vie quotidienne.

Les démangeaisons persistantes peuvent notamment⁶ :

- **perturber le sommeil**,
- affecter **le moral et l'humeur**,
- retentir sur **les relations sociales et familiales**.

Chez les personnes atteintes de prurigo nodulaire, il est fréquemment rapporté^{3,6} :

- une **altération importante de la qualité de vie**,
- avec des **troubles du sommeil**,
- une **détresse psychologique**,
- et parfois un **sentiment d'isolement social**.

Le prurigo nodulaire est généralement une maladie au long cours, qui peut nécessiter une prise en charge durable.⁵

Il peut être difficile à contrôler avec les approches habituelles, ce qui rend l'éducation, le soutien et le dialogue régulier avec l'équipe soignante essentiels.

Exprimer ce que vous ressentez au quotidien (démangeaisons, sommeil, fatigue, moral) fait donc pleinement partie de la prise en charge.

2. COMMENT SE FAIT LA PRISE EN CHARGE ?

LES SOINS QUOTIDIENS : UN TRAITEMENT DE FOND INDISPENSABLE

Les émollients comme mesure de base

Le prurigo nodulaire s'inscrit souvent dans un **cercle vicieux "démangeaisons-grattage-aggravation"**, et toute stratégie qui aide à **protéger la peau** et à **réduire le grattage** est donc essentielle.^{2,3,7}

Prendre soin de sa peau au quotidien permet **de restaurer la barrière cutanée, limiter la sécheresse** et de **mieux supporter les démangeaisons**.^{2,4}

Les **émollients** (crèmes ou baumes hydratants) font partie des **mesures de base**. Ils doivent être appliqués **régulièrement**, y compris lorsque la peau semble plus calme, afin de maintenir une bonne hydratation.^{2,3,7}

Quand et comment appliquer les émollients ?

Les émollients doivent être appliqués^{2,5} :

- **tous les jours**, y compris lorsque la peau semble aller mieux,
- **sur l'ensemble de la peau**, et pas uniquement sur les zones atteintes,
- **une à deux fois par jour**, selon la sécheresse de la peau et les recommandations de votre médecin.

En période de poussée inflammatoire, les émollients peuvent être temporairement moins bien tolérés sur les zones très rouges, abîmées ou suintantes. Ils seront alors repris dès l'amélioration, en relais du traitement anti-inflammatoire local.



QUELS PRODUITS UTILISER AU QUOTIDIEN ?

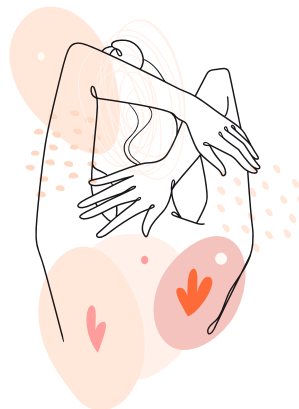
Il est recommandé d'utiliser^{2,4,12} :

- des produits **sans parfum, sans alcool** et **sans agents irritants**,
- des émollients spécifiquement formulés pour les peaux sensibles ou très sèches, adaptés aux peaux sujettes aux démangeaisons persistantes.

Votre médecin ou votre pharmacien peut vous aider à choisir un produit adapté à votre peau.

La toilette doit être^{5,12} :

- **courte**, à l'eau tiède, avec une préférence pour les douches courtes au lieu des bains
- réalisée avec des **nettoyants doux** comme les savons gras, et en évitant les savons acides et les détergents
- suivie d'un séchage par **tamponnement**, sans frotter.



Les douches trop chaudes et trop longues peuvent accentuer la sécheresse et les démangeaisons ; il est donc préférable de limiter leur durée.

Il est néanmoins tout à fait possible, et même recommandé, de prendre une douche ou un bain pendant les périodes de poussée, à condition d'utiliser des produits adaptés et de réhydrater la peau immédiatement après.¹²

2. COMMENT SE FAIT LA PRISE EN CHARGE ?

LES DERMOCORTICOÏDES : UNE UTILISATION RAISONNÉE ^{2-5,7}

Pour calmer l'inflammation de la peau et atténuer les démangeaisons, votre médecin peut prescrire des **crèmes ou pommades anti-inflammatoires**, appelées **dermocorticoïdes** (corticoïdes locaux).

