Plastic Surgery Institute

GUIDE PATIENT · SANTÉ DE LA PEAU

Rajeunissement cutané & resurfaçage

Comprendre votre peau, comparer les traitements et préparer une récupération sûre.



02 Votre peau et vos objectifs
03 Consultation et préparation
04 Traitements et techniques
05 Récupération et résultats
06 Risques et sécurité
07 Coût et choix du praticien
08 Parlons de vos objectifs



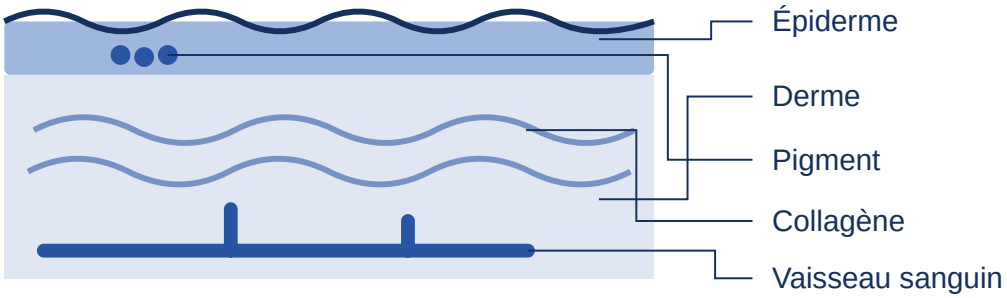
Dr Imad Shehadi

Institut de chirurgie plastique
63 rue Souraty, immeuble Hamra Nassif, 1er étage, Beyrouth, Liban
Téléphone +9611746345 · WhatsApp +9613307854
psi@psi-lb.com

01 · LES BASES

Votre peau et vos objectifs

Soleil, vieillissement, hérédité et maladies cutanées modifient texture, pigmentation, vaisseaux visibles et fermeté. Un diagnostic précède le choix de l'appareil.



Adapter la méthode au problème

- **Rides :** les rides statiques sont visibles au repos ; les rides dynamiques sont liées aux muscles et s'accentuent avec l'expression. Le resurfaçage ne traite pas toutes les rides ; les dynamiques peuvent relever d'une autre thérapie.
- **Pigmentation :** taches de rousseur, lentigos solaires et autres taches ont des causes diverses. Toutes les taches ne sont pas bénignes ni dues au soleil.
- **Cicatrices :** ondulées, en creux, décolorées ou en relief, elles nécessitent une évaluation individuelle. Cicatrices hypertrophiques et chéloïdes exigent un projet spécialisé distinct ; le resurfaçage peut être inadapté.
- **Vaisseaux et rougeurs :** un laser vasculaire ou une lumière intense pulsée ciblée peut être préférable. Tous les traitements ne retirent pas l'épiderme.
- **Relâchement :** une certaine fermeté peut s'améliorer, sans remplacer une remise en tension de la peau excédentaire ni garantir la disparition de la cellulite.

À qui s'adresse le traitement ?

Un adulte en bonne santé, non-fumeur, avec des objectifs précis et réalistes peut être candidat. Toutes les carnations nécessitent une évaluation ; les peaux brunes, noires ou bronzées présentent parfois davantage de risques pigmentaires. Choisissez un praticien expérimenté avec votre carnation et votre affection.

Le diagnostic d'abord

Une lésion nouvelle, changeante, qui saigne ou reste inexpliquée doit être examinée avant toute destruction esthétique. Grossesse, allaitement ou maladie peuvent justifier de différer un soin électif. Infection active, herpès ou inflammation importante sont à traiter ou à laisser s'apaiser selon le cas.

02 · AVANT LE TRAITEMENT

Consultation et préparation

Précisez vos objectifs, le temps de récupération disponible et les risques acceptables. Les alternatives comprennent aussi l'absence de traitement.

Votre peau et vos antécédents

- Couleur habituelle, réaction au soleil, bronzage ou coup de soleil récent ; mélasma, acné active et autres maladies cutanées.
- Chéloïdes, cicatrisation difficile, herpès labial, irradiation antérieure et immunodépression.
- Maladies, allergies, problèmes oculaires, grossesse ou allaitement ; lasers, peelings, produits de comblement et autres soins antérieurs.
- Médicaments, compléments, produits cutanés, alcool, tabac, nicotine et autres substances. Indiquez les dates d'isotrétinoïne et de rétinoïdes : le délai dépend de la personne et de la procédure, sans règle universelle.

Ce que la consultation doit préciser

Le praticien examine la peau et la zone concernée, réalise des photographies avec votre accord, puis explique bénéfices, limites, nombre de séances, anesthésie, cicatrisation et risques. Demandez pourquoi l'appareil et la profondeur conviennent à votre carnation et au diagnostic. Exprimez vos inquiétudes avant de consentir.

