

LA LAINE : L'AMIE DE VOTRE PEAU

Une étude récente a montré que le port de vêtements en laine mérinos superfine à même la peau est particulièrement bénéfique pour les personnes atteintes d'eczéma. Cette conclusion rejoint de nombreux résultats scientifiques démontrant les bénéfices pour la santé et le bien-être de la laine mérinos superfine.

Selon cette étude, porter des vêtements en laine mérinos superfine atténue le degré de sévérité et les symptômes de cette affection chronique de la peau. Elle remet ainsi en question l'idée que la laine « piquerait » ou provoquerait des démangeaisons.



QU'EST-CE QUE L'ECZÉMA ?

L'eczéma, aussi appelé dermatite atopique, est une maladie inflammatoire qui se caractérise par une sécheresse de la peau, des lésions, des infections bactériennes, des rougeurs et des démangeaisons. Jusqu'à 28 % de nourrissons souffrent d'eczéma dans le monde, avec une prévalence en augmentation

dans de nombreuses régions. Les traitements les plus courants à l'heure actuelle comprennent l'application régulière de soins hydratants non cosmétiques et de corticoïdes topiques visant à réduire l'inflammation, ainsi que l'administration d'antibiotiques pour éliminer l'infection bactérienne.

LA LAINE A DES EFFETS BÉNÉFIQUES POUR LES PERSONNES ATTEINTES D'ECZÉMA

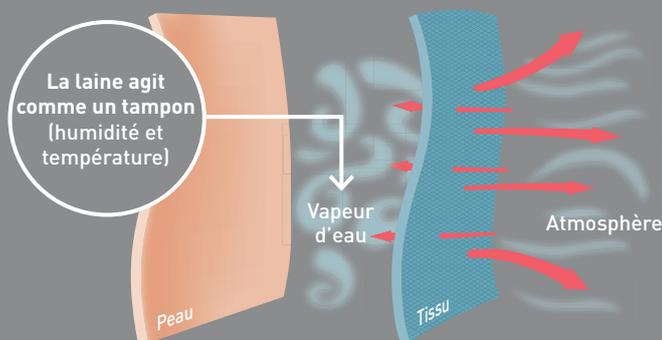


Diagramme n°1 : La laine atténue le micro-climat dynamique présent entre le tissu et la peau.

Qu'il fasse chaud, froid, humide ou sec, les vêtements en laine mérinos sont plus respirants que ceux en fibres classiques. La laine peut absorber et libérer deux fois plus de vapeur d'eau que le coton, et trente fois plus que le polyester.

Portée à même la peau, la laine atténue le micro-climat dynamique présent entre le tissu et la peau, stabilisant ainsi l'humidité et la température. Elle semble également agir comme une seconde peau.

ABSORPTION DE VAPEUR D'EAU

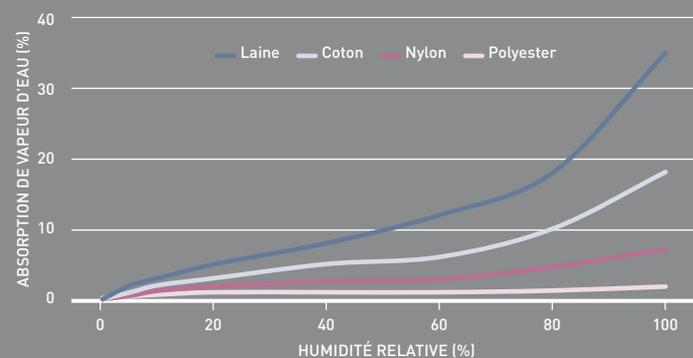


Diagramme n°2 : Les capacités d'absorption de vapeur d'eau présentées par la laine et d'autres fibres montrent que la laine est l'un des meilleurs choix en matière d'habillement.

La peau des personnes atteintes d'eczéma est particulièrement sensible. Une étude australienne menée par le Murdoch Children's Research Institute a montré que les vêtements en laine mérinos superfine douce étaient bien tolérés par les participants, et leur ont permis de réduire les symptômes de l'eczéma. (Remarque : les fibres de ces vêtements doivent présenter un diamètre moyen de 17,5 microns ou inférieur.)

LA LAINE MÉRINOS CONVIENT AUX PERSONNES ASTHMATIQUES ET ALLERGIQUES

Suite aux conclusions d'une étude financée par la Woolmark Company, l'organisme de certification international Allergy Standards Limited (ASL) a officiellement reconnu le linge de lit en laine mérinos comme approprié pour les personnes asthmatiques et allergiques.

