

NOTRE EXPERT VOUS RÉPOND

Dr Bernard Noël
Dermatologue
au CHUV



Y a-t-il un moyen de prévenir les vergetures de grossesse?
Martine F., Grand-Saconnex

« Les vergetures sont des lésions de la peau, dues à la rupture ou à une diminution des fibres élastiques du derme. Elles sont provoquées par un étirement trop important du derme ou une prise de poids rapide. Elles apparaissent souvent au moment de l'adolescence ou lors de la grossesse. Certaines maladies hormonales ou certains médicaments comme les stéroïdes peuvent aussi provoquer leur apparition. Les vergetures sont définitives et il n'existe aucun traitement reconnu efficace. Lors de la grossesse, il faut éviter de prendre trop de poids afin de limiter les tensions de la peau. Les massages ou l'hydratation de l'épiderme n'ont quasiment aucun effet préventif. Il faut également savoir que **plus la peau est jeune, plus elle est sujette aux vergetures.** Ensuite, il y a une part génétique: certaines personnes sont en effet plus prédisposées que d'autres à ce problème. Ces lésions apparaissent principalement sur le ventre, les seins, les hanches, les cuisses et les fesses. Au départ, elles sont légèrement de couleur rouge, voire violacées. Puis, au fil des années, elles s'atténuent et prennent une coloration blanchâtre. On trouve toutes sortes de produits sur le marché qui, soi-disant, font disparaître les vergetures. Inutile de dépenser des fortunes. Ils n'ont pratiquement aucun effet. Certains lasers peuvent néanmoins les atténuer, mais il n'existe malheureusement aucun traitement capable de les faire complètement disparaître. »



Ensuite, il y a une part génétique: certaines personnes sont en effet plus prédisposées que d'autres à ce problème. Ces lésions apparaissent principalement sur le ventre, les seins, les hanches, les cuisses et les fesses. Au départ, elles sont légèrement de couleur rouge, voire violacées. Puis, au fil des années, elles s'atténuent et prennent une coloration blanchâtre. On trouve toutes sortes de produits sur le marché qui, soi-disant, font disparaître les vergetures. Inutile de dépenser des fortunes. Ils n'ont pratiquement aucun effet. Certains lasers peuvent néanmoins les atténuer, mais il n'existe malheureusement aucun traitement capable de les faire complètement disparaître. »

On trouve toutes sortes de produits sur le marché qui, soi-disant, font disparaître les vergetures. Inutile de dépenser des fortunes. Ils n'ont pratiquement aucun effet. Certains lasers peuvent néanmoins les atténuer, mais il n'existe malheureusement aucun traitement capable de les faire complètement disparaître. »

Vous avez une question?
Posez-la-nous par e-mail à: sante@lematin.ch
Ou par SMS: envoyez **LM SANTE** au 700 (20 ct./SMS) suivi de votre question
www.lematin.ch/expert

LIPOSUCCION

Une nouvelle technologie, **peu invasive**, pour traquer la graisse stockée et sculpter la silhouette.

DES ULTRASONS ANTIBOURRELETS

Vous envisagez une liposuction pour en finir avec vos bourrelets? Une nouvelle technologie avec ultrasons vient de débarquer. Moins invasive que la lipo traditionnelle, elle permet, en plus, de remodeler l'ensemble de la silhouette. Mais cette méthode est-elle faite pour vous? Petit tour d'horizon avec le Dr Kai-Uwe Schlaudraff, chirurgien plasticien à la Clinique des Grangettes à Genève. Il est un des premiers à utiliser cette technologie en Europe.

Ça remplace un régime?
En aucun cas. Comme toute autre liposuction, celle à haute définition (ultrasons) permet de supprimer des amas de graisse récalcitrants, mais pas de maigrir de manière globale. Autrement dit, il est indispensable de modifier son alimentation, et de perdre quelques kilos, avant d'envisager une telle intervention.

Alors quoi de neuf?
1. C'est une nouvelle technologie
Avec la liposuction traditionnelle, on retire mécaniquement la graisse à l'aide de fines canules, en faisant de petites incisions dans les plis de la peau. Avec la lipo à haute définition, on utilise d'abord des ultrasons pour «libérer» les cellules graisseuses, puis on les aspire de manière peu traumatisante (voir infographie).