Dans certains cas, d'autres traitements locaux peuvent aussi être proposés, par exemple :

- des **crèmes anti-inflammatoires** qui ne contiennent pas de cortisone,
- ou parfois des **traitements pour aider à mieux supporter les démangeaisons**, comme certains antihistaminiques.



Pour que le traitement soit efficace et sûr, il est important de l'appliquer exactement comme prescrit : **sur les bonnes zones, à la bonne fréquence, et pendant la durée recommandée.**

Dans certaines situations, pour améliorer l'efficacité sur une lésion, le médecin peut conseiller une application **sous pansement**, toujours sous avis médical.

LORSQUE LES TRAITEMENTS LOCAUX SONT INSUFFISANTS : RENFORCER LA PRISE EN CHARGE ^{2-5,7}

Quand les traitements locaux habituels ne suffisent pas, votre médecin peut vous proposer d'autres solutions pour :

- traiter les nodules les plus inflammatoires,
- réduire les démangeaisons,
- et **casser le cercle vicieux "démangeaisons-grattage"**, parfois en combinant plusieurs approches.

Selon votre situation, cela peut inclure :

- des **injections locales** dans certains nodules (corticoïdes intralésionnels), pour réduire l'inflammation d'une lésion très active,
- ou une **photothérapie** (traitement par lumière ultraviolette), pour aider à soulager la peau et les démangeaisons, sous supervision.

Selon les situations, des traitements locaux destinés à réduire les démangeaisons peuvent aussi être discutés.

QUAND LES DÉMANGEAISONS RESTENT DIFFICILES À CONTRÔLER : AGIR SUR LE "CIRCUIT DE LA DÉMANGEAISON" ^{2-5,7}

Lorsque les démangeaisons restent persistantes ou très difficiles à apaiser, l'objectif est parfois d'agir sur les **mécanismes nerveux** impliqués dans la démangeaison.

Dans ce cadre, certains traitements peuvent être proposés selon les profils :

- des traitements utilisés pour calmer certains signaux nerveux,
- ou parfois des traitements qui aident à mieux vivre avec les démangeaisons persistantes (ex : certains antidépresseurs), notamment lorsque le sommeil et le moral sont très touchés.

Dans certaines situations, des traitements qui diminuent l'activité du système immunitaire (immunosuppresseurs) peuvent aussi être utilisés, sous surveillance.

TRAITEMENTS SYSTÉMIQUES ET CIBLÉS POUR LES FORMES SÉVÈRES ^{2-5,7}

Quand la maladie est sévère ou résistante aux étapes précédentes, l'objectif est d'agir plus globalement sur les mécanismes de l'inflammation et de la démangeaison, avec une surveillance médicale adaptée.

Le médecin peut alors discuter :

- des traitements ciblant certaines voies impliquées dans la démangeaison,
- ou des **biothérapies** (traitements biologiques).

Face à ces différentes options de prise en charge, votre médecin vous aidera à choisir la stratégie la plus adaptée à votre situation, et à l'ajuster au fil du temps en fonction de l'évolution de vos symptômes. N'hésitez pas à consulter votre médecin ou à lui demander conseil en cas de besoin.

3. COMMENT MIEUX VIVRE AVEC MON PRURIGO NODULAIRE ?

LES BONNS GESTES POUR MIEUX SUPPORTER LES DÉMANGEAISONS ET APAISER LA PEAU

Dans le prurigo nodulaire, le grattage peut soulager sur le moment, mais il **entretient le cercle vicieux** : la peau s'abîme, s'épaissit, s'enflamme... et les démangeaisons peuvent s'aggraver.^{2,4,7}

L'objectif n'est pas "d'arrêter d'un coup", mais de mettre en place **des stratégies anti-grattage** pour protéger la peau au quotidien.