Avec l'élaboration de normes scientifiques indépendantes, le but de l'ASL est de créer l'environnement intérieur le plus sain possible pour les personnes qui souffrent d'asthme et d'allergies. L'ASL collabore avec plusieurs groupes de soutien de patients, associations caritatives et organismes gouvernementaux du monde entier, dont notamment la Asthma and Allergy Foundation of America.

Expliquant pourquoi elle a délivré sa nouvelle norme de certification (ASP : 02-25/101) pour le linge de lit en laine

mérinos, ASL cite les résultats des quatre études récentes présentées à la page 3 de cette fiche technique.

L'ASL déclare que : « De plus en plus de preuves suggèrent que la laine mérinos fine de grande qualité est non irritante et présente un risque faible aux personnes ayant la peau sensible. Un rapport récent examinant les données disponibles sur ce sujet a révélé que les fibres de gros diamètre (> 30-32µm) provoquent une irritation cutanée que l'on ne constate pas avec la laine mérinos plus fine. Les effets des vêtements en laine mérinos sur des patients atteints de dermatite atopique de forme légère à modérée ont également été récemment examinés par plusieurs études cliniques en Australie et aux États-Unis. »

DES ESSAIS DERMATOLOGIQUES MONTRENT UNE RÉDUCTION DES SYMPTÔMES D'ECZÉMA

Bonne nouvelle pour les personnes atteintes d'eczéma : trois essais dermatologiques récents ont montré que porter des vêtements en laine mérinos superfine à même la peau réduisait les symptômes chez le nourrisson, l'adolescent et l'adulte.

ÉTUDE N°1 : « LES VÊTEMENTS EN LAINE MÉRINOS SONT RECOMMANDÉS CHEZ LES NOURRISSONS ATTEINTS D'ECZÉMA » (MCRI, MELBOURNE)

L'étude dirigée par le professeur agrégé John Su au Murdoch Children's Research Institute a démontré que porter des vêtements en laine mérinos superfine à même la peau est bénéfique pour les personnes atteintes d'eczéma.

Cette étude a montré que les vêtements en laine mérinos superfine réduisent le degré de sévérité de la dermatite atopique pédiatrique de forme légère à modérée, comparé aux vêtements en coton.

Le diagramme ci-dessous montre une réduction des symptômes d'eczéma sur une période de six semaines avec le port de vêtements en laine, puis une résurgence de ces symptômes avec le port consécutif de vêtements en coton.

Cette étude publiée dans la *British Journal of Dermatology* remet en question l'idée reçue selon laquelle les enfants atteints d'eczéma ne devraient pas porter de laine. Cette recherche conclut que les recommandations habituellement données en termes de prise en charge de la dermatite atopique de l'enfant qui classent tous les vêtements en laine comme des irritants devraient être modifiées pour privilégier la laine mérinos superfine.

LA LAINE vs LE COTON

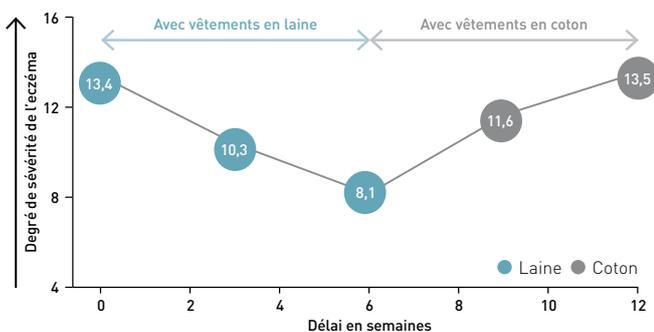


Diagramme n°3 : Déterminer les effets de la laine mérinos superfine sur l'eczéma du nourrisson.

ÉTUDE N°2 : RÉDUCTIONS IMPORTANTES DES SYMPTÔMES D'ECZÉMA CHEZ L'ADOLESCENT ET L'ADULTE (QIDERM, BRISBANE)

Une étude menée par le Dr Lynda Spelman au Queensland Institute of Dermatology (QIDerm) auprès de patients adultes et adolescents atteints d'eczéma a également démontré les bienfaits du port de vêtements en laine mérinos superfine à même la peau.

Cette étude publiée dans la *Journal of Scientific & Technical Research* a conclu que les vêtements en laine mérinos superfine portés sur la peau pourraient offrir une thérapie complémentaire efficace dans la prise en charge de la dermatite atopique.

« Nous avons constaté d'importantes réductions au niveau de la sécheresse, des rougeurs et des démangeaisons cutanées ainsi qu'au niveau de la zone d'inflammation mesurée, » a déclaré le Dr Spelman.

