

## Les vergetures - 1/2

**Beaucoup de filles et de garçons sont concernés par ces déformations inesthétiques de la peau. Comment faire pour y remédier ?**

Les vergetures sont des cicatrices causées par la disparition de la trame élastique de la peau, appelée communément élastine ou collagène. Ces cicatrices surviennent à l'adolescence pendant la puberté lors des changements physiques (seins, hanches, fesses, bas du dos pour les garçons), lors de certaines maladies, lors de régimes yoyos (perte et reprise de poids successives pendant un court laps de temps) ou bien encore pendant la grossesse (75% des femmes sont concernées).

Au début, les vergetures sont de fines stries rosées : à ce stade, elles peuvent encore disparaître en appliquant de la crème hydratante. En cicatrisant, elles deviennent blanches nacrées. L'épiderme semble cassé. Le mal est fait. Qu'existe-t-il comme traitement efficace pour réparer ces dommages ?

- se maquiller : un peu de fond de teint liquide et il n'y paraîtra plus ! TEST : bonne réussite en soirée par exemple, mais pour aller dans l'eau, il faut trouver autre chose !!!
- appliquer une crème à base d'élastine ou de collagène. Inexistantes il y a 2 ans encore, ces crèmes ont fait leurs preuves. La technique consiste non seulement à nourrir la peau en profondeur et à incorporer du collagène afin de réduire les cicatrices. Ces crèmes sont en vente en parapharmacie et ne sont pas plus onéreuses que de très bonnes crèmes hydratantes. TEST : très efficace. L'application nécessite beaucoup de patience car la crème pénètre mal, et est contraignante car il faut le faire deux fois par jour. Le résultat apparaît au bout d'un mois.
- le laser : pratiqué par un dermatologue, il a pour but d'atténuer la rougeur de la vergeture récente et de lisser la surface de la vergeture ancienne. Le traitement se fait en une à plusieurs séances. On anesthésie la peau à l'endroit voulu et l'on ponce une infime partie de la peau, mesurée en microns à partir d'un ordinateur. Un pansement de vaseline est appliquée pendant les 5 premiers jours, et les mouvements brutaux sont interdits (SM s'abstenir). L'exposition solaire est proscrite pendant 3 à 6 mois selon la couleur de peau. Le traitement est contre indiqué pour les peaux métisse ou noire (risques de taches encore plus importantes que la vergeture elle-même). 3 types de lasers sont utilisés : le laser Colorant, l'Erbium Yag et le laser CO2. La promesse est que la peau finira par se repigmenter dans les années à venir.
- la dermabrasion : traitement relevant de la chirurgie esthétique. La promesse est de faire disparaître les vergetures définitivement. Le principe est en fait le même que pour les cicatrices de varicelle. La peau formant une dépression à l'endroit de la cicatrice, on abrase la peau jusqu'à former un oedème à la place (saignant), ce qui aura pour but de combler le trou. En même temps que la peau cicatrise, une crème à base de collagène ET d'élastine sera appliquée matin et soir. Pour les zones fessières, le port du pantalon reste décommandé et un écran total devra être appliqué sur les zones pendant plus d'un an. Un résultat satisfaisant est obtenu au bout de 10 à 20 séances.

Voilà tous les traitements qui peuvent être utilisés contre les vergetures. Malheureusement, un résultat n'est pas garanti selon la gravité de la situation et cela demande beaucoup d'investissement pécunier. LE meilleur moyen d'éviter les vergetures c'est de les prévenir en massant sa peau tous les soirs avec une crème hydratante pendant les périodes critique (adolescence, grossesse).

Les vergetures restent des défauts inesthétiques certes, mais ce n'est pas dramatique ! Beaucoup de filles en ont même les plus belles (sauf que les photos sont retouchées !). Regardez autour de vous sur la plage : sur une fesse, sur une hanche...

## Les vergetures - 2/2

J'espère que mes conseils vous auront aidé. Je serai intéressée de savoir si l'un (e) d'entre vous aurait essayé les traitements au laser ou la dermabrasion. Merci beaucoup !