

beauté  
zoom sur...



**Rosacée,  
on n'attend pas  
pour traiter !**

Vos joues s'empourprent en mangeant un plat épicé, en dégustant un verre de vin, voire après une séance de sport ? Aucune raison de s'affoler puisque tout rentre dans l'ordre dans les minutes qui suivent. Mais ces « flushes » épisodiques, peuvent s'installer dans la durée et évoluer vers une forme particulièrement invalidante socialement.

Suzy Jourdan

**L**a rosacée affecte près de 4 millions de personnes en France, et en majorité des femmes entre 35-50 ans. Si elle pose un problème au niveau social, c'est qu'elle est souvent associée à une consommation excessive d'alcool. Pourtant cette pathologie vasculaire inflammatoire chronique qui marbre les joues de vaisseaux dilatés, peut se développer indépendamment d'une addiction alcoolique.

### Une étiologie mal connue

Encore aujourd'hui, on ne connaît pas l'origine de l'apparition de cette maladie chronique, reconnaît le docteur Muriel Creusot, dermatologue spécialisée en dermatologie esthétique et lasers\*. Une prédisposition génétique semble impliquée puisque l'on observe qu'elle touche de préférence des phototypes clairs. Des facteurs environnementaux sont également largement incriminés. Par exemple, la rosacée est favorisée par la chaleur, le soleil, mais aussi le froid. L'exercice physique intense, les bains brûlants, les émotions fortes, la nourriture épicée ou les boissons chaudes, entre autres semblent aussi être de la partie. Certes, on sait que tous ces éléments favorisent la dilatation des vaisseaux, ce que l'on sait moins, c'est pourquoi cette situation s'installe et évolue dans le temps chez certaines personnes.

### Et si c'était lui ?

Les pores de la peau et les follicules pileux hébergent de nombreux microorganismes. Ces microorganismes, principalement des bactéries et des champignons, constituent le microbiome cutané et jouent un rôle important dans l'équilibre cutané et la santé de la peau. Ils participent à la dégradation des sécrétions, à l'élimination des résidus et des cellules mortes, et à la modulation du système immunitaire cutané. Ils peuvent également contribuer à la formation de biofilms, des structures complexes de microorganismes et de polysaccharides qui protègent la peau contre les agents pathogènes. Et puis il y a le *Demodex follicularum*. Cet acarien vermiforme minuscule vit dans les pores et les follicules pileux : nez, menton front, joues... Or, on a remarqué que les patients atteints de rosacée en présentent 10/cm<sup>2</sup> et même 12 dans des cas de rosacée pustuleuse, quand la population générale en présente seulement 0,7/cm<sup>2</sup> de peau. *Demodex follicularum* est pro-inflammatoire. De fait, il majore l'érythrose et participe à l'évolution de la maladie.

### Une pathologie évolutive

On l'a vu, au début, la peau se met à rougir facilement, de façon épisodique lorsqu'elle se trouve confrontée à certains facteurs environnementaux. D'un coup, le visage monte en

température et ses vaisseaux sanguins se dilatent de manière excessive. Résultat, les joues et le nez s'empourprent, avec une désagréable sensation de chaleur. Ces « flushes » qui disparaissent après quelques minutes sont les manifestations de l'érythrose. Sans prise en charge, de petits vaisseaux restent dilatés et les rougeurs s'installent. On les appelle les télangiectasies. Elles marbrent les joues, les ailes du nez, parfois le menton et le front. C'est le stade de la couperose ou forme érythémato-télangiectasique. Puis des petits boutons, parfois pustuleux, apparaissent. C'est pour cette raison que la confusion a longtemps été faite avec l'acné. On parle de forme papulo-pustuleuse. Dans les cas les plus sévères, le nez va enfler et bosseler. C'est la forme hypertrophique, ou rhinophyma, qui touche davantage les hommes.