ÉTUDE N°3 : IMPORTANTES AMÉLIORATIONS CONSTATÉES AU NIVEAU DE LA ZONE AFFECTÉE ET DES SCORES DE SÉVÉRITÉ DE L'ECZÉMA (DÉPARTEMENT DE DERMATOLOGIE, UNIVERSITÉ DE LOUISVILLE AU KENTUCKY, ÉTATS-UNIS)

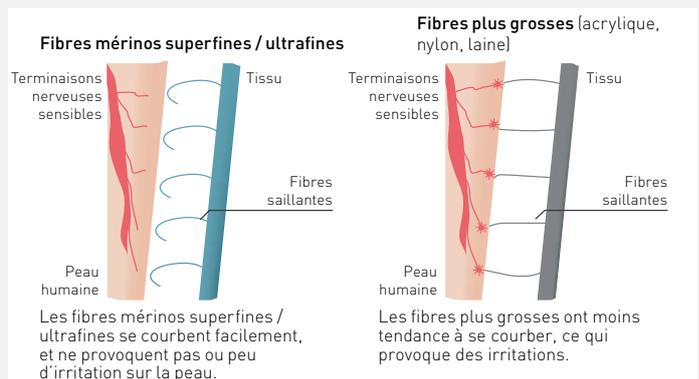
Une étude menée par le département de Dermatologie de l'université de Louisville au Kentucky, auprès de plusieurs patients adultes et pédiatriques atteints d'eczéma, a également démontré que porter des vêtements en laine mérinos superfine à même la peau était bénéfique.

Cette étude, publiée dans la revue médicale *Dermatitis* et dirigée par le professeur Joe Fowler, confirme que porter des vêtements en laine mérinos superfine atténue le degré de sévérité de la dermatite atopique et améliore la qualité de vie des patients, comparé aux vêtements en fibres classiques.

« Cette étude et celles du professeur John Su et du Dr Lynda Spelman montrent non seulement que les vêtements en laine mérinos à diamètre fin devraient être supportables pour les personnes atteintes d'eczéma, mais qu'ils pourraient également avoir des effets thérapeutiques chez les patients atteints de dermatite atopique de forme légère à modérée, » déclare le professeur Fowler.

LA LAINE N'EST PAS UN ALLERGÈNE

Un groupe de professionnels de santé reconnus du monde entier a examiné divers documents de recherche publiés au cours du siècle dernier dans le but d'évaluer de manière critique les études scientifiques qui prétendent que la laine est source d'allergie. Ce groupe a publié un document intitulé « *Debunking the Myth of Wool Allergy* » dont la principale conclusion souligne qu'aucune preuve crédible n'indique que la laine serait un allergène. Ce document révèle également que lorsqu'un tissu crée une sensation de piqure ou de démangeaison, ceci est dû à la largeur de ses fibres, et non au fait que la fibre en question est en laine.



LA LAINE : L'AMIE DE VOTRE PEAU



Regardez cette vidéo pour découvrir les bienfaits thérapeutiques de la laine mérinos superfine : [youtube.com/thewoolmarkcompany](https://www.youtube.com/thewoolmarkcompany)

RÉFÉRENCES (UNIQUEMENT DISPONIBLES EN ANGLAIS)

Jusqu'à 28 % de nourrissons souffrent d'eczéma dans le monde, avec une prévalence croissante dans de nombreuses régions :

- Draaisma E. et al. *A multinational study to compare prevalence of atopic dermatitis in the first year of life*, *Paediatric Allergy and Immunology*, 2015, pp 359 – 366
- Williams H. *Atopic Dermatitis*. *N Eng J Med* 2005;352 : pp 2314–2324.
- Asher M, et al. *Worldwide time trends in the prevalence of symptoms of asthma, allergic rhinoconjunctivitis, and eczema in childhood: ISAAC Phases One and Three repeat multicountry cross-sectional surveys*. *Lancet* 2006;368: pp733–743.
- Weidinger S, Novak N. *Atopic dermatitis*. *Lancet* 2016;387: pp 1109–1122.

Diagramme n°2 : Les capacités d'absorption de vapeur d'eau présentées par la laine et d'autres fibres montrent que la laine est l'un des meilleurs choix en matière d'habillement.

- Rae et R. Bruce, *The Wira Textile Data book*, Leeds: The Wool Industries Research Association, 1973, A64
- Speakman J. B & Cooper C. A. *The Adsorption of Water by Wool, Part I – Adsorption Hysteresis*, *Journal of the Textile Institute Transactions*, 1936 27:7, T183-T185.
- Urquhart, Alexander Robert B.Sc., A.I.C. et Williams, Alexander Mitchell M.A., D.Sc. *The effect of temperature on the absorption of water by soda boiled cotton*, *Journal of the Textile Institute Transactions*, 1924, 15:12.

Les vêtements en laine sont les plus respirants de tous les types de vêtements standard : A. Rae et R. Bruce, *The Wira Textile Data book*, Leeds: The Wool Industries Research Association, 1973, A64.

