

Relaxanté®

Epilation au LASER

Centre de soins à Vaumarcus/NE

Clos du Château 10 - 2028 Vaumarcus / ☎ 032/835 40 31

Dr Philippe Furger, Docteur en Médecine interne

Sophie Drouin, Infirmière, drainage lymphatique selon méthode VODDER



Epilation permanente au LASER

Les 30 questions les plus fréquentes

Appareil dermatologique utilisé : GentleLASE® CANDELA

Alexandrite, 755 nanomètres

Remarque : le mot « client » englobe le sexe masculin et féminin.



1. Le LASER est-il dangereux ?

NON. Le LASER d'épilation n'est qu'une émission de lumière rouge ou infrarouge (selon de type de LASER) proche de celle émise par le grill d'un four de cuisine. Il n'y a pas de radiation pouvant entraîner un risque cutané. La longueur d'onde utilisée pour l'épilation est à l'opposée des rayons tels que les rayons ultraviolets ou rayons X.

LE LASER ne comporte pas de risque de cancer !

2. Quel LASER choisir ?

Le choix de l'appareil est capital en vue d'obtenir un résultat satisfaisant. C'est la longueur d'onde des LASER qui va conditionner leur pénétration dans la peau et les poils.

Le LASER **GentleLase®** (émettant une longueur d'onde de 755 nanomètres correctement absorbée par la mélanine offre un système de refroidissement cutané permettant une efficacité, une sécurité et un confort inégalés dans les autres familles de LASER.

3. Pourquoi ne doit-on pas être bronzé ?

Le principe de fonctionnement du LASER consiste à concentrer le faisceau lumineux sur les poils. Les poils comportent une très forte proportion de mélanine. Lorsque la peau est bronzée, elle se charge également en mélanine. Du coup, le laser n'est plus sélectivement dirigé vers le poil et peut toucher la mélanine de la peau. Il existe alors un risque important de provoquer des effets secondaires de type brûlures ou troubles de la pigmentation pouvant être longs à cicatriser.

4. Les esthéticiennes font-elles du LASER ?

Pourquoi ne trouve-t-on pas de LASER chez les esthéticiennes ?

Tout simplement parce que l'utilisation des lasers n'est possible que dans le cadre d'une activité médicale et sous le contrôle d'un médecin. La vente de laser est interdite aux non-médecins. La législation restrictive vise à protéger le consommateur et patient vis-à-vis de machines qui nécessitent une formation pointue.

5. Protection du soleil avant et après le LASER

Avant le LASER

Pendant le mois qui précède la séance LASER, tout bronzage est interdit y compris le solarium et l'application de crème auto-bronzante. Tant que votre peau présente encore une réponse inflammatoire (rougeur, sensibilité particulière et autres), il est conseillé d'éviter les expositions solaires prolongées (généralement 2-4 semaines) surtout si votre peau est mate.

Après le LASER

Le bronzage doit être évité pour 10 jours après le LASER. L'exposition solaire transitoire avec une crème solaire de facteur 45 ou plus est permise.

6. Contre-indications au LASER

- Client très bronzé
- Grossesse
- Prise de médicaments photosensibilisants :
 - Bêta-carotène à haute dose (induisant une hyperpigmentation cutanée)
 - Certains antibiotiques (Tétracyclines, Quinolones, autres)
 - Accutanes (ex : Isotrétinoïne ROACCUTANE®)
- Application de crème auto-bronzante
- Poils blancs : tous les appareils LASER sont actuellement inefficaces sur les poils blancs

7. Précautions à prendre avant et entre les séances LASER

- **Ne pas être bronzé(e)**
- Arrêter toute épilation à la cire, la pince à épiler dans les **6 semaines précédant l'épilation LASER**, afin d'appliquer le traitement sur une peau non traumatisée et sur des poils où le bulbe est sain.
- **Raser la zone environ 24 h avant ou le matin même de la séance.**
- Si vous avez de l'herpes (bouton de fièvre), il faut faire traiter l'éruption au moins 2 semaines avant la séance laser. Sinon, il convient de reporter la séance.
- Sur certaines zones sensibles, il est possible d'appliquer une crème anesthésiante environ 1 h avant la séance.
- **Pourquoi se raser avant la séance LASER ?**
 - o Le LASER dépilatoire doit concentrer son énergie dans le bulbe et bulge du poil pour pouvoir volatiliser la structure responsable de la croissance. Le principe du laser est de concentrer l'énergie de la lumière sur la mélanine du poil.
 - o Si le poil est rasé, alors la seule cible accessible au LASER est la mélanine du poil, du bulbe et du bulge. Toute l'énergie est donc concentrée sur la zone à détruire et la séance devient plus efficace.
 - o Si, par contre, le poil est long, le LASER va perdre inutilement de l'énergie sur la partie visible du poil qui n'a aucun intérêt à être traitée. De plus, le poil visible non rasé risque, en se volatilissant, de venir encrasser la pièce à main d'où sort le rayon lumineux. La pièce à main est alors moins performante et la séance LASER moins efficace.
- **Puis-je me raser entre les séances LASER ?**
 - o **Oui.** On peut raser ou couper le poil.
- S'il n'y a pas de repousse des poils, il faut retarder la prochaine séance.

