



Le laser sait tout faire !

Complexe et multi-usage, ce formidable outil de médecine esthétique peut agir sur le visage et le corps, contre les rides, les taches, les poils... On fait le point.

PAR SOPHIE GOLDFARB

Ces machines qui utilisent l'énergie des faisceaux lumineux ont une technologie pointue et tellement d'applications que l'on a du mal à s'y retrouver. Certes, le médecin peut vous conseiller, mais comment savoir si le matériel utilisé bénéficie des dernières innovations ? C'est aussi pour cela que les médecins esthétiques collaborent de plus en plus avec de grands centres équipés de machines très récentes. Cela leur permet également d'échanger entre « laséristes », afin de proposer le protocole le plus adapté. Il ne faut donc pas hésiter à s'informer sur le matériel ! En outre, il est essentiel que le médecin indique au patient les traitements alternatifs possibles (injections pour les rides, radiofréquence pour le relâchement, peeling pour les taches...) avant que celui-ci fasse son choix. **A savoir** La quasi-totalité des interventions sont réalisées l'hiver, car il faut éviter le soleil durant trois mois et avoir débronzé. En effet, le faisceau des lasers ciblant souvent le pigment, il peut y avoir un risque de brûlures. Enfin, pas de douleur intense, car on applique au préalable une crème anesthésiante, souvent doublée durant la séance d'un jet pulsé qui refroidit la peau.

Atténuer les taches isolées

On peut traiter les taches brunes (lentigos solaires) du visage, du décolleté ou des mains, « mais pas le mélasma (masque de grossesse) », précise le Dr Grand-Vincent, médecin esthétique à Paris. Le faisceau dissout la mélanine tache par tache, sans brûler la peau alentour. Le plus courant est le laser Nd:YAG Q Switched mais, si le praticien est doté d'un laser Pico (qui frappe en picosecondes et non en nanosecondes), le traitement sera plus court et les suites plus simples. A chaque tir, on ressent un picotement. Comme il est dépigmentant, le traitement doit s'effectuer sur peau débronzée, idéalement à partir d'octobre-novembre. **Combien de séances ?** Généralement, une seule suffit. Si les taches sont intenses, on peut en réaliser deux ou trois, espacées de quatre à six semaines. De 150 € sur le visage à 300 € sur le corps en moyenne, selon la durée de la séance. **Les suites** La peau est légèrement gonflée les premiers jours, puis des croûtes apparaissent et tombent en une semaine. Ensuite ? Interdiction formelle de s'exposer au soleil pendant au moins deux mois et utilisation quotidienne d'une protection SPF 50.

Lisser les rides

Pour cibler le derme et provoquer un effet régénérant, il existe deux sortes de lasers. Les plus anciens, les **lasers ablatifs** (CO₂, Erbium), abrasent la peau jusqu'au derme supérieur, dou leur efficacité sur les visages marqués, ridés et sur les taches. « Le seul souci, explique le Dr Mazer, dermatologue à Paris, est que, en plus d'une éviction sociale de plus d'une semaine, certains patients constatent, après quelques mois, des dépigmentations locales puisque les mélanocytes (qui fabriquent la mélanine responsable de la couleur de la peau) ont eux aussi été enlevés. Or certains ne se renouvellent plus. » Plus récents, les **lasers fractionnés non ablatifs ou micro-ablatifs** (Fraxel, Nd:YAG) frappent la peau en discontinu en laissant des zones de peau intacte entre chaque « puits ». Cela permet d'atteindre la peau plus en profondeur. En cicatrisant, ces puits vont entraîner un relissage cutané par stimulation des fibroblastes, qui fabriquent le collagène. Les zones non traitées conservant leurs capacités de cicatrisation et de pigmentation, les suites sont plus simples. Ce laser peut s'utiliser sur le visage, le cou et le corps, y compris les mains. **Combien de séances ?** Deux avec un laser ablatif, quatre avec un non ablatif. De 400 à 600 € la séance. **Les suites** Après une séance de laser ablatif, la peau suinte, puis se couvre de rougeurs et de croûtes durant au moins une semaine. Le laser non ablatif, lui, laisse comme un « coup de soleil » qui disparaît en quelques jours.

