

LES CICATRICES

sous toutes les coutures

En tant qu'esthéticienne vous pouvez être amenée à rencontrer une multitude de cicatrices. Souvenirs d'accidents, d'acné juvénile, de complications chirurgicales... certaines cicatrices peuvent marquer durement, d'autres dégénérer de façon imprévisible et laisser leur empreinte à vie.

Question de peau, de type d'intervention, de savoir-faire chirurgical ? En réalité, beaucoup de paramètres interviennent : la cause de la cicatrice, sa forme, sa localisation, sa profondeur mais aussi l'aptitude de chacune de vos clientes à bien cicatriser.

146

A chaque type de plaie sa cicatrice

Cependant, une chose est sûre, aujourd'hui il existe des moyens efficaces pour les atténuer, voire les faire disparaître. Car chaque cicatrice est différente, elle a sa propre histoire, sa vie, son origine. C'est pourquoi on ne peut pas parler d'une cicatrice en général mais de plusieurs types de cicatrices et chacune d'elle doit être disséquée sous toutes ses coutures. Autant dire qu'il s'agit d'une longue histoire à chapitres multiples.



A SAGA D'UNE CICATRICE

Quelle que soit la cause : accidentelle, chirurgicale, la vie «normale» d'une cicatrice va se dérouler en plusieurs phases successives.

On compte généralement entre 3 et 5 jours pour retirer les fils et les agrafes, quelquefois plus selon le type d'intervention. Et curieusement, c'est au moment où l'on retire les fils que la cicatrice s'avère la plus belle. Fine, nette, bord à bord, elle est presque parfaite. Seuls les fils ou les agrafes sont les témoins d'une intervention très récente.

Après quelques semaines, quatre à huit au maximum, la cicatrice peut rougir, durcir, démanger et même devenir sensible au froid. Son aspect change aussi, la fine incision peut s'épaissir. Pas de panique, c'est la suite biologique tout à fait logique de la phase inflammatoire.

Vient ensuite une période plus calme, appelée «phase en plateau» où le travail de réparation s'arrête et la cicatrice reste sans évolution.

Après trois mois, tout s'atténue progressivement. La cicatrice s'assouplit, elle pâlit et est de moins en moins douloureuse. Une période qui, selon la qualité de la peau, varie de six à douze mois avant de parvenir à son aspect définitif. Et c'est à ce moment-là seulement que l'on peut juger de la qualité de la cicatrice. C'est long, mais il faut laisser la nature faire son travail. Il faut savoir que la cicatrisation d'une plaie, accidentelle ou chirurgicale, superficielle ou profonde, est le processus naturel de reconstitution. Et les différentes phases de réparation en sont immuables. Il y a d'abord la formation d'un caillot qui fabrique une «charpente» provisoire. Puis, il faut du temps pour que la réparation se consolide par la production de tissu conjonctif, dense et fibreux, qui colmate solidement les brèches de la plaie. Une sorte de ciment biologique qui sera la cicatrice. Mais il arrive que les choses ne se passent pas aussi bien.

LES DIFFÉRENTS TYPES DE CICATRICES

On pourrait presque dire «à chaque type de plaie, sa cicatrice», car chaque plaie va faire courir le risque de marquer la peau à vie en formant une cicatrice particulière. Bien sûr, les plaies accidentelles ou chirurgicales sont les plus courantes mais il ne faut pas oublier aussi les cicatrices d'acné qui peuvent s'avérer redoutables.

Les cicatrices étoilées

Elles sont plus exactement en «pic à glace» car elles sont aiguës, pointues ou creuses, et sont le plus souvent dues à un accident.

Les cicatrices rondes à fond plat

Ces dépressions fort inesthétiques sont des séquelles d'acné pustuleuse, une des formes d'acné les plus aigües qui laisse sa trace sous la forme d'un bouton plat à cratère plus ou moins profond.



LES CICATRICES PATHOLOGIQUES

Parmi les séquelles chirurgicales, deux cicatrices sont les «bêtes noires» des chirurgiens...

Les cicatrices hypertrophiques

La phase inflammatoire se prolonge et provoque alors une cicatrice d'aspect boursoufflé, mais surtout elle reste douloureuse longtemps. Dans la plupart des cas, cette hypertrophie anormale du tissu conjonctif dure quelques mois. Après, la lésion se stabilise, l'érythème s'efface peu à peu.

