

LES SOINS PHYSIOLOGIQUES ET LES SOINS PSYCHIQUES

Acné : Problème de peau très fréquent, l'acné apparaît le plus souvent à l'adolescence. Le plus souvent bénigne, l'acné est une maladie de la peau caractérisée par l'éruption de boutons rouges, de points noirs et de kystes. Elle touche le plus souvent le visage et le thorax, mais aussi le dos, le torse voire le cuir chevelu.

Addiction : Les addictions sont des pathologies cérébrales définies par une dépendance à une substance ou une activité, avec des conséquences délétères. (tabac-alcool-opiacés-cocaïne-amphétamines-jeux d'argent-jeux vidéos-sexe-achats compulsifs ...) On citera plusieurs formes d'addiction: addition aux substances illicites – addition aux médicaments psychotropes – addition comportementale – addition au tabac – addition à l'alcool

Aérophagie : L'aérophagie est une accumulation d'air dans l'œsophage et dans l'estomac. Ce symptôme est sans conséquence pour la santé générale mais il est handicapant quand il provoque les ballonnements douloureux et des rots. Plusieurs facteurs peuvent en être responsables : les aliments, le stress et l'anxiété.

Allergies : L'allergie est une hypersensibilité de l'organisme à des substances, généralement inoffensives et présentes dans l'environnement. Ces substances, appelées allergènes, peuvent se trouver dans l'air, l'alimentation ou les médicaments notamment. À leur contact, le système immunitaire réagit par une réponse inadaptée. Le déclenchement de cette réaction allergique peut être immédiat ou retardé.

Angine : Mal de gorge, difficulté à avaler ? L'**angine** est une inflammation aiguë, douloureuse et fébrile des amygdales, consécutive à une infection par des bactéries ou des virus.. Elle peut s'étendre à l'ensemble du pharynx.

Anorexie : L'anorexie est un symptôme qui correspond à une perte de l'appétit. L'anorexie mentale, une quête insatiable de contrôle. Leur plus grande peur est de grossir et leur besoin de maigrir est si fort que ces personnes cessent de s'alimenter.

Aphtes : Les aphtes sont de petites ulcérations de la bouche de 1 à 2 mm de diamètre. Ils se développent au niveau de la bouche : bouche, langue, lèvres, gencives... La muqueuse génitale peut également être atteinte. Ces aphtes se présentent comme un petit cratère de couleur jaunâtre ou blanchâtre, entouré d'un halo rouge. Ils occasionnent des brûlures très désagréables. Leur localisation peut parfois même rendre la mastication difficile. A l'origine des aphtes, on trouve différentes causes qui relèvent le plus souvent d'une blessure des muqueuses, d'allergies ou de carences alimentaires, ou d'une altération du système immunitaire.

Arthrite : Sous le terme maladies arthritiques sont regroupées une centaine d'affections caractérisées par des douleurs aux articulations, parfois accompagnées d'enflure, de rougeur, de tuméfaction et de chaleur. Elles se manifestent de manière chronique ou aiguë et à des âges différents de la vie. On distingue essentiellement :

- les arthroses
- les arthrites, rhumatismes articulaires inflammatoires
- les maladies associées à l'arthrite

Arthrose : est une affection chronique qui se manifeste par des douleurs persistantes aux articulations causées par l'usure anormale du cartilage et de l'ensemble de l'articulation. (Genou, hanche, colonne vertébrale, épaule, cheville poignet, doigts) Elle se traduit essentiellement par la destruction du cartilage et la prolifération de l'os. L'évolution de l'arthrose n'est pas

régulière, puisque le malade subit des « poussées »

Boulimie : Les crises de boulimie se déroulent souvent en solitaire. Quand elle craque, la boulimique ressent le besoin d'avaler de grandes quantités de nourriture de façon anarchique, en un court laps de temps. Il faut se remplir, un point c'est tout. La boulimie est un trouble complexe, multi-factoriel qui se caractérise concrètement par des crises compulsives ou la prise alimentaire prend des proportions incontrôlables. Ce comportement, irrépressible, traduit un profond mal-être : manque de confiance en soi, sentiment d'abandon, de vide. En même temps, la patiente boulimique est très soucieuse de sa minceur. Elle se cache pendant ses crises et éprouve ensuite un sentiment de culpabilité et de dégoût de soi qui peut la mener à la dépression. Très souvent, elle se fait vomir après ses crises.