Protéger la peau pour limiter le grattage involontaire⁵

Quand une zone démange très fort, la protéger peut aider, surtout la nuit :

- porter des **vêtements protecteurs** (manches longues, matières douces),
- **couvrir les nodules** avec des **pansements respirants** si votre médecin le conseille.
- Garder les **ongles courts** diminue le risque de lésions et d'infection en cas de grattage.

Calmer rapidement un « pic » de démangeaison^{5,12}

Lorsqu'une crise de démangeaison survient, le **froid** peut apporter un soulagement simple : eau fraîche, serviette fraîche, poche froide enveloppée dans un tissu (jamais directement sur la peau).

Éviter la **chaleur** (pièces trop chaudes, vêtements trop chauds) peut aussi aider certaines personnes.

Des gestes doux au quotidien⁵

Une toilette douce (produits lavants non irritants), suivie d'une hydratation régulière, aide à réduire l'irritation et l'inconfort. Choisir des vêtements en **coton**, éviter ceux qui **serrent** ou qui **frottent** peut limiter l'irritation.

Prendre en compte le stress^{5,12}

Le stress peut amplifier la sensation de démangeaison chez certaines personnes. Mettre en place des routines apaisantes (respiration, relaxation, activité plaisir) peut aider au quotidien.

SE MAQUILLER POUR SE SENTIR MIEUX ET CAMOUFLER LES ROUGEURS

Le prurigo nodulaire n'empêche pas de se maquiller. L'objectif du **camouflage cutané** est de vous aider à **mieux vivre avec les marques visibles** (rougeurs, traces, cicatrices), tout en respectant une peau parfois fragile ou irritée.¹⁴

Préparer la peau avant le maquillage

Avant toute application, il est recommandé de :¹⁴

- **traiter les lésions actives** avec les soins prescrits (et éviter de maquiller une lésion suintante ou très inflammatoire,
- appliquer le camouflage sur une peau **propre et sèche**.

Si une zone est exposée au soleil, il est conseillé d'appliquer une **protection solaire** avant le camouflage (puis d'attendre que le produit soit bien absorbé).¹⁴

Choisir des produits adaptés

Le **camouflage cutané** utilise des produits **très pigmentés**, conçus pour se rapprocher de la couleur de peau et couvrir une coloration ou une cicatrice. Ils sont **différents du maquillage classique** et, bien appliqués, peuvent être **résistants à l'eau** (utile au quotidien).¹⁵

En pratique, privilégiez des produits :

- tolérés par les peaux sensibles,
- et, si possible, testez d'abord sur une petite zone pour vérifier la tolérance.

Précautions importantes

Le camouflage cutané **ne doit pas être appliqué** sur :



une peau
infectée



une peau
inflammée
ou "à vif"



une **plaie** ou
une zone **non**
cicatrisée



une lésion
non évaluée
médicalement

3. COMMENT MIEUX VIVRE AVEC MON PRURIGO NODULAIRE ?

PRURIGO NODULAIRE ET SPORT : L'ESSENTIEL À RETENIR

Pratiquer une activité physique quand on vit avec un **prurigo nodulaire**, c'est souvent s'accorder un moment pour soi : bouger peut contribuer au **bien-être général** et aider à relâcher la pression du quotidien.

Mais il arrive aussi que certaines personnes réduisent ou évitent le sport, car la **chaleur**, la **transpiration** ou les **frottements** peuvent majorer l'inconfort et les démangeaisons.

Pourquoi le sport peut aggraver les symptômes ?