Eliminer la couperose et les varicosités

« Les lasers vasculaires donnent de très bons résultats, à condition d'être patient », explique le Dr Dahan, dermatologue lasériste à Toulouse. Ils ciblent l'hémoglobine des vaisseaux sanguins. Comme le Dr Grand-Vincent, on peut coupler dans la même séance le laser KTP qui va coaguler les plus petits vaisseaux (l'érythroïse), et le Nd:YAG, pour traiter les plus gros (ailes du nez) et les bleutés. Pour les rougeurs diffuses de l'érythroïse, où les vaisseaux sont moins apparents, on combinera plutôt laser Nd:YAG et colorant pulsé. « S'il s'agit de simples rougeurs, comme sur le décolleté, où elles peuvent être couplées à des taches pigmentaires, je préfère l'Icon [appareil de Cynosure couplant laser et lumière pulsée], qui agit en vasculaire comme en pigmentaire », ajoute le Dr Pegoud, lasériste à Lyon. Pour les varicosités, ces petits vaisseaux qui « explosent » sur les jambes, le Dr Mazer précise : « Il faut l'avis préalable du phlébologue qui aura sclérosé les plus gros vaisseaux. » On peut alors compléter le traitement pour les varicosités plus fines en couplant lasers Nd:YAG sur les bleutées et KTP sur les rouges.

Combien de séances ? Pour l'érythroïse, suivant le degré de dilatation des vaisseaux et leur taille, de trois à cinq séances espacées d'un mois, sans exposition solaire entre elles, peuvent suffire. S'il s'agit de vraie rosacée, le traitement, souvent couplé à la prise d'antibiotiques en crème ou par voie orale, est plus long : de trois à cinq séances au moins par an, à poursuivre durant deux à trois ans, car c'est un facteur génétique récidivant (compter de 200 à 400 € la séance). Pour les varicosités, le nombre de séances dépend de l'étendue de la zone à traiter (150 € la séance). **Les suites** On ressort d'une séance traitant la couperose gonflée et rouge avec le risque d'un œdème jusqu'aux paupières inférieures (pendant 24 à 48 heures). Pas de croûtes, mais parfois des traces violacées qui disparaissent en cinq jours. Pour les varicosités, on observe un érythème, puis des croûtelles (sortes de griffures), durant deux ou trois semaines.

Comblent les cicatrices

Toutes les cicatrices (sauf celles très creuses ou très en relief) peuvent être traitées au laser. En cas de relief modéré ou de creux peu profond, on utilise un **laser ablatif** (Erbium) ou **non ablatif** (Nd:YAG). Le laser Pico peut aussi agir sur les cicatrices en relief. Le résultat va de l'atténuation à la disparition. Dans les deux cas, on peut traiter sur peau bronzée, mais sans s'exposer durant au moins deux mois. **Combien de séances ?** D'une seule pour une cicatrice à trois pour le visage entier. De 150 à 500 € par séance. **Les suites** Un œdème, pendant au moins deux jours, et parfois des rougeurs qui persistent plus de trois semaines.

Réduire les vergetures

« Plus on les traite tôt [moins de trois mois], meilleures sont les chances de les éclaircir », explique le Dr Pegoud. Lorsqu'elles sont encore rouges, on conseille de combiner dans la même séance un laser vasculaire (colorant pulsé ou KTP) et un laser fractionné non ablatif (Nd:YAG) pour réduire la fracture cutanée. Sur les vergetures blanc nacré installées, le laser CO₂ fractionné, ablatif ou non, réduit la profondeur de 30 %, sans « effacer » totalement les vergetures. **Combien de séances ?** Cinq, espacées d'un mois. Environ 150 € la séance. **Les suites** Des rougeurs pendant quatre ou cinq jours avec un laser non ablatif ; des croûtes pendant une semaine, puis des rougeurs, avec un laser ablatif.

Faire disparaître les tatouages

Le « détatouage » a été révolutionné il y a cinq ans par l'apparition du laser Pico. Contrairement au laser Nd:YAG Q Switched, qui nécessite de nombreuses séances douloureuses et nefface pas correctement le bleu et le vert, le Pico agit sur tous les tatouages, anciens ou récents, et pulvérise tous les pigments par ses impulsions très rapides (en picosecondes). Attention, plus le tatouage est complexe et étalé, plus le traitement sera long et cher. Souvent, la peau ne redevient pas totalement comme avant, il reste une ombre « fantôme ». **Combien de séances ?** La durée du traitement est de quelques mois (de trois à six séances) avec un Picoseconde (300 € la séance) et peut atteindre plusieurs années (dix séances au minimum) avec un Q Switched (200 € la séance). **Les suites** Des rougeurs pendant quelques jours.

Le regard

En cas de paupières supérieures alourdis, le Plexr, sorte d'arc électrique, offre « la seule alternative à la chirurgie, sans risque de lésions oculaires ou d'effet « œil rond », note le Dr Grand-Vincent. Ce stylet crée des « micro-puits » qui cicatrisent en se rétractant, ce qui retend la peau et éclaircit le regard. Compter trois séances espacées d'un mois (de 200 à 300 € la séance).