Brûlures : Les brûlures sont des lésions de la peau provoquées en général par une exposition à une chaleur intense (liquide bouillant, soleil, feu, flammes...) ou à un contact avec un agent chimique.

Brûlures d'estomac : Sensation de brûlure qui remonte de l'estomac ou du bas de la poitrine vers le cou... Gastrite et ulcère, responsables de brûlures d'estomac, ont de nombreux points communs, et résultent d'un déséquilibre entre sécrétions acides et protection de l'estomac.

Calculs rénaux : Les calculs rénaux, communément appelés « *pierres aux reins* », sont des cristaux durs qui se forment dans les reins et peuvent entraîner de vives douleurs. Les médecins utilisent le terme *lithiase urinaire* pour désigner ces cristaux, qui peuvent aussi se retrouver dans le reste de l'appareil urinaire : dans la vessie, l'urètre ou les uretères.

Cancer : Un cancer est une pathologie caractérisée par la présence d'une (ou de plusieurs) tumeur maligne formée à partir de la transformation par mutations ou instabilité génétique (anomalies cytogénétiques), d'une cellule initialement normale

Colère : En psychologie, la colère est considérée comme une émotion secondaire qui traduit l'insatisfaction, une blessure physique ou psychique, un manque, une frustration. Elle se traduit par une augmentation de l'activité cardio-respiratoire, une accélération du et rythme cardiaque, notamment dans la partie supérieure du corps, ce qui peut colorer la peau. La respiration devient ample et rapide, ce qui cause notamment la hausse involontaire du volume sonore lors de l'expression de la parole. La colère provoque aussi une contraction involontaire du corps, en particulier des mains qui tendent alors à se fermer en poing, les sourcils se froncent, les mâchoires se serrent, Les narines se dilatent pour s'adapter à un flux d'air plus important. Le sujet ressent un échauffement de la peau et le besoin d'agir.

Conjonctivite : La conjonctivite est une inflammation de la membrane qui recouvre la partie blanche de l'œil et l'intérieur des paupières (conjonctive). La cornée n'est pas atteinte. Elle entraîne une rougeur du blanc de l'œil et de l'intérieur des paupières. Certains symptômes comme une démangeaison au niveau des paupières qui peuvent être enflées ; une douleur très modérée de l'œil ; une sensation de sable sous les paupières ; un écoulement clair ou purulent ; des paupières collées le matin au réveil ; une vision brouillée mais sans baisse de l'acuité visuelle.

Convulsions : La convulsion est la contraction violente et involontaire d'un ou plusieurs muscles, comme des spasmes involontaires d'un muscle d'un ou plusieurs membres, voire de tout le corps. Elle peut aussi affecter la face ;

Constipation : La constipation consiste en un retard ou une difficulté à évacuer les selles. Elle peut être occasionnelle (voyage, grossesse, etc.) ou chronique. On parle de constipation chronique lorsque le problème dure depuis au moins 6 à 12 mois, avec des symptômes plus ou moins marqués.

Courbatures : Les courbatures sont la conséquence logique et quasi systématique de la reprise d'une activité physique ou d'un effort plus intense que d'habitude. Les courbatures sont des

douleurs musculaires généralement sans gravité, consécutives à un effort important ou après une infection virale ex de la grippe.....).

