



APPRIVOISEZ LA ROSACÉE

Cette maladie de peau chronique concerne environ 5,5 % de la population mondiale.

ÉGLANTINE GRIGIS

• Qu'est-ce que la rosacée ?

C'est une maladie inflammatoire chronique qui se traduit par des vaisseaux dilatés ou des rougeurs plus diffuses. Ces rougeurs permanentes sont situées au centre du visage (nez, pommettes, menton...) et s'associent volontiers à des flushes qui durent quelques minutes : le visage devient très rouge, lors d'un changement de température, d'une émotion... Dans certains cas, il existe des poussées de boutons inflammatoires appelés papulo-pustules. Plus rarement, un rhinophyma (épaississement de la peau du nez) apparaît. Il existe donc différentes présentations de la rosacée. Cette dermatose concerne les peaux sensibles, fines et claires. Elle apparaît généralement entre 30 et 60 ans. Sa fréquence augmente avec l'âge.

• Quels sont les mécanismes en jeu ?

Plusieurs facteurs concourent à son apparition. D'abord, une hyper-réactivité des vaisseaux sanguins, qui se dilatent trop facilement. Par ailleurs, le

système immunitaire de la peau réagit de façon exacerbée, ce qui occasionne une inflammation chronique. De plus, la fonction barrière de la peau est altérée : elle parvient difficilement à freiner l'évaporation de l'eau et la pénétration d'éléments irritants et allergisants. Enfin, intervient un dérèglement du microbiome cutané, propice à la prolifération d'un parasite nommé *Démodex*. Ce dernier vit à la surface de notre peau, mais dans la rosacée, il se multiplie à l'excès. Il est responsable de la présence des papulo-pustules. Il existe probablement une susceptibilité génétique à la rosacée, mais nous n'avons pas découvert les gènes en cause. Il existe aussi des facteurs aggravants : changements de température, froid, soleil, consommation d'alcool, d'aliments épicés, stress... Chaque personne a ses propres facteurs déclenchants, d'où la nécessité de les identifier afin de prévenir les flushes.

• Quels sont les traitements

et les bons gestes à adopter ?

Soyez doux avec votre peau : nettoyez-la avec douceur, avec des formules sans savon. Pour préserver et restaurer la barrière cutanée, misez sur des soins pour peau sensible renfermant des actifs apaisants. Évitez la vitamine C ou le rétinol, trop irritants. Bannissez également les gommages, les peellings, la radiofréquence... L'exposition aux UV étant un facteur aggravant, appliquez une crème avec un filtre solaire sur votre peau. Vous pouvez utiliser du maquillage, avec des produits aux formulations douces. Si besoin, les dermatologues peuvent prescrire des médicaments à appliquer le soir (ivermectine, acide azélaïque...). En cas de grosse poussée de boutons, ils peuvent y ajouter des antibiotiques à prendre par voie orale et ce, pendant quelques semaines afin de calmer l'inflammation.

• Quid du laser ?

Pour traiter l'érythro-couperose, les dermatologues disposent de

trois types de lasers (toujours utilisés sur une peau non bronzée) : le colorant pulsé, le KTP et le Nd-YAG. La sélection se fait selon la taille des vaisseaux. En cas de couperose avec des vaisseaux très fins, on mise plutôt sur le laser à colorant pulsé. Seul bémol : l'apparition d'un purpura, des ronds bleus imprimés sur la peau, qui exigent une éviction sociale de dix à quinze jours. Pour des vaisseaux sanguins plus épais, la préférence va vers le laser KTP. Les effets secondaires ? Des œdèmes pendant quatre à cinq jours. Il est aussi possible de

mixer les deux types de laser. Troisième laser : le Nd-YAG, idéal pour les vaisseaux de plus grande taille encore, comme ceux des ailes du nez, dont on vient plus difficilement à bout. Le recours à ce dernier nécessite l'intervention d'un praticien expérimenté. Côté effets secondaires, attendez-vous à des œdèmes, proportionnels à la surface traitée. Pour les limiter, appliquez du froid après la séance, dormez avec un oreiller supplémentaire... Quel que soit le laser, comptez entre une à trois séances, avec des résultats pérennes. Même s'il

est parfois nécessaire de refaire une séance une fois par an, voire des années plus tard. À noter que le laser ne traite que la couperose et non les papulopustules. Prix d'une séance : entre 300 et 400 euros pour un visage entier.

Merci à la D^{re} Nathalie Gral, dermatologue et présidente de la Société française des lasers en dermatologie : laser-et-peau.com

Interview de la D^{re} Marina Alexandre, dermatologue et consultante scientifique pour La Roche-Posay.