2. Avec de nouvelles applications
Cette nouvelle technologie permet d'aborder le patient dans sa totalité et de redéfinir l'ensemble de ses contours de manière harmonieuse plutôt que de travailler par zones. Exemple: «On peut recréer une taille bien définie, affiner les cuisses, tout en gardant une certaine rondeur des fesses», souligne le Dr Kai-Uwe Schlaudraff.

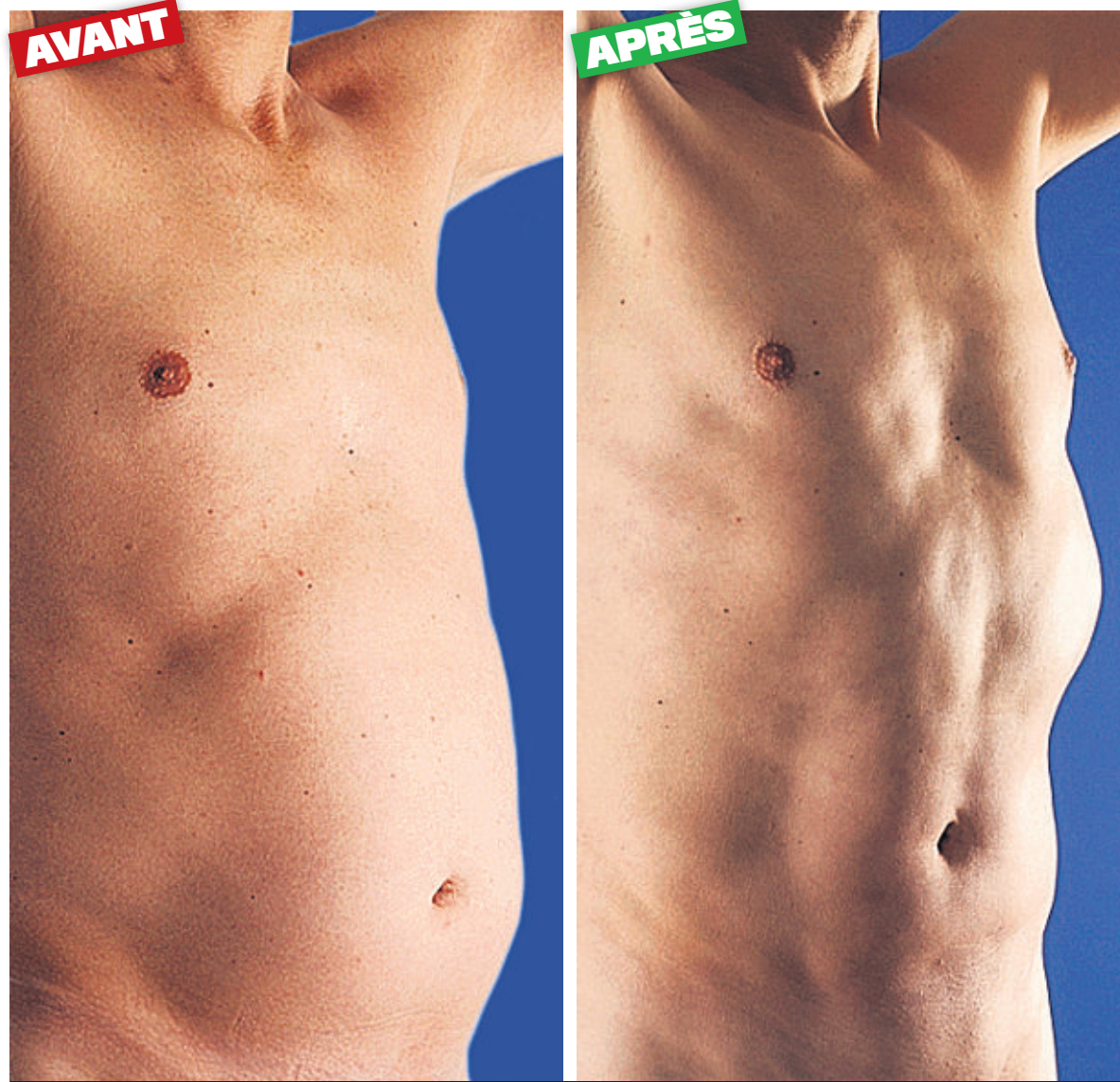
Médicalement, c'est plus lourd?
Au contraire, la liposuction à haute définition est une technologie qui est: **Peu invasive**
Cette technologie permet notamment de bien cibler les tissus graisseux en préservant les petits vaisseaux et nerfs cutanés, explique le Dr Schlaudraff. Par conséquent, on peut évacuer jusqu'à 80-90% de graisse pure et, ainsi, limiter la perte de sang et l'apparition d'hématomes.