Mais la régression peut prendre du temps. Il faut compter un an et demi à deux ans. À ce moment-là, la cicatrice sera plus ou moins large et de pigmentation plus ou moins différente de la peau, plus rouge ou plus blanche.

Les cicatrices chéloïdes

Fréquentes sur les peaux noires ou métissées, elles sont assez rares sur les peaux blanches. Cependant, la prédisposition familiale aux chéloïdes se retrouve dans 5 à 10 % des cas. Il s'agit d'une réaction cellulaire exagérée.

La tumeur fibreuse s'étend lentement sur la peau, parfois localement ou encore évolue pour former des excroissances ressemblant à un chou-fleur.

On ne connaît pas encore son origine exacte, certains médecins pensent qu'elle est la cause d'une mauvaise suite d'une cicatrice hypertrophique.

La régression n'est jamais spontanée et elle est difficile à faire disparaître mais les chirurgiens parviennent quand même à la diminuer.

LES DIFFÉRENTS FACTEURS DE CICATRISATION

Les phénomènes de cicatrisation peuvent malheureusement varier pour de multiples raisons, certaines connues, d'autres inconnues et incontrôlables.

Le chirurgien

Son rôle est évidemment primordial, son talent aussi. C'est lui qui fait l'incision et la suture. Et celle-ci doit être faite avec soin, bien affrontée, bord à bord et cousue avec du fil fin. Et non pas subir une trop forte tension entre deux plans, présenter des points trop serrés ou gardés trop longtemps.

Mais une bonne technique ne suffit pas, en tout une belle cicatrice ne dépend pas uniquement du chirurgien, car c'est le patient qui «fabrique» sa cicatrice.

L'ethnie

Toutes les peaux ne réagissent pas de la même manière. Ainsi, les peaux noires auront tendance à faire des cicatrices boursoufflées et violacées, soit hypertrophiques ou chéloïdes. Les roux à la peau très blanche et aux yeux très clairs et les bruns à la peau laiteuse risquent d'avoir des cicatrices plus rouges et plus marquées que les peaux mates.

L'âge

Lui aussi a une influence sur la cicatrisation. On sait, par exemple, que chez l'enfant, la vitalité du tissu conjonctif peut entraîner des flambées cicatricielles excessives... qui heureusement s'améliorent avec le temps. →

On accuse à tort les agrafes de faire de vilaines cicatrices

D'autre part, c'est entre la puberté et la trentaine que surviennent le plus souvent les chéloïdes.

Quant aux personnes âgées, elles ne font pas de cicatrices hypertrophiques, grâce au ralentissement de leur métabolisme. De même qu'il est bien rare de voir, après la soixantaine, se développer une réaction inflammatoire anormale. Seule la cicatrisation peut mettre plus de temps !

La localisation des plaies

Certaines régions du corps cicatrisent moins bien et moins vite que d'autres. Ainsi, les régions à «risques» sont celles où la peau est épaisse, dans le dos, aux épaules, au décolleté, car la traction exercée est grande. Le dos de la main et les jambes cicatrisent également moins vite. Et c'est dans la région des épaules, du sternum, que l'on enregistre la plus haute proportion de cicatrices hypertrophiques et chéloïdes.

Alors qu'au visage, notamment les yeux, on cicatrise admirablement bien sans laisser aucunes traces, la peau étant hyperfine.

De même, l'orientation de la cicatrice est importante pour la suite. Dans ce pli, une suture passe inaperçue alors que perpendiculaire au pli elle accroche le regard.

La qualité de la peau

Une peau bien soignée, hydratée en surface et en profondeur, a plus de chances de faire une belle cicatrice. Mais une bonne vascularisation de la région traumatisée est aussi indispensable à la parfaite cicatrisation.

Le terrain personnel

Il est évidemment un facteur décisif. Malheureusement, il y a des peaux qui cicatrisent admirablement bien, d'autres non, et cela dans des conditions identiques. Et cette mauvaise réaction des tissus est totalement imprévisible.

F ILS OU AGRAFES

Vaut-il mieux suturer au fil ou à l'agrafe ? Dans ce domaine, tout dépend du type de plaie et de son étendue, car on ne suture pas n'importe comment avec n'importe quoi !

Pour réaliser une cicatrice, la plus fine possible, l'exactitude de l'affrontement des berges est une des conditions majeures, mais le choix des armes repose uniquement sur l'appréciation du chirurgien.

