

Lasers, injections... Quels sont les soins possibles avec les vacances?

# Lasers, injections... QUELS SONT LES SOINS POSSIBLES AVEC LES VACANCES?

L'ÉTÉ APPROCHE, ON LAISSE TOMBER LE MANTEAU ET LES COLLANTS... **ON DÉVOILE ALORS SES PETITS DÉFAUTS ET ON PEUT AVOIR ENVIE DE LES CORRIGER.** MAIS LES SOINS DE MÉDECINE ESTHÉTIQUE SONT-ILS COMPATIBLES AVEC LES VACANCES? DES RÉPONSES AU CAS PAR CAS.

## NOS CONSULTANTS



Dr LAURENCE  
BENOUAICHE  
chirurgien esthétique



Dr MAURICE DRAY  
médecin esthétique



Dr MARYSE MATEO-  
DELAMARRE  
médecin esthétique



Dr MICHAEL NAOURI  
dermatologue

**D**écolleté, manches courtes, shorts trahissent vos petites imperfections et vous avez envie de vous occuper de vous? Entre chaleur, mer et soleil, voici quelques conseils pour passer l'été en beauté et sans risque.

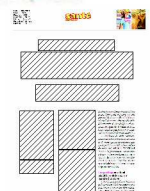
## LES SOINS ESTHÉTIQUES, RAPIDES ET SANS BESOIN DE SE CALFEUTRER

Ils vont gommer vos petits défauts ou vos premiers signes de vieillisse-

ment. On n'y verra que du feu, à condition de prendre quelques précautions de base une fois sur la plage!

## Les injections pas de réelles contre-indications

Quelles que soient les injections anti-âge programmées (comblement antirides, volume ou réhydratation), il n'y a pas de réelles contre-indications ni interdictions concernant les vacances et les activités prévues. Seule nécessité: la protection solaire, « *tant qu'il y a des petites marques de piqûres, ou des petits bleus dus aux injections qui risquent, avec*





le soleil, de se transformer en taches. Dans ce cas, il faut rester à l'ombre avec une protection élevée », conseille le Dr Maryse Mateo-Delamarre. « En revanche, grâce à la vitamine C, le méso-lift est photo-protecteur, ajoute le Dr Maurice Dray. Ce qui ne permet pas, pour autant, d'économiser une protection solaire adaptée ! »

« Concernant la toxine botulique, mieux vaut éviter de prendre l'avion dans les 24 heures qui suivent l'injection, afin que le produit ne se déplace pas en dehors du muscle visé, précise le Dr Michael Naouri. Ce phénomène est tout de même très rare. » De toute façon, comme le résultat du Botox ne se voit que plusieurs jours après l'injection, mieux vaut prévoir le soin une semaine avant de partir en vacances.

### Les peelings on attend plutôt la rentrée ou... on marche à l'ombre

« Il est largement préférable de faire un peeling en hiver, à la fois pour préserver sa peau et pour conserver toute l'efficacité du soin », dit le Dr Naouri. En effet, après un peeling, la peau est à vif, suite à la desquamation qu'elle subit. Elle est donc ultrasensible, surtout au soleil, ce qui augmente le risque d'apparition de nouvelles taches brunes. Après un peeling à l'acide glycolique, n'oubliez pas d'appliquer de l'écran total durant une semaine, en restant impérativement à l'ombre !

### Les lasers et autres lumières attention au bronzage !

Quelle que soit la lumière utilisée (laser fractionné non ablatif ou lumière pulsée), le rajeunissement du visage ne peut pas se faire lorsque la peau est bronzée. « Le rayonnement lumineux risque de pigmenter les zones bronzées, ce qui au final provoquera des taches », explique le Dr Naouri. Évitez donc le soleil quinze jours avant et après le soin, même en ville. Attention aux UV et misez sur une protection optimale !