Crampes : Une crampe désigne un trouble du système musculo-squelettique caractérisé par une contraction douloureuse et temporaire d'un muscle. Les crampes surviennent plus souvent au niveau des fléchisseurs des bras ou des jambes. Contraction douloureuse, involontaire, intense et brutale d'un muscle ou d'un groupe musculaire.

Cystite : Une cystite est une inflammation de la vessie. La cystite est le plus souvent d'origine bactérienne. Elle est caractérisée par des sensations de brûlures ou de picotements au moment d'uriner.

Décalcification : La décalcification des os est la baisse de la quantité de calcium contenue dans les os, le calcium étant un des éléments assurant leur solidité. Elle peut toucher une seule localisation osseuse ou l'ensemble de l'appareil squelettique. Les symptômes sont essentiellement des douleurs courant le long des os atteints. Les os ainsi fragilisés sont plus exposés aux fractures même pour des traumatismes mineurs à des stades avancés.

Dépression nerveuse : La dépression (également appelée dépression caractérisée, dépression clinique ou dépression majeure) est un trouble mental caractérisé par des épisodes de baisse d'humeur (tristesse) accompagnée d'une faible estime de soi et d'une perte de plaisir ou d'intérêt dans des activités habituellement ressenties comme agréables par l'individu. La dépression est une condition handicapante qui peut retentir sur le sommeil, l'alimentation et la santé en général avec notamment un risque de suicide, ainsi que sur la famille, la scolarité ou le travail.

Déprime : Une déprime se caractérise par un sentiment de tristesse passagère qui peut être lié ou non à des raisons précises.

Douleurs articulaires : Les douleurs aux bras, aux jambes, aux épaules, aux genoux ou au dos sont des douleurs articulaires fréquentes en particulier lors du vieillissement, où elles sont souvent en rapport avec l'arthrose.

Eczéma : L'eczéma est une dermatose prurigineuse caractérisée par une inflammation non contagieuse de la peau qui s'accompagne de rougeurs, de fines vésicules, de squame et de démangeaisons. L'eczéma atopique est la forme la plus courante d'eczéma chronique. Il concerne les personnes prédisposées aux allergies de façon génétique, héréditaire. Cet eczéma se déclenche en cas de contact avec un allergène. Il s'agit le plus souvent d'un pneumallergène, c'est-à-dire d'un élément volatil qui va être respiré (pollen, poussière, acariens) mais il peut aussi s'agir d'allergène alimentaire.

Entorse et Foulure : Une entorse ou foulure est un traumatisme des ligaments occasionné par une mobilisation excessive d'une articulation. C'est est un étirement ou une déchirure d'un ou de plusieurs ligaments d'une articulation

Escarres : Les escarres touchent principalement les personnes alitées. C'est la destruction locale plus ou moins importante d'un tissu, due à une diminution de l'irrigation sanguine suite à un processus ischémique qui se traduit par la diminution de la vascularisation et donc de l'apport sanguin au niveau de ces tissus.

Fibromyalgie : La fibromyalgie est un syndrome caractérisé par des douleurs diffuses dans tout le corps, souvent associées à une grande fatigue et à des troubles du sommeil, des troubles cognitifs mineurs et des troubles de l'humeur d'intensité variable et d'évolution chronique.

Goutte : Maladie chronique liée à un excès d'acide urique dans le sang, la goutte touche une ou plusieurs articulations. Les douleurs débutent brutalement et surviennent souvent au milieu de la nuit. Des douleurs violentes et pulsatiles font leur apparition, ressemblant à une pression, un arrachement ou un broiement. Le contact des draps peut devenir insupportable et le patient

éprouve des difficultés à se lever. La personne touchée par une crise de goutte peut également ressentir une sensation de froid. Les symptômes inflammatoires sont notamment un gros orteil rouge et luisant, une sensation de chaleur et un important œdème

Grippe : La grippe (ou influenza) est une maladie causée par un virus qui s'attaque au système respiratoire. Elle se répercute sur tout l'organisme. Elle dure normalement de 3 à 7 jours et peut empêcher une personne de mener ses activités quotidiennes.

