



# Folliculite

## Une folliculite, qu'est-ce que c'est ?

Une folliculite est une **inflammation** d'un ou de plusieurs follicules pileux.

## Un follicule pileux, qu'est-ce que c'est ?

Un follicule pileux, c'est l'endroit où pousse un poil ou un cheveu. Il contient la racine du poil ou du cheveu. C'est comme une toute petite poche, un petit sac, dans la couche supérieure de la peau.

## Quelle est la cause d'une folliculite ?

Une folliculite peut avoir différentes causes.

La plupart du temps, c'est une **infection** qui cause la folliculite. Cette infection peut être causée par une bactérie, un champignon, un virus ou un parasite, comme un acarien par exemple.

Le plus souvent, c'est une **bactérie** qui est responsable de cette infection, généralement le staphylocoque doré. Les staphylocoques sont naturellement présents sur la peau. Ils sont aussi souvent présents dans les eaux non-traitées, les sols et sur les objets sales.

Une autre bactérie peut aussi contaminer l'eau d'une piscine ou d'un jacuzzi, par exemple, et causer ce qu'on appelle la « folliculite du spa ».

Des **médicaments** peuvent causer une folliculite non-infectieuse, c'est le cas, par exemple, de la testostérone, du lithium, d'un antibiotique contre [l'acné](#), ou de médicaments contre la [tuberculose](#).

## Quels sont les facteurs de risque d'une folliculite ?

Voici ce qui peut favoriser une folliculite infectieuse :

- avoir du **staphylocoque doré** dans le nez :

- En effet, si on gratte dans son nez, on peut alors déposer ces bactéries à d'autres endroits du corps sur la peau.
- avoir un **problème de [peau qui chatouille](#)**, ce qui donne envie de se gratter ;
- avoir la **peau irritée**, par exemple à cause :
  - d'un **rasage dans le sens contraire du poil**,
  - d'une **épilation**,
  - du **frottement d'un vêtement serré** contre la peau ;
- avoir la **peau qui macère** ;
- un follicule pileux qui se bouche ;
- des huiles ou des produits chimiques utilisés dans certaines professions ;
- l'eau du bain, les **piscines**, y compris les piscines gonflables, les **jacuzzis** ;
- moins bien se défendre contre les infections ([immunodépression](#)), par exemple à cause d'un [diabète](#) ou d'une [infection par le VIH](#) ;
- certains **médicaments** peuvent faciliter une folliculite infectieuse en empêchant la peau de bien se défendre contre les microbes. Par exemple :
  - la cortisone, en pommade ou par la bouche,
  - les médicaments qui freinent le système de défense (système immunitaire) (médicaments immunosuppresseurs),
  - une chimiothérapie.

## Comment évolue une folliculite ?

**En général, la folliculite guérit toute seule en 1 à 2 semaines.**

Parfois, l'infection sort du sac et s'étend dans la peau autour du follicule pileux, cela forme un furoncle. Lorsque plusieurs furoncles se rejoignent, on parle d'anthrax.

Parfois, l'inflammation s'étend plus profondément (folliculite profonde ou sévère). Une folliculite profonde peut évoluer en abcès plus profond sous la peau (abcès sous-cutané). L'évolution en abcès est plus fréquente chez les personnes qui ont un [système immunitaire affaibli](#), un [diabète](#) ou une [hidradénite suppurée](#).

## Comment reconnaître une folliculite ?

Une inflammation d'un follicule pileux (folliculite) apparaît toujours sur les **zones poilues** du corps, par exemple :

- la tête ;
- la partie du visage où pousse la barbe ;
- le cou ;
- en-dessous des bras (les aisselles) ;
- la zone entre la cuisse et le bas du ventre (l'aîne) ;
- les fesses.

En cas de folliculite, vous pouvez voir des **petits boutons rouges à l'endroit où les poils poussent**. Ces boutons peuvent [chatouiller](#) et être douloureux. Il peut y avoir une petite pointe blanche, jaune ou verte au centre du bouton, comme une tête d'épingle. Si le bouton perce de lui-même, la peau peut être abîmée ou présenter une petite croûte.

## Comment est posé le diagnostic de folliculite ?

Votre médecin vous écoute et **regarde votre peau**. Cela suffit pour poser le diagnostic.

Si vous avez souvent des folliculites, votre médecin peut prendre (prélever) un peu de pus. Il ou elle choisit un bouton avec une petite tête blanche et frotte doucement avec une petite lame. Le pus sort alors facilement. Il ou elle demande au laboratoire d'analyser le pus.

## Que pouvez-vous faire ?

Une folliculite disparaît généralement toute seule.

