

## Laser (rides) prevention

De quoi parle-t-on ? De quoi s'agit-il ?

**Les lasers** occupent une place importante en dermatologie et en médecine esthétique, en particulier dans la **lutte** contre le **vieillessement** et les **rides**.

Il existe plusieurs types de lasers actifs sur les rides en fonction de la lumière qu'ils émettent et de la cible qu'ils visent : les principaux sont les **lasers abrasifs** et les **lasers visant l'eau du derme**.

- **Les lasers abrasifs** provoquent une carbonisation des tissus (épiderme et derme) et sont plus ou moins intenses jusqu'au « resurfaçage » cutané.
- **Les lasers visant l'eau** contenue dans le derme ne touchent pas les couches superficielles de la peau (l'épiderme) et ont donc moins d'effets secondaires que les lasers abrasifs.

Suivant les traitements, les lasers nécessitent plusieurs séances espacées pour voir un résultat ; il est préférable que les séances aient lieu en hiver et sans exposition solaire.

Quels sont les risques et les enjeux sanitaires ?

**Le laser** est une **technique** qui peut être **dangereuse si elle est mal maîtrisée**.

Les médecins pratiquant ces techniques sont soumis aux mêmes obligations médico-légales que tout acte médical, c'est-à-dire information sur les risques, devis préalable et délai de réflexion de 15 jours comme pour les actes de chirurgie esthétique.

Ces actes ne sont pas remboursés par l'assurance-maladie.

Quels sont les mécanismes ?

**Les rides** sont des marques du **vieillessement cutané** lié à l'âge.

Les rides ont des causes diverses comme les mouvements du visage (rides d'expression), l'exposition solaire et/ou la perte d'élasticité des tissus.

Schématiquement,

- les **petites rides** peuvent être traitées par des **lasers non abrasifs** ou **ablatifs** (les médecins parlent de relissage fractionnel non ablatif par laser Fraxel).
- les **rides plus importantes** bénéficient quant à elles d'un **resurfaçage** ou **relissage** au **laser au CO2** (ou Erbium) avec une abrasion superficielle de quelques microns de l'épiderme et du derme.

Comment cela se manifeste-t-il ?

Le vieillissement cutané est inéluctable avec le temps, et **il n'existe aucun moyen de ne pas avoir de rides.**

Il existe plusieurs types de rides en fonction de leurs causes :

- les **rides d'expression** comme celles du front (« rides du lion ») ou les « pattes d'oie » (rides du sourire) au coin des yeux ;
- les **rides autour de la bouche** (ou lèvres hyperkinétiques) fréquentes chez les sujets âgés ;
- les **rides liées** à un **relâchement cutané** comme celles des sillons nasogéniens du nez au coin des lèvres.

Chaque type de ride n'est pas traité de la même façon et le choix du traitement laser adapté se fait après une consultation médicale.

Avec quoi ne faut-il pas confondre ?

**Il ne faut pas confondre laser et lifting.**

- **Le lifting** chirurgical consiste à retendre la peau et les tissus sous-cutanés par voie chirurgicale en pratiquant une incision de la peau. Il s'agit d'une

intervention chirurgicale qui peut concerner une ou plusieurs régions du visage (lifting temporal, lifting cervico-facial, lifting frontal...).

- **Le laser** quant à lui représente une alternative au lifting chirurgical, permettant par exemple de gagner quelques années avant la chirurgie esthétique.

Y a-t-il une prévention possible ?

Il n'existe aucune prévention possible du vieillissement.

En revanche, il est possible de **retarder l'apparition des rides** en adoptant des règles d'**hygiène de vie** simples : ne pas s'exposer au soleil, et en cas d'exposition, utiliser des moyens de protection adaptés (chapeau, vêtements couvrants, crème d'indice de protection élevé...) ; ne pas fumer ; respecter des rythmes de sommeil réguliers, avoir une alimentation saine et une bonne hydratation (1,5-2 l d'eau par jour...).

L'efficacité des **crèmes antirides** n'est également plus à démontrer, de même qu'un **entretien de sa peau** à commencer par le démaquillage (lait pour nettoyer, tonique pour rincer puis une crème pour hydrater).

Il est bien évident qu'il ne faut pas attendre pour adopter ces mesures.

À quel moment consulter ?

Le **vieillissement** n'a pas le même **retentissement psychologique** et social chez tous.

S'il n'existe bien sûr **aucune urgence médicale** à initier un traitement laser, il peut être utile de consulter en cas de rides invalidantes ou mal tolérées. Un traitement adapté sera proposé en fonction de la situation et des attentes.

Que fait le médecin ?

**Le laser doit être pratiqué par un médecin qualifié en médecine esthétique.** Il peut s'agir d'un dermatologue, d'un médecin esthétique ou encore d'un chirurgien plasticien.

Après un **examen clinique** et un **interrogatoire minutieux** (antécédents, attentes...), il vous informera sur les **types de traitements** possibles, leur **déroulement** et leur **coût**. Un devis sera établi à la fin de la consultation.

- Pour le **relissage de la peau**, l'intervention laser requiert une anesthésie locale ou locorégionale voire générale pour un relissage complet du visage (« full face »). Toutes les couches de la peau sont traitées et le médecin effectue donc plusieurs passages avec le laser. Une sensation de chaleur fait suite au geste et peut persister les premiers jours. La peau est rouge et gonflée, nécessitant le repos et par exemple un arrêt d'activité professionnelle pendant une dizaine de jours.
- Le **laser Fraxel** quant à lui requiert plusieurs séances (4 en général) et les suites « opératoires » sont plus limitées : gonflement de la peau discret (œdème) pendant 2 jours puis aspect bronzé pendant quelques jours. Une bonne hydratation de la peau permet de limiter la desquamation.
- Quel que soit le traitement, une **protection solaire** est indispensable y compris plusieurs semaines après.

Comment préparer ma prochaine consultation ?

Après la séance, il est indispensable de bien suivre les conseils du médecin pour **limiter les suites opératoires**, notamment après relissage. Pansements et pommades sont nécessaires pour éviter l'apparition de croûtes ; l'exposition solaire est interdite et en fonction des cas, des médicaments supplémentaires pourront être indiqués, comme un traitement préventif contre l'herpès « bouton de fièvre ». Le **suivi de la cicatrisation** a lieu lors de plusieurs consultations avec le médecin.

Source/Auteur : Dr Gérard KIERZEK  
 en collaboration avec Dr Emmanuelle TOUREL  
 et Dr Patrice MARIE