Se préparer avec l'équipe

- Faites vérifier aspirine, anticoagulants et autres médicaments. N'interrompez jamais brutalement un traitement prescrit sans l'accord du prescripteur.
- Préparations cutanées et antiviraux uniquement sur prescription. N'entreprenez ni dépigmentation, ni acides, ni peeling maison. L'arrêt des rétinoïdes, exfoliants, épilation ou rasage est individualisé.
- Évitez les UV sans protection et le bronzage. Discutez de l'arrêt du tabac et de la nicotine ; prévoyez matériel et aide au retour.
- Le jeûne ne s'impose que si l'anesthésie ou la sédation le nécessite. En cas de sédation, organisez le trajet et la présence d'un adulte responsable.

Un cadre et une analgésie adaptés

Choisissez une structure clinique autorisée et un opérateur qualifié. Nombre de soins se font sans anesthésie, sous crème anesthésiante ou anesthésie locale ; certains soins profonds demandent sédation surveillée ou anesthésie générale dans un lieu adapté. La protection oculaire est essentielle avec les appareils à énergie.

03 · VOTRE PROJET DE SOIN

Traitements et techniques

Cible, profondeur et soins de plaie varient. Confirmez avec le praticien les méthodes adaptées et réellement disponibles.



Le fractionné est un motif de traitement, ablatif ou non ablatif. Schéma explicatif, sans indication de dose ni de profondeur.

Laser ablatif, non ablatif et fractionné

Le laser **ablatif** retire l'épiderme et chauffe le derme sous-jacent : il crée une plaie et une période de récupération. Le **non ablatif** chauffe des cibles dermiques sans retirer volontairement la surface ; ses effets sont souvent plus discrets et progressifs, parfois en plusieurs séances. Il n'est pas automatiquement sûr pour toute carnation. Le **fractionné** forme des colonnes microscopiques séparées par de la peau non traitée ; il peut être ablatif ou non ablatif. Ce n'est ni une troisième profondeur ni une garantie de guérison rapide sans cicatrice.

Lumière intense pulsée (LIP ou IPL)

Il s'agit d'une lumière à large spectre, pas d'un laser. Certains appareils ciblent pigments ou lésions vasculaires plutôt que de retirer l'épiderme. LIP et resurfaçage ne sont pas synonymes.

Peelings chimiques

Le traitement chimique contrôlé peut être superficiel, moyen ou profond. Plaie, anesthésie et soins diffèrent ; plus profond signifie généralement plus de récupération et de risques. Un peeling profond au phénol expose notamment à des troubles du rythme cardiaque et à des atteintes rénales ou hépatiques : surveillance médicale indispensable, jamais à domicile.

Méthodes mécaniques

La **dermabrasion** est une abrasion mécanique contrôlée, plus profonde, pouvant créer une plaie. Le **dermaplaning** utilise une lame pour une exfoliation superficielle et l'élimination du duvet ; il n'efface pas les cicatrices profondes d'acné. La microdermabrasion est une autre technique, plus superficielle, non un synonyme de dermabrasion.

> L'équipe évalue, nettoie, protège les yeux, anesthésie si nécessaire, traite à la profondeur prévue puis organise les soins. Ce parcours individualisé n'est pas un mode d'emploi domestique. Des soins combinés ou échelonnés sont possibles ; les répétitions ne sont pas obligatoires pour tous, notamment après un peeling profond.

04 · LA CICATRISATION

Récupération et résultats

La récupération dépend de la méthode, de sa profondeur et de votre peau, sans date universelle de reprise du travail.

Premiers soins

Protéger

Un soin superficiel peut entraîner peu d'éviction. Laser ablatif profond, dermabrasion et peelings moyens ou profonds demandent davantage de soins.

Jours à semaines

Cicatriser

Fermeture cutanée et confort varient. Une rougeur après resurfaçage profond peut durer des mois.

Semaines à mois

Réévaluer

Le résultat se développe souvent progressivement. Le suivi contrôle la cicatrisation et l'intérêt de soins complémentaires.

Prendre soin de la peau traitée

- Mains propres, nettoyage doux et uniquement les pommades ou pansements prescrits. Ne grattez, frottez ou arrachez pas les croûtes ; évitez masques maison et acides.
- Compresse fraîche seulement si conseillée, enveloppée selon les consignes ; jamais de glace directe ni de friction appuyée.
- Rétinoïdes, maquillage, sport, chaleur, piscine et sauna ne reprennent qu'après accord. Demandez quand laver, travailler et quels antalgiques utiliser.
- Suivez les prescriptions et les rendez-vous ; conservez un contact de l'équipe en dehors des horaires habituels.

Protection solaire durable

Limitez les UV directs avec ombre et vêtements, surtout pendant la cicatrisation et durant les mois suivant un resurfaçage profond ; l'équipe définit la durée. Sur peau cicatrisée, utilisez une protection à large spectre d'indice 30 ou plus dès autorisation, à renouveler selon l'étiquette. Sur peau à vif, n'appliquez pas de crème solaire ordinaire sans avis : adoptez les protections recommandées.