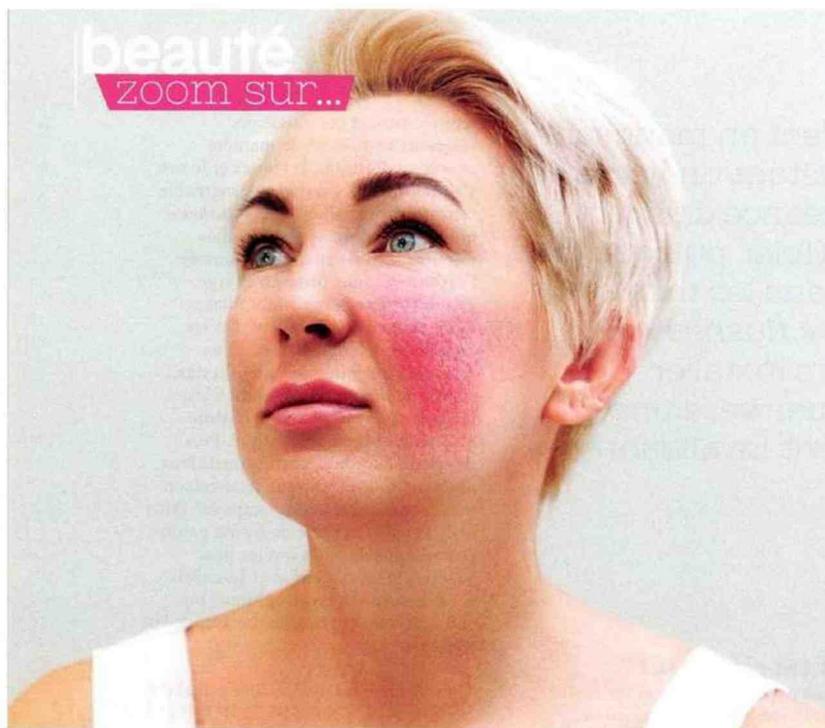
### Première étape : adapter la routine cosmétique

Les peaux sujettes à la rosacée sont souvent sensibles et intolérantes à certains ingrédients contenus dans les soins cosmétiques. Le premier réflexe doit être de réduire le nombre de produits utilisés et d'adopter des formules spécifiquement dédiées à ces peaux réactives pour ne pas aggraver le phénomène inflammatoire. Les parabènes, les phtalates, les silicones, les huiles minérales, les produits alcoolisés ou très parfumés sont à éviter, ainsi que ceux qui contiennent de nombreux conservateurs ou de tensio-actifs. Privilégiez les textures légères et hydratantes. Évitez les changements de produits ou d'actifs pour ne pas perturber la peau. Optez pour des soins naturels et bio qui utilisent des ingrédients apaisants et sans perturbateurs endocriniens. Le mieux ? Consultez un dermatologue pour obtenir un traitement adapté à votre peau.

### Le traitement médicamenteux

L'acide azélaïque à l'action anti-inflammatoire réduit les poussées et son pouvoir kératolytique diminue la prolifération des cellules mortes ce qui limite l'apparition des imperfections. La forme papulo-pustuleuse demande la mise en place d'un traitement médicamenteux. Ce dernier est principalement destiné à combattre la prolifération du





Demodex. La bromidine, l'ivermectine et le métronidazole sont les molécules les plus utilisées par voie topique. Pour certaines formes sévères, avec présence de papules et de pustules, un traitement par antibiotiques de la famille des cyclines peut être prescrit sous forme de crème ou de gel pour lutter contre le Demodex tout en ayant une action anti-inflammatoire. Un traitement antibiotique par voie orale peut être associé si besoin. Attention, certaines de ces molécules sont photosensibilisantes. Mieux vaut éviter l'exposition au soleil et utiliser une protection solaire élevée.