Vous devez **contacter votre médecin** si :

- vous ne **vous sentez pas bien** ou vous avez de la **fièvre** ;
- il n'y a pas d'amélioration **après 1 à 2 semaines** ;
- un bouton devient plus gros et plus douloureux, qu'il forme une **boule rouge** avec une ou plusieurs petites pointes blanches et qu'il contient du pus et du sang (**furoncle**), surtout si c'est sur le **visage** ;
- votre **peau est chaude, rouge, gonflée et douloureuse** (**anthrax** ou **abcès cutané**) ;
- vous avez un [système de défense \(système immunitaire\) affaibli](#) ;
- vous avez **souvent** des folliculites.

## Pour éviter une folliculite

Le plus important est d'avoir une **bonne hygiène** du corps et des cheveux. Lavez-vous régulièrement avec de l'eau et du savon et rincez bien votre peau.

Coupez vos ongles bien courts.

Évitez les huiles et les graisses sur la peau.

Habillez-vous, de préférence, avec des **vêtements larges**, qui ne serrent pas.

Voici quelques conseils pour le rasage ou l'épilation :

- Utilisez votre rasoir personnel, vos accessoires de beauté et d'hygiène personnels, n'utilisez pas ceux d'une autre personne.
- Lors du rasage, essayez d'éviter de vous blesser :
  - Pour limiter le risque de blessure :

- **Rasez-vous en suivant le sens de la pousse du poil.**
- Utilisez, si c'est possible, un **rasoir électrique**.

Si vous allez dans un institut de beauté pour certains soins, assurez-vous que le matériel est bien stérilisé.

Si vous aimez les stations thermales, les piscines ou les jacuzzis, choisissez des lieux où l'hygiène semble respectée et où l'eau est désinfectée et régulièrement changée ou rafraîchie.

## **En cas de folliculite**

Lavez bien votre peau à l'eau et au savon. Séchez-la bien. Vous pouvez laver votre peau avec un savon contre les microbes (savon antiseptique), demandez conseil à votre pharmacien-ne.

Pour éviter de transmettre l'infection à d'autres parties du corps, pensez à vous **laver les mains** plusieurs fois par jour et à bien les sécher. Pensez à changer régulièrement d'essuie.

Si vous avez mal, vous pouvez prendre un antidouleur : du paracétamol.

**Evitez de :**

- mettre un pansement ou un bandage ;
- raser ou épiler la zone du corps avec la folliculite ;
- toucher ou percer les boutons.

## **En cas de folliculite qui revient souvent dans la barbe**

Voici quelques conseils :

- Lavez soigneusement votre peau avec un savon antiseptique doux et un gant de toilette :
  - Vous pouvez demander conseil à votre pharmacien-ne pour trouver un savon adapté.

- Rincez à l'eau tiède, et appuyez ensuite sur votre peau avec le gant de toilette tiède pendant 5 à 8 minutes.
- Mettez la crème à raser sur votre peau et massez bien pour qu'elle fasse de la mousse.
- Utilisez une lame bien aiguisée.
- Ne tendez pas votre peau.
- Ne laissez pas sécher la mousse.
- Rasez-vous dans le sens du poil.
- Après le rasage, rincez votre peau et utilisez un gant de toilette avec de l'eau froide pour appuyer sur votre peau pendant 5 à 8 minutes.
- Utilisez un après-rasage.

### **Que peut faire votre médecin ?**

Votre médecin vous conseille de nettoyer votre peau avec un savon antiseptique, et d'être prudent·e lors du rasage ou de l'épilation.

Votre médecin vous propose un traitement en fonction de la **cause** et de la **sévérité** de la folliculite.

En cas de folliculite profonde ou sévère, ou en cas de folliculite qui revient souvent, et si la cause de la folliculite est une infection par une bactérie, votre médecin peut vous prescrire un [antibiotique](#).

En cas de furoncle ou d'abcès, votre médecin peut percer (inciser) le furoncle ou l'abcès pour faire sortir le pus. Ensuite, il ou elle nettoie la peau à cet endroit. Il ou elle peut également vous prescrire un [antibiotique](#) à prendre par la suite.

Si le premier traitement ne fonctionne pas, votre médecin peut faire un prélèvement pour connaître précisément le microbe qui cause votre folliculite et le traitement qu'il faudrait alors vous donner. Il peut aussi demander une prise de sang pour chercher si vous avez un facteur de risque de folliculite, comme un [diabète](#) par exemple.

Rédaction le 26 mai 2025.

Dernière mise à jour le 25  
avril 2025

Lien vers l'article:

[https://infosante.be/guides/  
folliculite-et-abcs-cutan](https://infosante.be/guides/folliculite-et-abcs-cutan)



## Liens Utiles

- Chlorhexidine  
<https://www.cbip.be/fr/chapters/16?frag=13813>
- Povidone iodée  
<https://www.cbip.be/fr/chapters/16?frag=13847>

## Sources

- Guide de pratique clinique étranger  
<https://www.ebpnet.be/fr/pages/display.aspx?ebmid=ebm00273>