

Phytodermatoses

Quand les plantes irritent, allergisent... ou réagissent avec le soleil

Une réaction cutanée après contact avec une plante n'est pas forcément une allergie. Une plante peut irriter directement la peau, provoquer un véritable eczéma allergique ou devenir phototoxique seulement lorsqu'elle est associée au soleil. Identifier la plante, la manière dont elle a touché la peau et l'exposition solaire qui a suivi est souvent la clé du diagnostic.

Les 3 repères essentiels

1 · Une phytophotodermatose n'est généralement pas une allergie

Certaines plantes contiennent des furocoumarines. Sur la peau puis exposées aux UVA, elles peuvent provoquer rougeur, brûlure, œdème ou bulles, puis une pigmentation brune. Aucune sensibilisation préalable n'est nécessaire.

2 · Une vraie allergie de contact aux plantes existe aussi

Après sensibilisation, de nouvelles expositions peuvent déclencher un eczéma retardé. Les lactones sesquiterpéniques de nombreuses Astéracées/Composées sont des allergènes végétaux classiques.

3 · La forme des lésions raconte souvent ce qui s'est passé

Coulures, empreintes de doigts, éclaboussures ou limites de vêtements peuvent orienter vers une phytophotodermatose. Photographiez les lésions tôt.

Les principaux types de phytodermatoses

Type	Mécanisme	Aspect / délai typique
Irritative	Agression directe de la peau	Brûlure, rougeur, fissures ; souvent rapidement.
Allergique de contact	Réaction immunologique retardée	Eczéma, démangeaisons ; souvent 24–72 h après contact.
Phytophotodermatose	Plante phototoxique + UVA	Érythème / brûlure ± bulles puis pigmentation.
Urticatoire de contact	Réaction immédiate, parfois IgE	Plaques/urticaires en quelques minutes.
Mécanique	Épines, poils, trichomes...	Douleur ou inflammation localisée.

Plante phototoxique + UVA = réaction cutanée

Les furocoumarines absorbent les UVA. Après contact puis soleil, la réaction peut n'apparaître que plus tard, avec une hyperpigmentation persistante après disparition de l'inflammation.

Phytophotodermatoses : agrumes, figuier, berce et parfums

Quelles plantes peuvent être en cause ?

Plante / famille	Expositions typiques
Citron vert / lime	Cocktails, cuisine, boissons sur la plage.
Citron / certains agrumes	Jus, zestes, cuisine.
Bergamote	Certains parfums ou huiles parfumées.
Figuier	Feuilles et sève lors du jardinage.
Panais, céleri, persil	Cuisine, maraîchage, jardin.
Rue	Jardinage.
Berce du Caucase	Contact extérieur ; brûlures phototoxiques parfois sévères.

Le « lime disease » : citron vert + soleil

Attention : « lime disease » ≠ maladie de Lyme

Dans certaines publications anglophones, lime disease désigne familièrement une phytophotodermatose au citron vert. Cela n'a aucun rapport avec la maladie de Lyme transmise par les tiques.

Scénario typique : presser des citrons verts ou préparer des cocktails → jus sur les mains/avant-bras → exposition solaire → réaction dans les heures suivantes. Le terme « margarita burn » ou « margarita photodermatitis » est aussi utilisé.

Le dessin des lésions est parfois un indice

- coulures verticales ;
- empreintes de doigts ou de main ;
- éclaboussures irrégulières ;
- zones protégées par les vêtements épargnées.

L'aspect peut mimer une brûlure, une infection ou une dermatite de contact. Chez l'enfant, certaines formes très géométriques peuvent même être trompeuses.

Figuier et berce du Caucase

La sève et les feuilles de figuier (*Ficus carica*) peuvent provoquer des réactions bulleuses parfois étendues. La berce du Caucase peut provoquer de véritables brûlures phototoxiques après exposition solaire.

Quand demander un avis rapidement ?

Bulles étendues, douleur importante, atteinte du visage ou des yeux, ou surface cutanée importante.

La « dermite en breloque »

La dermite en breloque (berloque dermatitis) est une photodermatose historique liée à certaines préparations parfumées contenant des furocoumarines de bergamote puis exposées au soleil. Elle peut donner des coulures pigmentées sur le cou ou le décolleté, parfois précédées d'une phase rouge ou bulleuse.

Parfum + soleil + pigmentation en coulure

Pensez à une photodermatose avant de conclure à une « allergie au parfum ». Les parfums modernes sont mieux contrôlés, mais certaines huiles essentielles ou préparations traditionnelles peuvent encore exposer aux furocoumarines.

Vraies allergies végétales, métiers exposés et exploration

Allergie de contact aux plantes : quels allergènes ?

Une dermatite allergique de contact donne plutôt un eczéma avec démangeaisons, rougeur, vésicules et desquamation. Elle nécessite une sensibilisation préalable.

Exposition	Allergène / particularité
Astéracées / Composées : chrysanthème, camomille, arnica, achillée...	Lactones sesquiterpéniques ; dermatite parfois aéroportée du visage, cou et avant-bras.
Ail / oignon	Composés soufrés, dont diallyl disulfide ; surtout mains très exposées.
Tulipe / Alstroemeria	Tulipaline A ; classique chez certains fleuristes.
Primevère	Primin ; allergène végétal classique.

Le métier peut être la clé

Jardiniers, fleuristes, maraîchers, agriculteurs, forestiers, cuisiniers et personnels de restauration peuvent présenter des phytodermatoses irritatives, allergiques ou immédiates. Plusieurs mécanismes peuvent coexister.