En règle générale, on retrouve quatre types de coutures :

Le surjet intradermique

Cela signifie passer d'une berge à l'autre dans l'épaisseur du derme, tout le long de la plaie en commençant à une des extrémités pour ressortir à l'autre. Cette technique évite dans certains cas de provoquer des cicatrices en échelle.

Le point par point

Cela consiste à faire des points séparés de chaque côté de la ligne de suture. Le chirurgien se transforme en véritable couturière et termine le point par un double nœud. Ceci permet de mieux contrôler l'affrontement des berges et de «cicatriser» fin.

Les bandes adhésives

Dans certains cas, encore assez rares, on peut réaliser une fermeture sans aucune suture en ayant recours aux bandes adhésives. Un procédé idéal pour les entailles peu étendues et peu profondes dans une zone où l'épiderme est archi-fin.

Les agrafes

Ce sont des pinces métalliques utilisées couramment en chirurgie abdominale ou encore dans les cas d'incisions très longues. On les accuse à tort de provoquer de «méchantes» cicatrices, pourtant elles sont très efficaces et donnent de jolis résultats lorsqu'elles sont utilisées en région de peau épaisse, à condition toutefois de ne pas être trop serrées, ni trop longtemps, et d'être entrouvertes suffisamment tôt.

COMMENT ATTÉNUER LES CICATRICES ?

Quel que soit le type de cicatrice, on peut aujourd'hui les atténuer presque totalement par différentes techniques de rattrapages.

La reprise chirurgicale

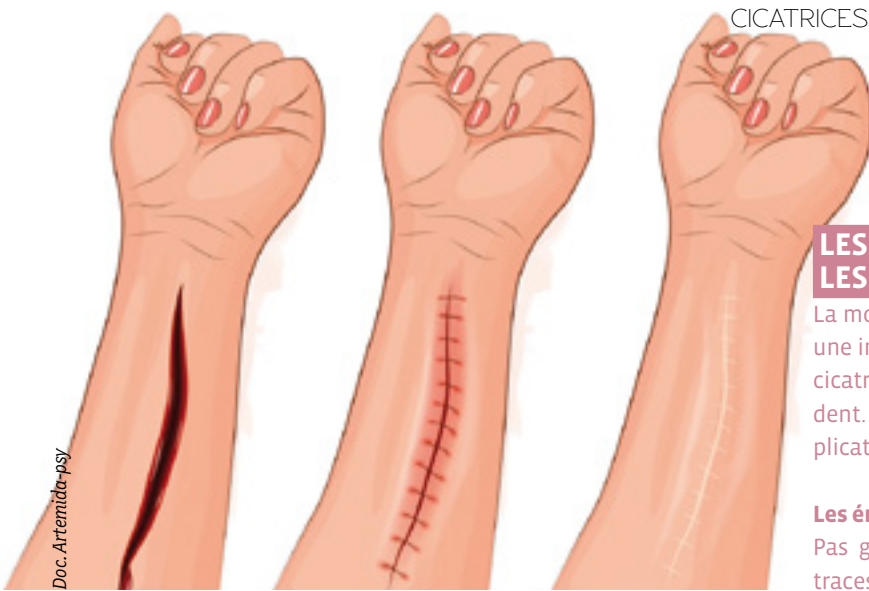
Sa correction consiste à reprendre la «couture» en ôtant les tissus en surface et en profondeur. Cette intervention ne prétend pas tout effacer mais apporte une amélioration notable. Cependant, elle nécessite une cicatrisation longue pour parvenir au résultat avec la participation de l'opéré qui devra suivre à la lettre les conseils du chirurgien : pas de soleil, pas de froid vif ou de poussière, pouvant provoquer une irritation. Ce type de rattrapage ne peut se faire qu'à cicatrisation complète sauf en cas de cicatrices rétractiles provoquant une gêne fonctionnelle ou articulaire.

Applications

Cela se fait dans le cas de cicatrices hypertrophiques. Plus délicat pour les cicatrices étoilées car le résultat n'est pas toujours parfait.

Les relèvements

Cette technique consiste, au moyen d'un petit bistouri, à faire un greffon en allant chercher la peau qui est au fond du creux pour la mettre à niveau, à la surface. Par conséquent, la lymphe et les cellules affluent au niveau de la dépression comme support de comblement. →



Doc. Artemida-psy

LES BONS GESTES QUI FONT LES BELLES CICATRICES

La moindre écorchure ou petite coupure peut provoquer une inflammation, voire une infection, et par la suite une cicatrice, si elle n'est pas bien soignée aussitôt après l'accident. Voici donc la marche à suivre pour éviter toute complication et faire de belles cicatrices.