Avec un prurigo nodulaire, certains facteurs liés à l'effort peuvent déclencher ou amplifier les démangeaisons^{2,5,12} :

- la chaleur (pièce trop chaude, vêtements trop chauds),
- la transpiration et l'humidité
- les frottements (vêtements serrés, matières irritantes)

Conseils pratiques pour continuer le sport^{2,5,12}

Avant l'effort :

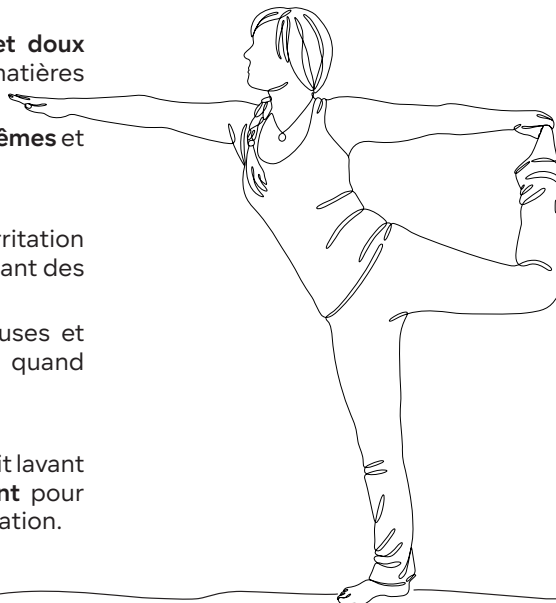
- Choisissez des vêtements **respirants et doux** (ex. **coton**) et évitez la **laine** ou les matières irritantes,
- Évitez, si possible, les **températures extrêmes** et les environnements trop chauds.

Pendant l'effort :

- Si vous transpirez, essayez de limiter l'irritation en **évitant les frottements** et en privilégiant des matières adaptées (doux/respirant),
- Si la chaleur vous gêne, faites des pauses et cherchez un environnement plus frais quand c'est possible.

Après l'effort :

- Prenez une **toilette douce** avec un produit lavant non irritant, puis appliquez un **émollient** pour aider à réhydrater la peau et limiter l'irritation.



AMÉLIORER SON SOMMEIL POUR MIEUX VIVRE

Les troubles du sommeil sont **fréquents** chez les personnes atteintes de **prurigo nodulaire**. Les démangeaisons peuvent avoir un impact majeur sur la qualité de vie en perturbant le **sommeil**, l'**humeur** et la **vie sociale**.^{4,6}

Le manque de sommeil peut aussi accentuer la **fatigue**, l'irritabilité et rendre les journées plus difficiles.¹⁶

Des mesures générales peuvent vous aider à mieux dormir^{2,4,5,12} :

- Rester au frais : éviter d'avoir trop chaud la nuit, car la chaleur peut intensifier les démangeaisons chez certaines personnes.
- Porter des vêtements de nuit doux et respirants (ex. coton) pour limiter les frottements et l'inconfort.
- Mettre en place des stratégies "anti-grattage" : ongles courts, éventuellement vêtements protecteurs (manches longues, gants) et protection des nodules (pansement respirant si conseillé) pour limiter le grattage involontaire pendant la nuit.
- Apaiser une crise de démangeaisons avec du froid (ex. serviette fraîche) peut aider à passer un cap.
- Favoriser des activités relaxantes (respiration, méditation, yoga doux, lecture...) : la gestion du stress peut faire partie des aides utiles au quotidien.

Conseils d'aménagement de votre chambre²

- Garder une chambre **plutôt fraîche**, calme et sombre (le confort thermique aide souvent en cas de démangeaisons).⁴
- Réserver autant que possible la chambre au **sommeil** (et éviter les stimulations inutiles au lit).
- Si vous êtes sensible aux frottements, privilégier des draps doux et des vêtements de nuit confortables.⁴

Quand en parler à votre médecin ?

Si les démangeaisons perturbent fortement vos nuits, ou si vous vous sentez épuisé(e) ou en difficulté moralement, en parler au médecin fait pleinement partie de la prise en charge : le prurigo nodulaire peut avoir un **retentissement psychologique** mais il existe des solutions pour vous accompagner.

