

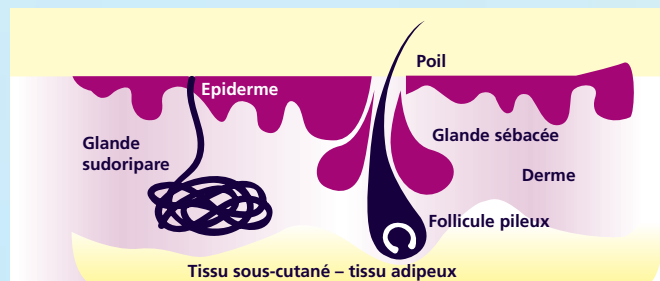
Des conseils
utiles pour,
traiter l'**acné**



Guide thérapeutique pour les patients

En plus des prédispositions génétiques, l'acné est déclenchée par l'activation des hormones sexuelles à la puberté et touche de 80 à 90% des adolescents. Un tiers d'entre eux doit suivre un traitement.

Les comédons et les papulo-pustules, manifestations de l'acné, se forment dans les follicules pilo-sébacés spécifiques de la peau. Ces follicules, qui sont surtout présents sur le visage, sur le dos et sur le décolleté, ont pour fonction de produire un mince film gras qui protège la peau et lui conserve sa souplesse.

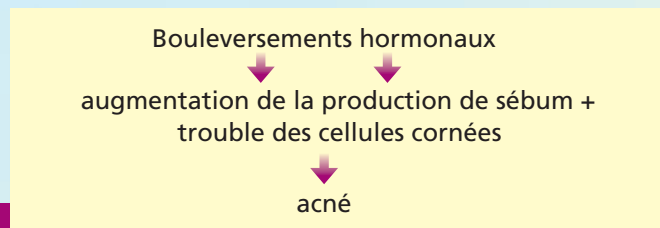


Les hormones, qui initient les transformations du corps à la puberté, stimulent aussi la production de sébum. Quand le sébum peut s'évacuer normalement, cette surproduction n'entraîne pas forcément une acné.

Les comédons et les papulo-pustules se développent seulement quand les glandes sébacées sont «bouchées».

C'est ce qui se produit dans l'acné en raison d'un trouble génétique de la maturation des cellules du follicule pilo-sébacé. Ces cellules sont renouvelées en permanence et les vieilles cellules sont éliminées avec le sébum. Lorsqu'elles ne se détachent pas, un bouchon se forme avec les cellules cornées mortes et le sébum.

L'acné sera plus ou moins étendue en fonction de la réactivité du follicule pilo-sébacé aux bouleversements hormonaux.

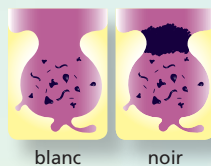


En dermatologie, on distingue quatre degrés de sévérité de l'acné:

- ◆ L'acné comedonica (comédons)
- ◆ L'acné papulopustulosa légère (papules enflammées et pustules remplies de pus)
- ◆ L'acné papulopustulosa sévère (papules et pustules fortement enflammées)
- ◆ L'acné conglobata (nodules fortement et profondément enflammés et cicatrices)

L'acné comedonica doit son nom aux comédons qui sont constitués par le bouchon de cellules cornées mortes et de sébum mentionné ci-dessus. La coloration sombre liée au comédon ouvert n'est pas de la saleté, elle vient du pigment cutané, la mélanine.

Un comédon ouvert est un comédon qui est blanc ou noir à la surface.



Un comédon fermé est un nodule blanc (légèrement surélevé) sans point noir.



Dans ce bouchon, les bactéries trouvent un terreau idéal. Quand elles s'y installent et prolifèrent se produit une inflammation qui entraîne la formation des lésions papulo-pustuleuses. Cette forme s'appelle acné papulopustulosa.

La forme d'acné la plus sévère, l'acné conglobata, est plus rare. Elle se caractérise par une inflammation très forte et très profonde qui se traduit par des nodules plus importants et des cicatrices.

Pour minimiser le risque de cicatrices il est important de consulter rapidement un médecin et de suivre le traitement de manière assidue.

1. Régularité

Pour obtenir un résultat rapidement, vous devez impérativement utiliser vos médicaments tous les jours.

2. Rigueur

Lisez attentivement le mode d'emploi sur la notice d'emballage et respectez les indications de votre médecin.

3. Patience

Le traitement dure généralement 12 semaines au minimum. Il faut donc du temps avant de voir les premiers résultats du traitement. En règle générale, une amélioration survient au bout de 4 à 8 semaines. Ne vous laissez pas décourager si vous ne constatez pas tout de suite une amélioration et poursuivez votre traitement de manière systématique.



Le médecin a une série de médicaments à sa disposition en fonction du degré de sévérité de l'acné. La base du traitement sera une crème ou un gel contenant un rétinol local pour lutter contre la kératinisation anormale des follicules pilo-sébacés. Quelques préparations permettent de s'attaquer en même temps à l'inflammation.

D'autres médicaments agissant contre les bactéries et contenant un antibiotique ou du peroxyde de benzoyl (BPO) sont très utiles. En cas d'acné sévère, on peut remplacer la crème par des antibiotiques en comprimés.

Chez la femme, la prise d'hormones féminines (la pilule) peut entraîner une amélioration. Il faut impérativement en discuter auparavant avec le médecin.

Vous pouvez également:

- ◆ Soigner correctement votre peau (demandez conseil à votre médecin)
- ◆ Éviter de vous exposer trop longtemps au soleil
- ◆ Vous détendre – le stress peut aggraver l'acné
- ◆ Éviter les boissons alcoolisées et la nicotine

Il n'est pas nécessaire que vous renonciez à certains aliments, comme le chocolat, par exemple. Testez vous-même ce qui vous convient. Et surtout ne pressez pas vos pustules ou comédons, cela ne ferait qu'aggraver votre acné.

Adressez-vous à votre médecin pour tout ce qui concerne votre traitement.

Malheureusement même les médicaments très efficaces ont besoin de temps pour guérir ou améliorer sensiblement une poussée d'acné. Il faut compter en semaines et mois pour diminuer l'inflammation et faire disparaître les papulo-pustules et les comédons. On table généralement sur 12 semaines de traitement au minimum. Mais après cela, vous devez continuer à soigner votre peau systématiquement (traitement d'entretien) car les causes, c'est-à-dire les prédispositions personnelles et les hormones, sont toujours là.

Pour éviter les cicatrices il est important de traiter votre acné précocement, systématiquement et patiemment.

Mieux vous suivrez votre traitement, mieux votre peau s'en portera.