8. Que se passe-t-il après la séance de LASER?

Après une séance LASER, il n'est pas rare de voir apparaître une rougeur transitoire (érythème) ou des aspérités sur la peau. Elles sont transitoires et la plupart disparaissent dans les minutes à heures qui suivent. Elles sont généralement améliorées par le froid ou l'application d'une crème grasse de type BIAFINE®.

Dans de rares cas, des troubles de la coloration de la peau ou légères brûlures sont observées (LASER sur peau bronzée, ou puissance surdosée). Ils sont la plupart du temps transitoires mais peuvent prendre plusieurs mois avant de disparaître.

Dans les 3 jours qui suivent le traitement, on peut utiliser un savon doux sans parfum sur la zone traitée. Ne pas appliquer des produits chimiques ou cosmétiques sur la zone traitée dans les 3 jours qui suivent la séance. Vous pouvez par contre porter tout type de vêtement.

Les poils vont tomber dans les 2-4 semaines qui suivent le traitement. Les patients croient parfois à une repousse alors que les poils ne font que s'éliminer.

Il ne faut pas manipuler les poils qui sortent avec une pince ou pratiquer des pressions avec les doigts, afin de ne pas traumatiser la peau.

9. Pourquoi faut-il faire plusieurs séances de LASER ?

Tous les poils d'une zone donnée n'étant pas en phase de croissance en même temps (seulement 20-60 % des poils selon les zones), l'épilation permanente de l'ensemble des poils nécessitera 2-4 séances d'attaque, suivies éventuellement de 2 ou 3 séances de consolidation.

On peut donc atteindre une réduction d'environ 20-25 % du nombre de poils à chaque séance.

4-6 séances suffisent dans la majorité des cas à obtenir un résultat impressionnant.

Les séances s'espacent initialement de 4-6 semaines et plus par la suite.

Le cycle du poil

Chaque poil se développe en 3 phases :

Phase 1 Poil jeune et adulte, donc en phase de croissance (= phase **anagène**)

Phase 2 Vieux poil (= phase **catagène**)

Phase 3 Poil mort (= phase **télogène**)

Seul les poils en « Phase 1 » (phase de croissance) sont totalement détruites par le LASER !

	Phase 1 (poil jeune)	Phase 3 (poil mort)	Durée de Phase 1 (anagène)	Durée de Phase 2 (catagène)	Durée de Phase 3 (télogène)	Durée totale du cycle	Profondeur follicule anagène
Menton	70 %	30 %	9 sem	2-3 sem	50 sem	15 mois	2-4 mm
Lèvre sup.	65 %	35 %	12 sem	2-3 sem	6 sem	5 mois	1.5-2.5 mm
Aisselles	30 %	70 %	22 sem	2-3 sem	47 sem	7 mois	4.5-5 mm
Bras	20 %	80 %	13 sem	2-3 sem	16 sem	9 mois	2-4.5 mm
Maillot	30 %	70 %	5-13 sem	2-3 sem	12 sem	4-7 mois	3.5-5 mm
Jambes	20 %	80 %	15 sem	3-6 sem	25 sem	10 mois	2.5-4 mm

10. L'épilation LASER est-elle rentable ?

- Epilation LASER** Etant progressivement définitive avec une épilation définitive dans plus de 80 % des cas, il convient d'estimer l'investissement par rapport aux autres traitements non définitifs. L'épilation LASER doit être vue comme un investissement à long terme et comme un confort.
- Epilation esthétique** Durée du traitement = à vie tous les mois
- Epilation électrique** 20 à 50 fois plus long que le LASER, petites zones, patience et douleur. Compter un coût de 6 à 9 fois le coût du LASER
- Epilation à la cire** Toutes les 3 semaines à 1 mois - à vie

11. Différences entre une lampe flash et le LASER ?

Le LASER produit une longueur d'onde très précise (une seule couleur de rayon) alors que la lampe flash produit un éventail de longueurs d'ondes résultant en une perte d'énergie inutile et non ciblée.

La lampe flash n'est pas réservée aux médecins et peut être utilisée par des esthéticiennes. Il convient cependant de maîtriser parfaitement le fonctionnement des lampes flash car leurs effets sur la peau sont moins bien connus, notamment sur le long terme.

Il arrive que l'on doive doubler le nombre de séances avec la lampe flash, ce qui n'est pas négligeable au niveau de l'investissement en terme de coût et de temps.

12. Le LASER est-il réservé au médecin dermatologue ?

Non, les médecins spécialistes des LASER ne sont pas nécessairement dermatologues. Le champ d'application des lasers médicaux est bien plus étendu que le champ dermatologique.