Hémorroïdes : Les hémorroïdes sont des veines dilatées qui se forment dans l'anus ou le rectum. Produites par des dilatations dont la grosseur est variable d'un individu à l'autre, les hémorroïdes peuvent être internes (à l'intérieur de l'anus) ou externes (sur le pourtour de l'anus) en fonction de leur localisation. Elles constituent des structures anatomiques normales et ne revêtent un aspect pathologique que lorsqu'elles évoluent vers une maladie hémorroïdaire. La constipation est donc l'ennemi à combattre.

Hernie discale : La hernie discale est une maladie du disque intervertébral. Jouant le rôle d'amortisseur entre deux vertèbres, ces disques s'usent avec le temps et peuvent parfois se déformer ou sortir de leur enveloppe. Une hernie discale peut commencer par une simple douleur dans le bas du dos suite à un effort ou un faux mouvement. Les hernies discales peuvent survenir dans n'importe quel segment de la colonne vertébrale, mais touchent très fréquemment le bas du dos et le cou, plus rarement.

Herpès : L'herpès est une maladie virale contagieuse responsable d'affection de la peau et des muqueuses caractérisée par une éruption vésiculeuse de boutons (Bouche, organes génitaux, doigts, œil).

Hypertension : L'hypertension artérielle, ou haute pression sanguine, se caractérise par une pression anormalement forte du sang sur la paroi des artères. (Silencieuse, elle peut entraîner des infarctus ou des attaques cérébrales).

Insomnies : L'insomnie est un symptôme, pas une maladie en soi, un peu comme la fièvre. Elle se caractérise par de la difficulté à dormir suffisamment, au point où cela entrave les activités de la vie courante (sommolence, moins bonne attention, irritabilité, etc.). Certaines personnes dorment naturellement peu d'heures par nuit sans répercussion néfaste : elles ne sont donc pas insomniaques. On distingue 2 types d'insomnie : l'**insomnie passagère** : les symptômes sont reliés à une situation ponctuelle souvent facilement identifiable (une période plus stressante au bureau, un divorce, etc.) - l'**insomnie chronique** : la difficulté à dormir doit se manifester au moins 3 nuits par semaine, durant au moins 1 mois.

Insuffisance Hépatique : L'insuffisance hépato-cellulaire est le défaut de fonctionnement normal du foie. L'insuffisance hépatique est l'impossibilité qu'a le foie à assurer toutes ses nombreuses fonctions (synthèse, construction dégradation). L'insuffisance hépatique peut-être en rapport avec une inflammation (aiguë ou chronique) du foie ou secondaire à une résection du foie.

Jaunisse (Ictère) : La *jaunisse*, dont le nom scientifique est *ictère*, est un symptôme prenant la forme d'une coloration jaune des muqueuses, de la peau et de la conjonctive.

Lumbago : Le tour de rein (ou lumbago pour le médecin) se définit par des douleurs vives au niveau des vertèbres lombaires, de la moitié inférieure du dos. Ces douleurs surviennent brutalement, en général après un effort brusque ou inhabituel.

Maladies de la peau : Certaines maladies de peau sont responsables d'un stress important (psoriasis, eczéma, urticaire, vergetures, zona, cellulite. Les maladies de peau sont courantes et peuvent rapidement gâcher la vie. Entre, acné, urticaire, cellulite, vergetures ou rosacée, zona, il est parfois difficile d'identifier ces problèmes de peau.