CONTACTS UTILES

ASSOCIATION FRANÇAISE PRURIGO NODULAIRE (AFPN)

Site internet : <https://www.franceprurigonodulaire.com>



Fondée en 2019, l'AFPN agit pour :

- Informer les patients, leurs proches et les professionnels de santé avec des contenus clairs et validés.
- Soutenir les personnes atteintes, à travers une écoute bienveillante et un réseau d'entraide.
- Accompagner la recherche sur le prurigo nodulaire en relayant les études cliniques et en participant aux réflexions scientifiques.
- Représenter les patients auprès des instances médicales et publiques.
- Faire reconnaître les conséquences physiques, psychologiques et sociales de cette pathologie.

« L'AFPN est heureuse d'avoir pu participer à l'élaboration de cette brochure. À travers ce guide, nous proposons des informations claires et des conseils pratiques. L'AFPN fait entendre la voix des patients et améliore le parcours de soins. Ensemble nous sommes plus forts ! »

*Dr Christine PATRAS de CAMPAIGNO
Présidente AFPN*

RÉFÉRENCES

1. AFPN. Prurigo nodulaire : Symptômes, causes & prise en charge. Disponible sur : Prurigo Nodulaire : Symptômes, Causes & Prise en Charge Consulté le 29/01/2026.
2. Gonçalves R.B. Nodular prurigo. *Dermnet*. Juillet 2022.
3. Zeidler C. *et al.* Chronic prurigo of nodular type: a review. *Acta dermato-venereologica* 2018;98(2):173-179.
4. Resodermatologie. Prurigo nodulaire : l'espoir d'une vie sans démangeaisons. Disponible sur : Prurigo nodulaire : l'espoir d'une vie sans démangeaisons - Reso dermatologie Consulté le 29/01/2026.
5. Mullins T.B. *et al.* Prurigo Nodularis. In: StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2024. PMID: 29083653.
6. Yosipovitch G. *et al.* Itch: from mechanism to (novel) therapeutic approaches. *Journal of Allergy and Clinical Immunology* 2018;142(5): 1375-1390.
7. Ständer S. *et al.* IFSI-guideline on chronic prurigo including prurigo nodularis. *Itch* 2020;5(4):e42.
8. Aggarwal P. *et al.* Clinical characteristics and disease burden in prurigo nodularis. *Clinical and Experimental Dermatology* 2021;46(7):1277-1284.
9. Misery L. Chronic prurigo. *British Journal of Dermatology* 2022;187(4):464-471.
10. Pereira M.P. & Ständer S. How to define chronic prurigo? *Experimental Dermatology* 2019;28(12):1455-1460.
11. Steinke S. *et al.* Humanistic burden of chronic pruritus in patients with inflammatory dermatoses: results of the European Academy of Dermatology and Venereology Network on Assessment of Severity and Burden of Pruritus (PruNet) cross-sectional trial. *Journal of the American Academy of Dermatology* 2018;79(3):457-463.
12. AFPN. Soins prurigo nodulaire : conseils & traitements. Disponible sur : Soins Prurigo Nodulaire : Conseils & Traitements | AFPN Consulté le 06/02/2026.
13. Ludmann P. Prurigo nodularis: 9 dermatologists' tips for relieving the itch. American academy of dermatology association. Disponible sur : <https://www.aad.org/public/diseases/a-z/prurigo-nodularis-self-care?> Consulté le 06/02/2026.
14. British association of dermatologists healthy skin for all. 2022. Disponible sur : <https://www.bad.org.uk/pils/skin-camouflage?> Consulté le 06/02/2026.
15. Skin camouflage. Chelsea and Westminster hospital NHS foundation trust. Disponible sur : <https://www.chelwest.nhs.uk/your-visit/patient-leaflets/skin-camouflage?> Consulté le 06/02/2026.
16. AFE. Zoom sur l'eczéma et le prurigo nodulaire. Disponible sur : <https://www.associationeczema.fr/eczema-et-le-prurigo-nodulaire/> Consulté le 29/01/2026.

Depuis plus de 40 ans, le laboratoire Galderma s'engage en dermatologie afin de répondre aux besoins des patients.

En collaboration avec les professionnels de santé et les associations, il propose des documents et des outils pratiques adaptés, pour accompagner les patients et contribuer à l'amélioration de leur qualité de vie tout au long de leur parcours de soins.

