

Conseils patients

- Évitez d'appliquer des crèmes sur les zones infectées.
- Lavez-vous régulièrement en évitant les savons contenant de l'alcool.
- Lavez quotidiennement les lésions à l'eau et au savon pour éviter les surinfections.
- Séchez soigneusement les lésions après la toilette (au sèche-cheveux froid, par exemple).
- Maintenez les lésions à l'air libre (hors lésions génitales).
- Portez des sous-vêtements en coton.

Les lésions disparaissent généralement en **1 à 2 semaines**.

Limiter le risque de transmission

- En cas d'herpès génital :
 - parlez de ce problème avec votre/vos partenaires,
 - utilisez un préservatif, qui n'empêche pas systématiquement la contamination du/de la partenaire mais contribue à diminuer ce risque.
- En cas d'herpès buccal ou labial :
 - n'embrassez personne, particulièrement les enfants en bas âge,
 - évitez tout contact avec des personnes immunodéprimées durant les poussées,
 - lavez-vous systématiquement les mains après avoir touché les lésions, en particulier avant de mettre des lentilles de contact (risque d'infection grave de l'œil),
 - n'échangez et ne partagez pas :
 - le linge de toilette,
 - le maquillage,
 - votre brosse à dents,
 - évitez les soins dentaires ou dermatologiques/esthétiques au niveau du visage,
 - ne pratiquez pas de sport de contact,
 - évitez les rapports sexuels oro-génitaux.

Vous présentez une poussée d'herpès dans le mois qui précède la naissance de votre enfant. **Maintenez le traitement jusqu'à l'accouchement** pour limiter les risques de transmission du virus à l'enfant.

Avertissez votre gynécologue et les équipes de la maternité que vous avez eu une poussée herpétique dans le mois qui précède l'accouchement.

Pour en savoir plus sur l'herpès oral et génital, **scannez les QR codes**.



Information sur l'herpès labial



Information sur l'herpès
génital