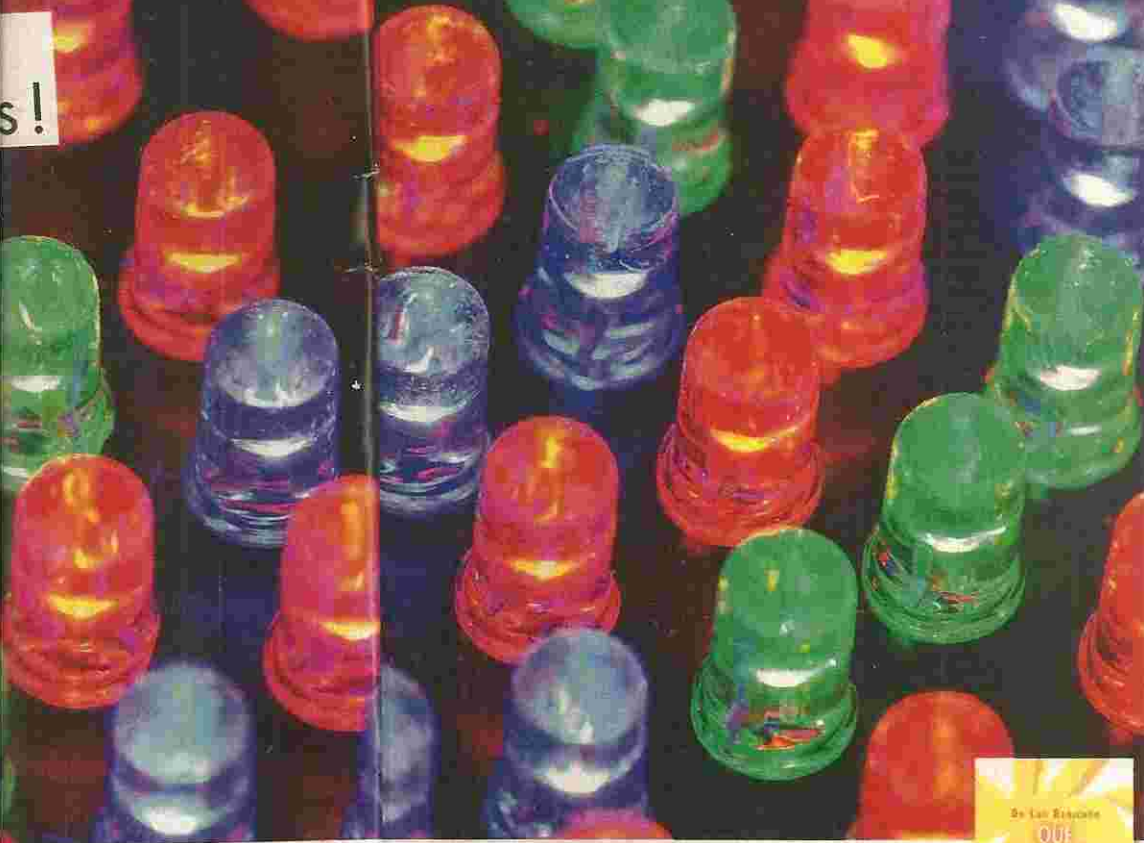


# a lumière!



## Gommage de l'ACNE

**D**es boutons qui pointent, et c'est la cata! Dans l'acné, le sébum s'accumule dans l'orifice pilo-sébacé. Un bouton (microkyste) se forme. Mais ce n'est pas tout, une vilaine bactérie passe à l'action et l'infecte. Bonne nouvelle : cette bactérie est sensible à la lumière des LED bleues. On s'y expose donc pour la "dégommer" et éviter les surinfections. Comptez deux séances par semaine pendant six semaines. Ce traitement peut être d'ailleurs combiné avec d'autres soins dermatologiques. Par exemple, aux Etats-Unis, certains dermatologues préparent d'abord la peau avec un produit photosensibilisant avant de l'exposer à une lumière rouge (un peu comme dans le cas des lésions cancéreuses), afin d'obtenir de meilleurs effets thérapeutiques. Au prix d'un traitement plus "lourd"

## Dans ma salle de bains

Eh oui, on trouve désormais des LED à usage perso (surtout pour le photorajeunissement et le traitement de l'acné) sur Internet et dans certaines boutiques (Marionnaud...). Ces appareils tiennent-ils leurs promesses? Selon le Dr Luc Bénichou, « certains ont fait la preuve d'une activité en laboratoire sur des tissus ou des cellules. Ils risquent néanmoins de se révéler décevants dans leur utilisation pratique ». En attendant des appareils nouvelle génération permettant de traiter de plus larges zones tout en offrant une parfaite sécurité!