Maux de tête : Les maux de tête (céphalées) sont des douleurs très courantes ressenties au niveau de la boîte crânien De nombreuses personnes sont sujettes aux maux de tête ou, en termes scientifiques, aux céphalées. Il n'existe pas un seul mais plusieurs types de céphalées. On distingue

les maux de tête en fonction de leur mode de survenue, de leur localisation et de leur intensité. La survenue d'un mal de tête peut s'expliquer par certains facteurs déclenchants comme la pollution, la prise de certains médicaments ou une consommation excessive d'alcool. La durée des céphalées est un élément essentiel: les formes aiguës apparaissent et disparaissent rapidement.

Migraine : - La migraine est un mal de tête, d'intensité variable, récurrent. Elle se manifeste par crises qui peuvent durer de quelques heures à quelques jours. La migraine ophtalmique n'est pas une maladie oculaire, mais neurologique ; ses symptômes visuels spectaculaires précipitent souvent les patients à la consultation de l'ophtalmologue. Elle fait partie de la famille des "migraines accompagnées", c'est-à-dire. des céphalées précédées d'une phase de déficit neurologique appelée "aura".

Mycoses : les mycoses candidosées, dues à des champignons du genre *Candida*, affectent la peau et les muqueuses. Elles sont contagieuses et gênantes. (Teigne, muguet, pied d'athlète, *mycose* vaginale). En fonction de leur localisation, on peut distinguer les mycoses superficielles et les mycoses systémiques. Les premières atteignent la peau ou les muqueuses. Les secondes touchent les organes internes.

Polyarthrite : La polyarthrite rhumatoïde est une maladie inflammatoire des articulations et qui s'accompagne du gonflement de la membrane synoviale qui est en charge de lubrifier ces mêmes articulations. Elle est due à un dérèglement du système immunitaire. Des douleurs (ou une sensibilité) aux articulations atteintes. Les douleurs sont plus fortes la nuit et au petit matin, ou après une période de repos prolongé. Elles occasionnent souvent un réveil nocturne en deuxième partie de nuit. Elles peuvent être continues et jouer considérablement sur le moral.

Psoriasis : Le psoriasis est une maladie inflammatoire de la peau qui peut toucher différentes parties du corps (coude, genoux, cuir chevelu...) Le psoriasis est une maladie chronique de la peau. Il se manifeste par l'apparition d'épaisses plaques de peau rouges et sèches à différents endroits du corps. Même si cette pathologie reste bénigne la plupart du temps, elle affecte le quotidien des personnes qui en sont atteintes. Le psoriasis n'est pas une maladie contagieuse ni allergique.

Règles douloureuses (dysménorrhée) : La dysménorrhée désigne étymologiquement la difficulté de l'écoulement des règles. Elle se manifeste par une douleur qui précède, accompagne ou suit la menstruation (les règles).

Rhumatismes : Le terme « rhumatisme » est un terme général qui désigne toutes les affections et tous les symptômes douloureux touchant les articulations et structures péri articulaires (os, muscles, tendons). Les rhumatismes inflammatoires regroupent quant à eux plusieurs dizaines de maladies comme la polyarthrite rhumatoïde, la spondylarthrite ankylosante ou encore les infections bactériennes ou virales (arthrites septiques) ou la goutte. Les rhumatismes inflammatoires touchent principalement les articulations des pieds, des genoux, des hanches, mais aussi les épaules ou les mains ; ces rhumatismes s'intègrent souvent dans le cadre de maladies de système ou immunitaires qui touchent d'autres organes.

Rhume : Le rhume est une infection très fréquente du nez (ou plus précisément des fosses nasales) et de la gorge, causée par un virus nommée aussi rhinite virale ou aiguë. Pour être contaminé par un de ces virus, plusieurs conditions doivent être réunies : être en contact étroit avec une personne infectée (inhalation des gouttelettes de muqueuse rejetées lors de la toux ou l'éternuement, contamination par les mains) et avoir un système immunitaire qui ne peut éliminer le virus. Ce dernier pénètre par le nez, contamine les membranes nasales et les cellules dans lesquelles il se multiplie.