La laine peut absorber et libérer deux fois plus de vapeur d'eau que le coton, et trente fois plus que le polyester : A. Rae et R. Bruce: *The Wira Textile Data book*, Leeds. The Wool Industries Research Association, 1973, pp 64 – 72.

Les vêtements en laine mérinos superfine réduisent le degré de sévérité de la dermatite atopique pédiatrique de forme légère à modérée, comparé aux vêtements en coton : J.C. Su et al. *Determining Effects of Superfine Sheep wool in INfantile Eczema (DESSINE): a randomized paediatric cross over study*, *British Journal of Dermatology*, 2017, p 132.

Cette étude a conclu que les recommandations habituellement données contre la dermatite atopique de l'enfant devraient être modifiées pour privilégier la laine mérinos superfine : J.C. Su et al. *Determining Effects of Superfine Sheep wool in INfantile Eczema (DESSINE): a randomized paediatric cross over study*, *British Journal of Dermatology*, 2017, 177, p132.

Diagramme n°3 : Déterminer les effets de la laine mérinos superfine sur l'eczéma du nourrisson : J.C. Su et al. *Determining Effects of Superfine Sheep wool in INfantile Eczema (DESSINE): a randomized paediatric cross over study*, *British Journal of Dermatology*, 2017, 177, p131.

Cette étude, dirigée par le Dr Lynda Spelman de QIDerm, a conclu que les vêtements en laine mérinos superfine portés sur la peau offrent une thérapie complémentaire utile dans la prise en charge de la dermatite atopique : L.J. Spelman et al. *An Investigator Blinded, Clinical Trial Assessing the Efficacy of Superfine Merino Wool Base Layer Garments (SMWBG) in Children with Atopic Dermatitis (AD) Measuring SCORAD, EASI, POEM and DSA Scores*, *Biomedical Journal of Scientific and Technical Research*, 2018.

Nous avons constaté d'importantes réductions au niveau de la sécheresse, des rougeurs et des démangeaisons cutanées ainsi qu'au niveau de la zone d'inflammation mesurée : Personal communication, 2015, Dr. L. Spelman, Queensland Institute of Dermatology/Australian Wool Innovation.

Une étude menée par le département de Dermatologie de l'université de Louisville au Kentucky, auprès de plusieurs patients adultes et pédiatriques atteints d'eczéma, a également démontré les bienfaits du port de vêtements en laine mérinos superfine à même la peau : Fowler J. et al. *The Effects of Merino Wool on Atopic Dermatitis Using Clinical, Quality of Life, and Physiological Outcome Measures*, *Dermatitis*, 2019.

Cette étude, dirigée par le professeur Joe Fowler du département de Dermatologie, confirme que le port de vêtements en laine mérinos superfine atténue le degré de sévérité de la dermatite atopique et améliore la qualité de vie des patients, par rapport aux vêtements en fibres classiques : Fowler J. et al. *The Effects of Merino Wool on Atopic Dermatitis Using Clinical, Quality of Life, and Physiological Outcome Measures*, *Dermatitis*, 2019, 3, p204.

Comme l'explique le professeur Fowler : « Cette étude et celles du professeur John Su et du Dr Lynda Spelman montrent non seulement que les vêtements en laine mérinos à diamètre fin seraient supportables pour les personnes atteintes d'eczéma, mais qu'ils pourraient également avoir des effets thérapeutiques chez les patients atteints de dermatite atopique de forme légère à modérée. » : Fowler J. et al. *The Effects of Merino Wool on Atopic Dermatitis Using Clinical, Quality of Life, and Physiological Outcome Measures*, *Dermatitis*, 2019, 3, p204

Ce groupe a d'ailleurs publié un document intitulé « Debunking the Myth of Wool Allergy » dont la principale conclusion est qu'aucune preuve crédible n'indique que la laine serait un allergène : Michaela Zallmann et al. *Debunking the Myth of Wool Allergy: Reviewing the Evidence for Immune and Non-immune Cutaneous Reactions*, *Acta Dermato Verereologica*, 2017.

De plus en plus de preuves suggèrent que la laine mérinos fine de grande qualité est non irritante présente un risque faible pour les personnes à la peau sensible. Un rapport récent examinant les données disponibles sur ce sujet a révélé que les fibres de gros diamètre (> 30-32µm) provoquent une irritation cutanée que l'on ne constate pas avec la laine mérinos plus fine. Les effets du port de vêtements en laine mérinos sur des patients atteints de dermatite atopique de forme légère à modérée ont également été récemment examinés par plusieurs études cliniques en Australie et aux États-Unis : Allergy Standards Limited, *ASP:02-25/101 Addendum for bedding product which contains Merino Wool*