Les éraflures

Pas graves du tout, pourtant elles peuvent laisser des traces. Pour bien faire, il convient de pratiquer un simple nettoyage de la plaie à l'eau tiède avec du savon de Marseille. Mieux vaut que la plaie soit à l'air sans pansement pour laisser la nature faire les choses. Une croûte va se former, puis tombera d'elle-même quelques jours après, lorsque l'épiderme neuf sera reconstitué.

Un seul interdit : gratter la croûte, sinon la cicatrisation sera perturbée avec à la clé une trace de son passage.

Les râpages

La chute à vélo ou au pas de course sur le bitume suffit parfois pour laisser sa marque à vie. Car ce type de chute sur ce revêtement est très traumatisant pour la peau. Celle-ci littéralement râpée est plus longue à cicatriser. Là encore, la meilleure cicatrisation sera obtenue sous une croûte gardée propre jusqu'à sa chute.

Si la plaie est souillée d'un corps étranger, tel que goudron, gravier, terre, il faut alors faire le lavage à l'eau tiède et au savon accompagné d'un léger brossage pour ôter toutes traces de particules dans la plaie, qui peuvent provoquer une cicatrice. Une pulvérisation matin et soir d'un spray antiseptique protégera la plaie.

Les entailles peu profondes

Un geste malencontreux au couteau de cuisine et c'est l'entaille assurée. Peu grave parce que peu profonde, c'est néanmoins désagréable. Celle-ci doit être lavée largement sous le robinet d'eau. Ensuite, on applique une solution antiseptique et on protège avec un pansement sec adhésif. La cicatrice sera imperceptible et, dans le pire des cas, fine et linéaire.

Les entailles profondes

Plus sérieuses, les entailles profondes ne doivent pas être traitées à la légère car les lésions en souterrain peuvent toujours provoquer des surprises, en tout cas des retards de cicatrisation dus à des hématomes, des infections ou des inclusions de corps étrangers qui empêchent la plaie de bien se refermer.

Dans ce cas, il convient de nettoyer la plaie à l'eau et au savon, puis de désinfecter avec une solution et de consulter par mesure de précaution. Seul un spécialiste jugera ou non s'il faut mettre des points de suture ou si une bande adhésive suffit pour rapprocher les berges de la plaie.

Applications

Cette méthode chirurgicale ne s'adresse qu'aux cicatrices rondes, consécutives à l'acné, mais aussi à une varicelle ou un zona. Elle donne de bons résultats mais ne peut se faire que si le nombre de cicatrices est en quantité limitée.

La dermabrasion

Il s'agit d'un «ponçage» dans les limites du derme superficiel qui s'effectue sous anesthésie locale, à l'aide d'une meule rotative ou de brosses mécaniques. L'objectif étant d'égaliser et de désépaissir le relief d'une cicatrice. Cette technique peut nécessiter plusieurs interventions successives selon l'importance des cicatrices.

Applications

Cette technique donne de très bons résultats sur les cicatrices d'acné, si elles ne sont pas trop profondes, mais également sur des cicatrices hypertrophiques.

Le collagène

Bien connu en esthétique pour combler les rides, le collagène américain peut aussi s'utiliser pour combler les cicatrices. Les résultats sont très positifs et plus durables que pour les rides, un à deux ans, après quoi, il faut recommencer. La technique, sensiblement identique, consiste en des injections superficielles cutanées de collagène qui va provoquer une dilatation tissulaire et regonfler les parties creuses de la cicatrice.

Au préalable, il convient de subir un test pour déceler une éventuelle allergie au collagène.

Applications

Le collagène se justifie uniquement sur des petites cicatrices, et des dépressions cutanées peu étendues.

Le Newpeel

Mis au point par un dermatologue américain pour gommer les rides, on s'est aperçu que le Newpeel avait aussi de bons résultats sur les cicatrices. Il s'agit de la version intermédiaire entre le peeling, très superficiel, et de la dermabrasion, plus profonde. En fait c'est un super nettoyage de peau capable de gommer les imperfections cutanées. Il se fait en deux temps : la préparation de la peau à la maison pendant un mois, puis c'est au chirurgien ou au dermatologue d'agir. →

On utilise du collagène pour combler une cicatrice

Tout commence par l'application, matin et soir, d'une crème à base de vitamine A acide, d'hydrocortisone et d'hydroquinone qui a pour effet de faire peler, d'apaiser et de mettre en sommeil les mélanocytes.