Schizophrénie : La schizophrénie se définit comme une perte de contact avec la réalité. La schizophrénie est une maladie du cerveau qui affecte la pensée, les sentiments et les émotions, tout comme les perceptions et les comportements des personnes qui en sont atteintes. Toutes ces fonctions ne sont cependant pas perturbées au même moment et dans la même mesure. De nombreuses personnes souffrant de schizophrénie peuvent avoir un comportement parfaitement

normal pendant de longues périodes. Bien qu'elle n'affecte pas l'intelligence proprement dite de la personne, la schizophrénie occasionne souvent un certain nombre de déficits cognitifs qui perturbent notamment l'attention, la mémoire, l'apprentissage et le traitement de l'information. Ces déficits sont souvent présents dès le début de la maladie et diminuent la capacité de la personne à réagir de manière appropriée avec son milieu.

Sclérose en plaques : maladie neuro-dégénérative. La sclérose en plaques est une maladie qui touche le système nerveux central, en particulier le cerveau, les nerfs optiques et la moelle épinière. Elle altère la transmission des influx nerveux et peut se manifester par des symptômes très variables : engourdissement d'un membre, troubles de la vision, sensations de décharge électrique dans un membre ou dans le dos, troubles des mouvements,

Sida : Le sida ou syndrome d'immunodéficience acquise correspond à une maladie infectieuse se caractérisant par une réduction progressive du système de défense immunitaire, notamment d'un certain type de globules blancs (les lymphocytes CD4). Le Sida est l'abréviation de syndrome d'immunodéficience acquise. C'est une maladie sexuellement transmissible, causée par un virus appelé VIH, ou virus d'immunodéficience humaine. Il existe néanmoins d'autres modes de transmission comme la voie sanguine, ou la voie materno-foetale lors de l'accouchement ou de l'allaitement. Le VIH s'attaque au système immunitaire de l'individu, ce qui entraîne une vulnérabilité importante de l'organisme y compris face aux maladies habituellement bénignes et bien contrôlées par les cellules de défense de l'organisme.

Sinusite : Typiquement, la sinusite apparaît après un rhume, qui semble guéri ou en voie de guérison et qui se complique par l'infection des sinus. La sinusite désigne l'inflammation des muqueuses qui recouvrent l'intérieur des sinus. Le symptôme principal de la sinusite est le mal de tête -l'obstruction nasale (nez bouché) ; La rhinorrhée (écoulement nasal) ; les douleurs sinusiennes (tension faciale) ; la perte d'odorat (anosmie) ;

Spasmophilie : La spasmophilie est un syndrome regroupant plusieurs symptômes liés à l'état d'angoisse. La spasmophilie, parfois nommée syndrome d'hyperventilation, est un syndrome regroupant un ensemble de symptômes liés à un état anxieux. Elle correspond à une réaction de peur et à ses manifestations, mais qui se produit de façon inappropriée ou disproportionnée par rapport à l'environnement. La spasmophilie se manifeste par une accélération du rythme respiratoire associée à une sensation d'étouffement, d'oppression, de difficulté à trouver l'air ; par un sentiment de tétanie musculaire, principalement dans les membres supérieurs (incapacité à bouger, fourmillements, picotements) ; par une asthénie physique ou intellectuelle, sans cause apparente avec sensation de «jambes coupées», de « tête vide » et la survenue de « coups de pompe » ; par une sensation de malaise, palpitations, douleurs thoraciques ou abdominales sans raison organique, striction pharyngée, « boule qui monte et qui descend » dans la gorge, impression de « marcher dans du coton », troubles digestifs variés

Stress : Le stress empoisonne l'existence, au propre comme au figuré : non seulement rend-il la vie désagréable, il rend malade. Boule au ventre, mains moites, cœur qui s'emballer, bouffées de chaleur... Si ces sensations vous sont familières, vous souffrez peut-être du mal du siècle. Le stress est souvent à l'origine d'anxiété, d'insomnie, voire de dépression ou de maladies psychosomatiques.