L'épilation longue durée demande, elle aussi, une certaine vigilance. Ce

genre de traitement s'étale sur six à dix séances, que l'on programme en général avant l'été. Mais l'une d'entre elles peut tomber en plein juillet ou en août ! Est-ce un problème ? « Pas pour le résultat de l'épilation tant que l'on respecte le délai d'un mois entre deux séances », ajoute le Dr Naouri. Et, pour ne pas brûler la peau, le laser est adapté aux peaux bronzées. C'est le cas du laser Yag, pas du laser Alexandrite. Le bémol, c'est qu'il faut éviter toute exposition solaire quinze jours à trois semaines après la séance, « au risque de prendre des coups de soleil, même avec une crème haute protection », souligne le Dr Mateo-Delamarre. Les médecins conseillent aussi d'éviter la piscine et la mer, le temps que disparaissent les petites irritations et rougeurs, et de s'hydrater avec une crème cicatrisante et réparatrice (comme Cicafate d'Avène ou Cicaplast Baume B5 de La Roche-Posay).

## LES INTERVENTIONS CHIRURGICALES PROGRAMMÉES EN ÉTÉ

« Souvent, à la rentrée, l'entourage remarque votre mine superbe ou votre nouvelle silhouette, mais l'associe aux vacances et au repos », remarque le Dr Laurence Benouaiche. Certaines femmes profitent en effet de l'été pour programmer une opération esthétique et récupérer ensuite dans de bonnes conditions. Oui, à condition de bien écouter les conseils du chirurgien.

### La lipoaspiration port du panty obligatoire !

Comme des anticoagulants sont prescrits pour éviter tout risque de phlébite, on peut prendre l'avion deux à trois jours après l'intervention. La contrainte provient surtout des suites postopératoires. Après une lipoaspiration, il faut porter, nuit et jour et au minimum pendant un mois et demi, un panty destiné à limiter l'œdème. S'agissant de la chirurgie du ventre

(abdominoplastie), on porte une gaine pendant un bon mois. « On peut les retirer pour les douches ou une soirée, mais c'est tout ! », avertit le Dr Benouaiche. Il faudra aussi patienter huit à dix jours avant de pouvoir plonger dans l'eau, sans tissu de compression, et pas plus de 20 minutes ! Si l'on souhaite lézarder au soleil, il faut absolument se tartiner d'écran total avec, par-dessus, des vêtements légers. « Les bleus peuvent se pigmenter et laisser des taches disgracieuses sur la peau », insiste le chirurgien esthétique. « Pour se rafraîchir et profiter quand même du beau temps, certaines patientes préfèrent prendre une douche avec le panty et sécher au soleil », constate-t-elle.

### Les prothèses mammaires on oublie les baignades

En général, les femmes sont fatiguées durant les trois, quatre jours qui suivent l'opération. « Elles peuvent cependant prendre l'avion 72 heures après l'intervention, en portant des bas de contention de grade 2 », précise le Dr Benouaiche. En fait, le plus embêtant reste le port du soutien-gorge de compression, obligatoire pendant deux mois, 24 heures sur 24 ! Bon à savoir : si la douche est autorisée au bout de quatre jours, il faudra attendre dix jours avant de pouvoir prendre un bain et trois semaines avant de se baigner.

### Le lifting et l'opération des paupières on sort chapeau et lunettes

Aucune exposition au soleil n'est tolérée. Écran total, lunettes fumées et chapeau sont de rigueur, pendant au moins quinze jours après l'opération. Pas de piscine, ni de mer non plus : les bleus vont disparaître au bout de dix jours, « quant aux cicatrices, elles se résorbent au bout de cinq jours pour les pau-



*pières, huit jours pour le lifting, précise le Dr Benouaiche, mais on est quand même présentable au bout d'une à deux semaines ! » Reste que les cicatrices doivent être protégées longtemps des UV, jusqu'à ce qu'elles blanchissent, même quand le soleil semble ne pas être au rendez-vous. ● Marie Munoz*

#### INFO PLUS

#### ***Ce n'est pas la saison...***

L'été n'est pas la bonne saison pour effacer ses taches brunes, car se protéger du soleil serait vraiment très contraignant. Il vaut mieux programmer ce soin entre octobre et mars.

**« LES BLEUS PEUVENT  
SE PIGMENTER AU SOLEIL ET  
LAISSER DES TACHES »** *Dr Laurence Benouaiche*

Source: Santé Magazine (FIBEP)(France) {Main}  
Edition:  
Country: FRANCE  
Date: Tuesday 1, July 2014  
Page: 48,49,50  
Area: 1071 sq. cm  
Circulation: 0  
Ad data: page rate , scc rate  
Phone:  
Keyword: Botox



*Écran total, lunettes fumées et chapeau sont de rigueur*

*après une intervention sur le visage.*