## Destruction de LESIONS précancéreuses et cancéreuses

**T**émoins d'un état précancéreux, les kératoses actiniques sont des petites tâches rosées et un peu rugueuses qui apparaissent surtout sur les régions exposées au soleil (mains, visage...). Là encore, les diodes rouges sont intéressantes. « La photothérapie dynamique consiste à appliquer un produit photosensibilisant qui se fixera sur les cellules pathologiques, pour ensuite s'exposer aux diodes (rouges). Mais l'on quitte là les traitements "soft" pour une destruction quasi chirurgicale », reconnaît le Dr Bernard Rossi. Une seule séance suffit à détruire les



## A lire

- *Que la lumière soigne*, Dr L. Bénichou, J.-C. Lattès
- *La lumière qui rajeunit votre visage*, Dr G. Beilin, Anagramme éd.





EGLANTINE GRIGIS

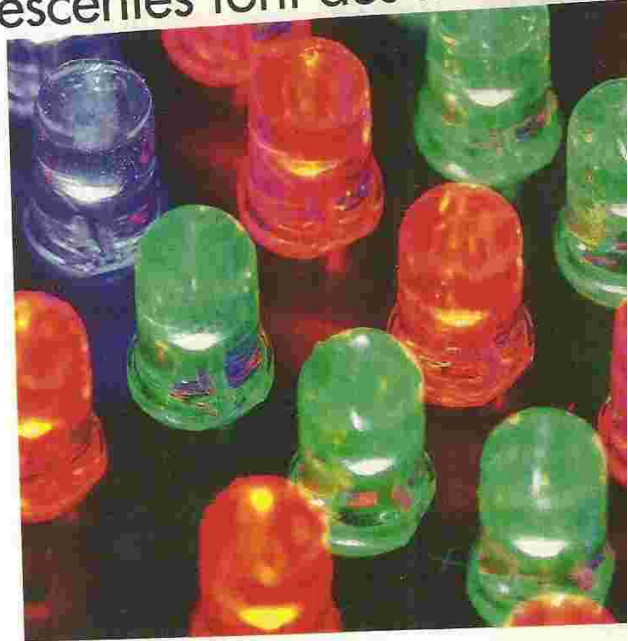
# LED

# Toute la

## Cicatrisantes, antiâge, rajeunissantes... les diodes électroluminescentes font des miracles

### Des diodes bourrées de QUALITES

**E**cran d'ordinateur, télécommande de télévision, lampe de poche... les light-emitting diodes (LED) peuplent déjà notre quotidien. Chez nous, on les appelle diodes électroluminescentes. Les chercheurs de la Nasa ont été les premiers à découvrir leurs effets thérapeutiques. Minuscules ampoules intégrées dans un circuit électrique, les LED émettent un rayonnement d'une seule couleur qui correspond à une seule longueur d'onde et à des indications spécifiques. Elles se déclinent en jaune, vert, orange ou bleu. Leurs vertus sont multiples : cicatrisantes, rajeunissantes, antiacné... Cette lumière douce, qui ne brûle pas la peau, nous fait du bien!



### Coup d'ECLAT

**L**es LED boostent les fibroblastes (les cellules produisant collagène et élastine, responsables de l'élasticité et de la densité de la peau) et jouent sur les fonctions immunitaires et inflammatoires. Il était donc naturel qu'elles se glissent dans la palette des traitements antiâge. Aux Etats-Unis, les séances de Skin fitness (gymnastique de la peau) sont en vogue. Chez nous, les dermatologues et médecins esthétiques utilisent des LED jaunes afin d'obtenir une peau plus tonique, une réduction des ridules et rougeurs, un teint plus uniforme. L'effet est discret mais peut compléter d'autres traitements (laser, peeling, injections...) pour des résultats plus bluffants et une meilleure cicatrisation. Comptez une séance par semaine pendant deux mois.

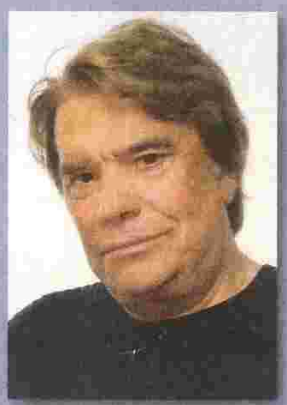
### Atténuation des VERGETURES

**C**es dépressions de la peau en forme de lignes ou de zébrures sont dues à un étirement trop important de l'épiderme. Elles peuvent être plus ou moins profondes. Et ne surviennent pas uniquement après une grossesse ou un régime amaigrissant. On sait aujourd'hui que certaines sont dues à la souffrance des fibroblastes. Les diodes rouges peuvent atténuer ces vergetures, surtout si elles sont récentes et pigmentées. En revanche, l'effet sur les dépigmentations (dus à une disparition locale de mélanocytes, les cellules produisant la mélanine) est plus modeste. Comptez deux à trois séances par semaine pendant un mois pour obtenir des résultats.

### Les people s'y mettent !



Bernard Tapie se plie volontiers à des séances de LED avant un tournage. Quant à Madonna, elle fait confiance à sa LED perso pour une peau zéro défaut.



**Où peut-on faire des LED ?**  
Chez un médecin esthétique ou un dermatologue. Prévoyez de 50 à 100 € la séance.

Remerciements au Dr B