Syndrome du canal carpien : Le syndrome du canal carpien se manifeste par des engourdissements et des fourmillements dans les doigts, et par une perte de force musculaire dans le poignet et la main touchés. Il résulte d'une compression du nerf médian au poignet et il est favorisé par la répétition de certains mouvements ou postures de la main ainsi que par certaines maladies.

Tendinite : La tendinite est une affection douloureuse du tendon correspondant à une histopathologie spécifique qui met en jeu un mécanisme inflammatoire. Elle est provoquée par une infection ou par des sollicitations répétées du tendon.

Torticolis : Le torticolis est une contracture musculaire douloureuse du cou. Il affecte

principalement le muscle sterno-cléido-mastoïdien, le gros muscle du cou. Il peut cependant toucher aussi d'autres endroits comme le trapèze. Il peut faire suite à une mauvaise position ou un faux mouvement. Le torticolis est une sorte de lumbago du cou et est favorisé par le stress ou le surmenage.

Troubles digestifs : Les troubles digestifs regroupent un ensemble de symptômes liés au fonctionnement de l'appareil digestif. Le plus souvent les troubles digestifs sont bénins mais pénibles : pesanteurs à la digestion (dyspepsie), de brûlures d'estomac (gastrite), remontées acides (pyrosis), éructations (aérophagie avec hernie hiatale) ou ballonnements intestinaux avec alternance de diarrhée et constipation.

Ulcères : Un ulcère est une plaie de la peau, des yeux ou d'une muqueuse, accompagnée d'une désintégration du tissu. Plus précisément, il s'agit d'une érosion de l'épithélium normal. Un ulcère contient souvent du pus. Il y a plusieurs sortes d'ulcères. Ulcération de la jambe, de l'estomac, intestinales, artérielle, génitale.

Urticaire : Ce sont des démangeaisons intenses, éruption de plaques rouges ou en relief, l'urticaire est l'une des affections de la peau les plus fréquentes. L'urticaire est un symptôme notable cutané caractérisé par une rougeur pâle et quelques gonflements. L'urticaire cholinergique est souvent causée par des réactions allergiques ; cependant, il existe des causes non allergiques

Verrues : Les verrues sont de petites excroissances rugueuses bénignes, bien délimitées, qui se forment dans l'épiderme (la couche externe de la peau). Elles infiltrer les peaux abîmées (petites coupures, ampoules...), par un contact direct ou un contact avec une surface contaminée.

Vertiges : Le vertige correspond à une impression de mouvement du corps ou de l'environnement, réalisant très souvent une impression de rotation. Les vertiges donnent l'illusion que l'environnement (murs, sols, plafonds, objets) se met à bouger. Le mouvement ressenti est le plus souvent circulaire (comme si vous étiez sur un manège), mais peut aussi s'apparenter à un balancement ou à une sensation de chute dans un trou. Ces manifestations sont liées à un trouble de l'équilibre. Les vertiges peuvent être accompagnés de divers symptômes : nausées ou vomissements, sueurs, perte d'audition, acouphènes, maux de tête.

Zona : Le zona se manifeste par des éruptions cutanées douloureuses le long d'un nerf ou d'un ganglion nerveux qui survient en cas de réactivation du virus de la varicelle. La personne atteinte de zona éprouve une sensation parfois forte de brûlure, des picotements, généralement sur un seul côté du corps. S'il survient sur le thorax, le zona peut créer un tracé plus ou moins horizontal qui évoque la forme d'une héli-ceinture. De 1 à 3 jours plus tard, une rougeur diffuse apparaît sur cette région de la peau. Puis, plusieurs vésicules rouges remplies de liquide et ressemblant aux boutons de la varicelle font éruption. Ils provoquent des démangeaisons, se dessèchent en 7 à 10 jours, et disparaissent au bout de 2 à 3 semaines, parfois un peu plus.