Ensuite, lorsqu'on arrive chez le dermatologue, la peau est plus nette pour l'application d'un acide (trichloracétique).

Une heure après, la peau est rose, mais il faudra passer par différents stades : œdème, puis peau archi-sèche, avant de retrouver son aspect normal. On compte généralement un mois.

Applications

Les cicatrices d'acné disparaissent ou sont nettement améliorées, mais également les cicatrices étoilées.

La dermopigmentation

Cette fois, il s'agit de camoufler la cicatrice avec des pigments médicaux, hypoallergéniques bien entendu.

L'implantation se fait dans le derme à l'aide d'une aiguille à usage unique et une séance suffit généralement.

Applications

Cela convient parfaitement pour les cicatrices fines, accidentelles ou de chirurgie esthétique, pour camoufler une zone dépigmentée derrière l'oreille, dans les cheveux ou autour des aréoles mammaires.

LES ASTUCES COSMÉTIQUES ET ESTHÉTIQUES

L'anti-cernes

C'est le produit indispensable pour camoufler les jeunes cicatrices. Les chirurgiens l'auto-risent cinq à huit jours après une intervention, lorsque les fils sont retirés. On l'applique du bout des doigts sous le maquillage.

Pour les cicatrices plus importantes, il existe des produits spéciaux (genre Covermark) qui résistent à l'eau, à la transpiration et aux bains de mer, et dissimulent parfaitement la lésion en se fondant dans le reste du visage.

La coiffure


Les cicatrices dans le cuir chevelu ou derrière l'oreille se camouflent admirablement bien, il faut pour cela respecter quelques règles, comme vous l'explique le coiffeur Jean Claude Gallon :

« Si les cheveux sont épais, une permanente ou un décollement de racine permettra d'insister sur une direction précise et de cacher ainsi la partie dépigmentée.

- Pour celles derrière l'oreille, cela implique une coupe qui ramène les cheveux par-dessus les oreilles.

- Sur le haut du crâne, mieux vaut une coupe avec une projection de cheveux vers l'avant.

- En cas de cheveux fins, il ne faut surtout pas chercher à les avoir longs mais plutôt courts et dégradés pour donner du volume.

- Enfin, l'été, un bandana ou un large bandeau est le compagnon idéal sur cheveux humides ou cheveux au vent. » 

LES CINQ INTERDITS DES CICATRICES

Le soleil

Les UVA/UVB sont redoutables pour les cicatrices car ils risquent de provoquer une hyperpigmentation qui mettra très longtemps à disparaître. Si elle disparaît ! C'est pourquoi, il faut se protéger des rayons solaires pendant un à deux ans par l'application d'un écran total, même par temps gris car les UV passent la barrière des nuages !

Le froid

La chute du thermomètre est un handicap car le froid peut occasionner des douleurs sur de jeunes cicatrices. Mieux vaut couvrir la cicatrice d'une bonne crème onctueuse qui joue le rôle d'écran, et se vêtir en conséquence pour ne pas être en contact direct avec le froid.

L'épilation

Si la cicatrice se trouve sur la jambe ou à la limite du «maillot», il faut absolument attendre la complète cicatrisation avant d'envisager une épilation à la cire. L'idéal, un mois et demi à deux mois, le temps de retrouver une peau bien assouplie au niveau de l'incision. De même que la méthode conseillée est celle des peaux hyper-sensibles, c'est-à-dire de la cire froide ou tiède jetable.

La permanente

Dans le cas d'une chirurgie esthétique ou réparatrice, les cicatrices se logent souvent dans le cuir chevelu. Pour les camoufler, on peut évidemment avoir recours à la permanente ou au décollement des racines. Mais avant de l'envisager, il faut attendre un à deux mois. C'est un minimum. Et pour éviter tout risque d'allergie ou d'irritation au niveau de la cicatrice, mieux vaut la faire protéger d'un gel pour faire écran avec le produit.

La teinture

Là aussi, même conseil de prudence que pour la permanente. Il faut attendre un à deux mois avant d'envisager une couleur ou une retouche de racine. Et pour mettre les chances de son côté, les teintures sans ammoniaques sont vraiment recommandées.