Urticaire de contact et dermatite de contact aux protéines

Certaines plantes, fruits, légumes ou produits végétaux peuvent provoquer en quelques minutes démangeaisons, plaques en relief ou gonflement. Chez des professionnels manipulant quotidiennement des aliments frais, une dermatite de contact aux protéines peut associer eczéma chronique des mains et poussées rapides après contact.

Comment se déroule l'enquête ?

Question	À noter
Qu'avez-vous touché ?	Plante, fruit/légume, feuilles, tiges, sève, jus ou zeste.
Où et quand ?	Jardin, cuisine, travail, vacances, plage ; date et heure approximatives.
Soleil ensuite ?	Exposition UVA dans les heures suivantes.
Produit appliqué ?	Parfum, huile essentielle, cosmétique, préparation végétale maison.
Aspect des lésions ?	Coulures, plaques, bulles, eczéma, urticaire ; photo précoce si possible.

Photo de la peau + photo de la plante

Une photo de la plante peut être aussi utile qu'une photo des lésions. Ne remanipulez pas volontairement une plante suspecte uniquement pour la photographier.

Quels examens peut-on proposer ?

- Phytophotodermatose typique : diagnostic surtout clinique ; examens biologiques généralement inutiles.
- Suspicion d'allergie de contact : patch-tests avec allergènes adaptés (lactones sesquiterpéniques, primin, tulipaline A, diallyl disulfide, etc.).
- Réaction immédiate : prick-test, prick-to-prick ou autres explorations immédiates selon l'histoire.

Tester directement une plante fraîche n'est pas anodin : certaines sont irritantes ou sensibilisantes. Ces tests doivent être décidés et réalisés par une équipe expérimentée.

Que faire, comment prévenir et quand consulter ?

Après un contact avec une plante phototoxique

Laver + protéger du soleil

Lavez rapidement la zone à l'eau et au savon, évitez ensuite les UVA, couvrez la peau et ne réexposez jamais volontairement la zone "pour vérifier".

Comment soigne-t-on une phytophotodermatose ?

La plupart des formes sont traitées de manière symptomatique : arrêt de l'exposition, photoprotection, soins locaux, émollients et parfois dermocorticoïdes selon l'importance de l'inflammation et l'avis médical. Les formes très bulleuses ou étendues peuvent nécessiter une prise en charge médicale plus importante.

La pigmentation peut durer

Une pigmentation brune peut persister plusieurs semaines après disparition de l'inflammation. Cela ne signifie pas que la réaction continue.

Prévenir une nouvelle réaction

- Identifier la plante ou le produit en cause.
- Laver rapidement la peau après contact avec sève, jus ou zeste phototoxique.
- Éviter le soleil/UVA sur la zone exposée ; porter gants et vêtements adaptés pour certaines activités.
- Ne pas appliquer volontairement une plante suspecte sur la peau.

Diagnostic différentiel : ce n'est pas toujours une plante

Selon l'aspect, une phytophotodermatose peut ressembler à un eczéma allergique, une brûlure thermique ou chimique, une infection cutanée, un zona, une dermatose bulleuse, des piqûres ou une réaction médicamenteuse.

Les idées reçues

Idée reçue	Message SOS Allergo
« Une réaction à une plante est forcément une allergie. »	Faux : irritation et phototoxicité sont fréquentes.
« Il faut déjà être allergique pour faire citron vert + soleil. »	Faux : la phytophotodermatose est surtout phototoxique.
« Lime disease = maladie de Lyme. »	Non : ici lime signifie citron vert.
« Une trace en coulure signifie forcément un produit chimique. »	Une phytophotodermatose peut exactement prendre cette forme.
« Je peux faire moi-même un patch-test avec la plante. »	Non : certaines plantes sont irritantes ou sensibilisantes.

Avant votre consultation : la checklist SOS Allergo

- date de début des lésions et activité dans les 24–48 h précédentes ;
- jardinage, cuisine, travail, vacances ; soleil/UVA après le contact ;
- plante, fruit ou légume manipulé ; sève, feuilles, jus ou zeste ;
- parfum, huile essentielle ou cosmétique appliqué ; profession ;
- réaction immédiate ou retardée ; brûlure ou démangeaison dominante ;
- photos des lésions aux différents stades et photo/nom de la plante si disponible.

À retenir

Toutes les réactions aux plantes ne sont pas des allergies. Devant une lésion inhabituelle, la question la plus utile est souvent : « Qu'ai-je touché avant de m'exposer au soleil ? ». Le dessin des lésions, la chronologie et une photo de la plante permettent souvent d'éviter des examens inutiles et de prévenir une nouvelle réaction.

Références principales

Bălăceanu-Gurău B, et al. New Insights Concerning Phytophotodermatitis Induced by Phototoxic Plants. Life. 2024;14:1019. · Lacroix G, Samaran Q, Herlin C. Phytophotodermatitis: An under-recognized diagnostic pitfall in chemical burns. Ann Chir Plast Esthet. 2026. · Jiang SY, et al. Lime-Induced Phytophotodermatitis. J Allergy Clin Immunol Pract. 2024. · Paulsen E. The sesquiterpene lactone mix. Contact Dermatitis. 2023;89:434–441. · Uter W, et al. ESCD Guideline for Diagnostic Patch Testing - Update 2026. Contact Dermatitis. 2026;95:237–275. · Wang L, et al. Berloque dermatitis induced by "Florida water". Cutis. · Sasseville D. Phytodermatitis. J Cutan Med Surg. 1999.