### Laser et IPL : patience

Souvent le laser est considéré par mes patientes comme la solution « magique » pour se débarrasser des rougeurs, nous apprend le docteur Creusot. Certes, mais avant d'y songer, il est important de retracer l'anamnèse complète de la pathologie. Facteurs déclenchants spécifiques à chacun, soins cosmétiques, prise de médicaments ou de compléments alimentaires, les traitements mis en place par le passé... Tout doit être exploré. Pourquoi ? Tout simplement pour exclure les pathologies sous-jacentes qui pourraient être « noyées » dans la couperose. Il s'agit principalement de kératoses actiniques ou de carcinomes basocellulaires. Enfin,

un diagnostic différentiel doit être posé pour éliminer toute autre pathologie comme le lupus érythémateux, la dermatite séborrhéique, l'acné ou les cause médicamenteuses (stéroïdes...).

### Au cabinet du dermatologue

Différentes technologies peuvent être envisagées selon l'indication : IPL, laser à colorant pulsé, laser Nd YAG, laser jaune mais aussi radiofréquence fractionnée à micro-aiguilles, lampes LEDs et photothérapie dynamique. Deux objectifs : traiter le fond, c'est-à-dire l'érythrose, l'érythrocouperose et les télangiectasies, et en parallèle détruire le Demodex qui ne supporte pas les températures au-dessus de 53 °C. L'IPL utilise une lumière contrôlée dans des longueurs d'onde spécifiques pour atténuer l'inflammation, les rougeurs, les boutons et les teints inégaux causés par la rosacée. Le laser LCP (laser à colorant pulsé) peut agir de deux façons : en mode photothermolyse pour éclater les micro-vaisseaux, ou en mode photocoagulation, pour atténuer les rougeurs sans créer de purpura. Les lasers vasculaires peuvent être utilisés pour traiter les formes plus avancées de la maladie. Le laser Nd:YAG, quant à lui, émet une longueur d'onde de 1 064 nm, qui est absorbée par l'hémoglobine

des vaisseaux sanguins. Cela permet de cibler spécifiquement les zones affectées par la rosacée. Ce laser est considéré comme un traitement de choix pour la rosacée car il est très sélectif, et ne touche pas les tissus sains environnants. Il est également peu invasif. Quant à la forme hypertrophique, elle sera traitée par laser CO<sub>2</sub> ablatif et consiste à « vaporiser » les couches superficielles de la peau pour révéler un épiderme sain. ■

\*Membre de la SFLD (Société française des lasers en dermatologie).

### JE SURFE SUR...

[laser-et-peau.com](http://laser-et-peau.com)

### ✓ Dans ma trousse

#### La Crème Anti-Rougeurs Acide Azélaïque 5 % + Niacinamide

Apaise les irritations et réduit les rougeurs, tandis que le Correcteur Anti-rougeurs Niacinamide 2 % + Extrait d'Algues Vertes camoufle et atténue la couperose jour après jour. 49,90 €, chez Sephora, [typology.fr](http://typology.fr)



#### Huile SOS Apaisante Bio Krème

Une formule enrichie en probiotiques pour rétablir l'équilibre du microbiome cutané et dotée de sept huiles végétales réparatrices qui calment les phénomènes inflammatoires. Nourrit et apaise intensément sans laisser de film gras. 29,90 €/30 ml, [kreme-paris.com](http://kreme-paris.com)



#### Enoxolone 2 %, État Pur

L'Enoxolone est un actif issu de la racine de réglisse, qui agit à l'origine de l'inflammation pour court-circuiter les réactions en chaîne responsables de l'augmentation de la sensibilité cutanée. De quoi calmer le jeu et apaiser la peau. 19,90 €/15 ml, en pharmacie et sur [etatpurfr](http://etatpurfr)



#### Toleriane, Rosaliac AR, Concentré Anti-rougeurs, La Roche-Posay

Spécifiquement destiné aux peaux à tendance couperosique ou souffrant de rosacée, ce soin hydrate, réduit les rougeurs et les sensations d'inconfort. Mieux, il prévient les rechutes et unifie le teint grâce à un pigment vert correcteur. 23,30 €/40 ml, en pharmacies et sur [laroche-posay.fr](http://laroche-posay.fr)