Des attentes réalistes

Texture, couleur ou ridules peuvent s'améliorer, avec des résultats variables. Le non ablatif apporte souvent des changements discrets et progressifs. Vieillissement, expressions et nouveaux dommages solaires continuent ; rien n'est permanent ni garanti. Un entretien peut être utile selon le besoin, sans répétition obligatoire pour tous. Demandez ce qui persistera et quand juger le résultat.

05 · UN CHOIX ÉCLAIRÉ

Risques et sécurité

Même un soin dit non invasif comporte des risques. Ils varient selon la méthode, la profondeur, la zone, la peau et votre santé.

Lésions et cicatrisation

- Brûlures, cicatrices, retard ou défaut de cicatrisation, cicatrices hypertrophiques ou chéloïdes.
- Irrégularités de surface et modifications de texture, dont un résultat inégal.
- Rougeur, gonflement, démangeaisons, picotements ou douleur, parfois prolongés.
- Acné ou petits grains blancs, appelés grains de milium.

Pigmentation et infection

- Hyperpigmentation (assombrissement) ou hypopigmentation (éclaircissement), parfois permanentes. Les peaux brunes, noires ou bronzées peuvent présenter davantage de risques pigmentaires.
- Infection bactérienne, fongique ou virale, notamment réactivation de l'herpès labial. Une prévention antivirale peut être prescrite si indiquée.

Précautions propres à chaque méthode

L'ablatif profond exige généralement davantage de soins de plaie que le non ablatif ; aucun n'est sans risque. Produits topiques et anesthésie peuvent provoquer irritation, allergie ou autres réactions individuelles. Les peelings profonds au phénol ajoutent des risques cardiaques, rénaux et hépatiques nécessitant une surveillance. Sans protection adaptée, les appareils à énergie peuvent léser les yeux, particulièrement près des paupières.

Quand demander de l'aide

Contactez rapidement l'équipe en cas de douleur, rougeur ou gonflement croissants, fièvre, pus, cloques, herpès ou mauvaise cicatrisation. Douleur oculaire ou nouveau trouble visuel : évaluation médicale urgente et immédiate. Difficulté respiratoire ou réaction allergique grave : urgence médicale.

Avant de consentir

Demandez comment réduire vos risques, qui prend en charge une complication et comment joindre l'équipe hors horaires. Discutez alternatives, absence de traitement, amélioration incomplète et corrections éventuelles. Le resurfaçage esthétique ne remplace pas le diagnostic ou le traitement d'une lésion suspecte.

06 · BIEN SE PRÉPARER

Coût et choix du praticien

Le coût d'un rajeunissement cutané mérite un devis écrit personnalisé, pas une promesse de forfait.

Qu'est-ce qui influence le prix ?

Produit ou appareil, zone, profondeur, nombre de visites, expérience du praticien et lieu d'exercice comptent. Comparez les soins et les mesures de sécurité, pas uniquement le montant affiché.

À vérifier dans le devis

- Honoraires du praticien ou de l'opérateur et séances prévues.
- Anesthésie si nécessaire et frais de la structure clinique.
- Examens médicaux, médicaments, pommades et pansements prescrits.
- Suivi, entretien si pertinent et soins correctifs ou de révision éventuels.

Demandez quelles visites supplémentaires ou complications pourraient être facturées. Ce guide ne promet aucun tarif ni financement.

Vérifier directement votre assurance

Les soins esthétiques sont habituellement exclus de l'assurance santé. Vérifiez votre contrat, les éventuelles autorisations et la couverture des complications ; ne présumez pas d'un remboursement local.

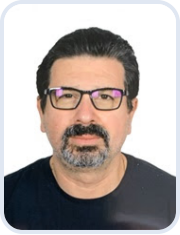
Choisir un praticien dûment qualifié

- Vérifiez autorisation d'exercice, formation et expérience de la méthode précise, de votre carnation et de votre affection.
- Exigez diagnostic médical, alternatives réalistes et stratégie face au risque pigmentaire ou aux chéloïdes, plutôt qu'un traitement automatique de chaque tache.
- Interrogez l'équipe sur l'autorisation de la structure, les appareils adaptés, la protection oculaire, les protocoles de sécurité et la formation aux urgences.
- Demandez des consignes écrites, un suivi fiable et un contact hors horaires. Qui réalise le soin et qui gère les problèmes ?

> Expérience, dialogue et confiance dans la sécurité comptent autant que le prix. Vous pouvez prendre le temps de décider ou ne pas vous faire traiter.

PRENDRE RENDEZ-VOUS

Parlons de vos objectifs



Dr Imad Shehadi

Institut de chirurgie plastique

Adresse
63 rue Souraty, immeuble Hamra Nassif, 1er étage, Beyrouth, Liban

Téléphone
+9611746345

WhatsApp
+9613307854

Courriel
psi@psi-lb.com

Ce guide est destiné à l'information générale. Il ne promet ni ne garantit un résultat ou l'absence de risque et ne remplace pas une consultation approfondie, en personne, avec un praticien ou chirurgien dûment qualifié. Votre plan individuel et les consignes de votre équipe soignante priment.

Pour en savoir plus : Mayo Clinic
Resurfaçage laser · Peeling chimique · Dermabrasion