

# LE JOURNAL DE MON CORPS

by Linh Pham

ACTUALITÉS

FICHES INTERVENTIONS

SPEED TALKS

À PROPOS



MÉDECINE, CHIRURGIE ESTHÉTIQUES &amp; MORE ABOUT BEAUTY AND HEALTH - MÉDECINE, CHIRURGIE ESTHÉTIQUES &amp; MORE ABOUT BEAUTY AND HEALTH - MÉDECINE, CHIRURGIE ESTHÉTIQUES &amp; MORE ABOUT BEAUTY AND HEALTH - MÉDECINE, CHIRURGIE ESTHÉTIQUES &amp; MORE ABOUT BEAUTY AND HEALTH

## Médecine esthétique : les traitements utiles avant le départ au soleil



Partager

15 juin 2024

Tic-tac, tic-tac, ... Bientôt les vacances ? Voici quelques petits gestes bien utiles et pas toujours connus pour préserver un max la peau au soleil. Dépêchez-vous ! Il reste encore un peu de temps pour faire deux ou trois trucs avant de prendre la poudre d'escampette.

### Faîtes injecter rides du lion et patte d'oie pour éviter les traces blanches

Relaxer les muscles de la patte d'oie et des rides du lion (entre les yeux) avant de s'exposer au soleil est une riche idée si vous ne voulez pas vous retrouver avec le fond des rides tout blanc, donc encore plus marqué, une fois que votre peau aura acquis un joli hâle. Prix de l'injection de Botox : environ 350 €

### Offrez-vous des séances de biorevitalisation pour prévenir la déshydratation cutanée

Elle est inévitable, si vous prévoyez de vous exposer tous les jours. Donc, faire des séances de mésothérapie avant le départ est plutôt bienvenu. Au choix : Skinboosters, Profilho ou polynucléotides (des études ont montré en prime un effet photoprotecteur sur les fibroblastes – les usines à collagène et élastique de la peau). Traitement à réaliser sur le visage, le cou et le décolleté. Si vous n'avez pas le temps de faire un protocole complet avant le départ, une séance ou deux, c'est déjà pas si mal ! Prix de la séance : autour de 300/360 € selon les produits.

## Investissez dans des séances de photobiomodulation pour renforcer la résistance de la peau au soleil

Outre les polynucléotides, des séances de LED ont un effet photoprotecteur intéressant à exploiter pour les peaux claires ou celles qui sont beaucoup exposées. Prévoir au moins deux séances de 10 mn, la semaine avant le départ. Prix de la séance : autour de 45 €

**LE STOP-TACHES INDISPENSABLE DE L'ÉTÉ !**

PUBLICITÉ



**DÉCOUVREZ ANTI-PIGMENT SERUM DUO D'EUCERIN, A BASE DE THIAMIDOL, UN ACTIF BREVETÉ D'UNE EFFICACITÉ REDOUTABLE SUR L'HYPERPIGMENTATION !**

## Faites-vous prescrire de l'acide tranexamique en cas de masque de grossesse

Vous savez que dans le masque grossesse, il y a une composante pigmentaire mais également vasculaire ? Lire ici : [Non, au masque de grossesse !](#) « *Donc, la bonne idée, au moins un mois avant le départ, c'est de demander à votre dermatologue de l'Exacyl, un médicament à base d'acide tranexamique qui a un effet vasoconstricteur sur les vaisseaux, donc qui tempérera les ardeurs des mélanocytes – les cellules qui produisent le pigment de la peau, ndlr – déjà bien stimulés en période d'été, à condition toutefois de ne pas présenter de contre-indications : grossesse, allaitement, pilule + tabac ou antécédents de thrombose personnels ou familiaux* » indique le Dr Muriel Creusot, dermatologue membre de la SFLD (Société Française des Lasers en Dermatologie). La posologie est de 250 mg matin et soir, pendant toute la durée de l'exposition.

Évidemment, il est recommandé de ne pas s'exposer directement au soleil ; de se tartiner plusieurs fois par jour d'écran solaire SPF 50 (avec filtre anti-lumière bleue ET pigments, autrement dit un filtre solaire teinté) ; d'appliquer matin et soir sous ce même écran solaire un soin cosmétique anti-taches, toujours dans le but d'apaiser les mélanocytes (deux précautions valent mieux qu'une). Bien utile également, le chapeau anti-UV à large bords couvrants UPF 50+ (sur [www.natalbizia.com](http://www.natalbizia.com)).

## LA BONNE INFO COSMÉTIQUE EN PRIME- Vous avez de la rosacée ? Ne vous trompez pas de produit solaire !

Quand on est atteint de rosacée et qu'on a la peau sensible, réactive, on a souvent tendance à appliquer des textures riches, plus cocoon. Erreur fatale ! Le Demodex, un parasite présent sur la peau à rosacée adore se gaver de gras. Donc, outre le traitement à base de métronidazole (Rosex) ou d'ivermectine (Soolantra) prescrit par votre dermatologue que vous ne devez surtout pas interrompre pendant vos vacances, choisissez bien vos produits solaires. En clair, oubliez les crèmes et passez aux fluides ! Et même réflexe pour tous vos autres produits de soin.



**L'expert**  
Dr Muriel Creusot