Stimulante pour le derme
La liposuction à ultrasons améliore la rétraction de la peau. Par conséquent, il n'y a souvent pas besoin d'avoir recours à la chirurgie pour retirer la peau en excès suite à une intervention, même après un retrait de graisse relativement important.



«CETTE TECHNOLOGIE PERMET D'AGIR AVEC BEAUCOUP DE FINESSE»
Dr Kai-Uwe Schlaudraff

lat» à moins de s'entraîner à longueur de journée et d'avoir une alimentation ultraprotéinée. Mais avec la liposuction à haute définition, qui permet d'agir même en surface, on pourra supprimer les 2-3 centimètres en trop, sans risque de faire des «crevasses».



La technologie à ultrasons permet d'agir en finesse. Dans ce cas, l'intervention a consisté à retirer la couche de graisse qui s'était installée au fil des années pour faire ressortir le relief musculaire. Photos DR

L'effet est-il durable?
Oui. Une fois que la graisse a été retirée à un endroit, c'est définitif. En revanche, si vous ne prenez pas garde à votre alimentation et ne bougez pas suffisamment, des bourrelets vont apparaître ailleurs. Toutefois, souligne le Dr Schlaudraff, «ce genre d'intervention permet de se sentir mieux dans sa peau et, du coup, d'avoir envie de prendre

soin de soi, de s'alimenter correctement, de faire du sport... Cela aide également certains à retrouver confiance en eux.»
Ça fait mal?
Non, c'est peu douloureux, assure le Dr Schlaudraff. L'intervention se pratique sous anesthésie locale ou générale. «Il suffit de prendre des antalgiques tels que du Panadol les premiers

jours pour ne pas avoir mal.» Quant au résultat, il est de 75% au lendemain de l'intervention et de 95% après trois mois, le temps que la peau se remette bien.
Combien ça coûte?
Les interventions se pratiquent suite à un devis. Il faut compter un minimum de 7000 francs.

Pascale Bieri

LA LIPOSUCCION À ULTRASONS EN 4 TEMPS

1 On injecte du sérum physiologique adrénalisé dans les tissus graisseux, ce qui a pour effet de les mettre en évidence. Le produit a, par ailleurs, un effet vasoconstricteur qui permet de minimiser la perte de sang.

2 Une sonde à ultrasons, introduite sous la peau, permet de libérer les cellules graisseuses, en vibrant à très haute fréquence. (Le diamètre des canules et sondes utilisées est de 2 à 4 mm. Ce qui limite au maximum les cicatrices.)

3 Les cellules graisseuses libérées sont alors aspirées avec une sonde non traumatique. La force d'aspiration est seulement de un tiers par rapport à la liposuction traditionnelle.

4 Après la liposuction à haute définition, les cellules graisseuses se répartissent de manière régulière dans toute la zone traitée. Par ailleurs, cette technologie stimule la rétraction de la peau en assurant un résultat lisse et harmonieux.

NEWS



ENFANTS
COMMENT VOIENT-ILS?
Votre enfant présente des troubles de l'attention, il souffre de maux de tête ou participe peu aux activités manuelles ou sportives? Voilà des signes à ne pas négliger. Ils peuvent trouver leur origine dans un défaut visuel. En effet, un enfant en âge scolaire sur quatre présenterait un ou plusieurs troubles de la vue.

VACCINS
LA FIN DES AIGUILLES?



Un patch tapissé de micro-aiguilles pourrait prochainement remplacer les aiguilles traditionnelles. **Un prototype vient d'être présenté** lors du dernier congrès de la Société américaine de chimie. L'épaisseur des aiguilles présentes sur le patch est comparable à celle de quelques cheveux ou à celle de la trompe d'un moustique. Ce patch, testé sur des souris, entraînerait également une meilleure réponse immunitaire du corps.

VIVE LE POP-CORN!
Le pop-corn bon pour la santé? Voilà qui va à l'encontre de bien des idées reçues! Et pourtant, selon une étude américaine, ces grains de maïs ne font pas que faire grossir. Ils contiennent aussi un niveau d'antioxydants qui **diminue les risques de maladies cardiovasculaires et de cancer.** Il s'agit principalement du polyphénol dont la quantité par gramme est équivalente à celui des fruits et des légumes.