Les LASERS sont utilisés par des chirurgiens, des gynécologues, des ORL, des pneumologues, des oncologues, des médecins généralistes.

Un laseriste doit savoir refuser de traiter certaines lésions: soit par ce qu'il existe une technique non LASER plus performante, soit que le résultat attendu ne sera pas correct, soit insuffisant.

13. Quand commencer les séances LASER ?

En pratique, on peut se faire épiler tout au long de l'année. **Le seul point important est de ne pas être bronzé et de pouvoir se protéger du soleil dans les semaines qui suivent.**

14. Le résultat du LASER est-il garanti ?

Non. La technique d'épilation LASER, si elle est efficace et sûre, dépend de multiples facteurs **liés au type de peau et de pilosité**. Un véritable professionnel des techniques LASER ne peut pas évaluer à l'avance le nombre de séances car un traitement est adapté à chaque séance.

10 % des clients ne répondent pas au LASER et dans certains cas, rares, l'épilation n'est pas permanente même si le résultat est très net et satisfaisant pour les clients. Il est de la responsabilité et de la conscience professionnelle du praticien de bien vous informer. Pour ces raisons, même si dans la quasi totalité des cas, le praticien a une idée sur la durée et le nombre des séances, il ne lui est pas possible de s'engager sur un nombre de séances précis.

15. Puis-je décolorer les poils avant le LASER ?

S'il n'est pas possible de couper ou raser le poil, on peut procéder à la décoloration du poil (souvent lèvre supérieure) au moins 1 mois avant la première séance LASER.

16. Le LASER marche-t-il sur la nuque ?

Il est parfaitement possible d'appliquer un soin LASER sur la zone de la nuque afin d'harmoniser les implantations des cheveux. La dépendance hormonale chez l'homme, ainsi qu'un enracinement plus profond des poils peuvent engendrer une durée de traitement prolongé (parfois sur 12-18 mois).

L'épilation des cheveux de la nuque répond à des critères spécifiques:

- Elle n'est possible que sur les cheveux bruns ou châtain
- Elle est inefficace sur les cheveux blanc, gris ou blond clair
- Le médecin doit protéger les cheveux autour de la zone afin de ne pas épiler trop loin

Il faut garder à l'esprit que l'épilation sur cheveux est permanente. Il est conseillé de n'épiler que les zones dont on est sûr qu'elles ne seront jamais utiles pour la réalisation d'une coiffure.

17. Peut-on épiler la barbe chez l'homme ?

Il est possible chez l'homme d'épiler la barbe. C'est pratiqué pour des raisons médicales, notamment en cas de folliculites. On pratique aussi l'épilation de la barbe chez les patients souhaitant réduire son importance. De même, dans le cadre d'opération de changement de sexe, l'épilation LASER de la barbe permet de parfaire le résultat.

L'épilation de la barbe nécessite une anesthésie locale par pommade anesthésiante de type EMLA®.

18. Grossesse, allaitement et risques de LASER ?

Aucune malformation ou anomalie du fœtus ou du bébé n'a jamais été rapportée. **Le LASER cependant est contre-indiqué de principe, faute de données et d'études.**

Il est recommandé d'arrêter les séances jusqu'à la fin de la grossesse.

Le fait d'arrêter temporairement ne semble pas faire perdre le bénéfice des traitements antérieurs.

Les actes d'épilation LASER et l'allaitement ne sont pas contre indiqués. Par principe de précaution cependant, il vaut mieux ne pas épiler les aréoles des seins pour éviter trop d'irritation et supprimer le moindre risque infectieux.

19. Puis-je traiter mon duvet (joues, tempes, mâchoire) au LASER ?

Il est bien admis maintenant qu'il **faut éviter de traiter les duvets au LASER ou à la lampe flash**. Le risque sur le duvet réside dans la possibilité de stimulation de celui-ci et sa transformation en poils plus gros.

20. J'ai des poils poivre et sel...LASER efficace ?

Le LASER dépilatoire **n'est efficace que sur les poils pigmentés et donc les poils noirs ou châains**.

Les poils blancs qui apparaissent çà et là dans les zones noires ne sont pas accessibles au traitement. La stratégie de traitement est de combiner plusieurs techniques fiables: on commence par traiter les poils noirs par LASER et on termine le traitement par l'épilation électrique des poils blancs. Le mariage des 2 procédés permet généralement d'obtenir de bons résultats.

21. Est-ce que l'application d'un produit anesthésique est nécessaire ?

En règle générale : **NON**, étant donné que l'appareil utilisé (GentleLase®) offre un nouveau système de refroidissement cutané, permettant une efficacité, sécurité et un confort inégalés dans les autres familles de LASER.

22. L'épilation au LASER chez les adolescents ?

Il est conseillé **de ne pas réaliser d'épilation LASER tant que la période de la puberté n'est pas achevée**. Il existe des modifications hormonales importantes dans ces périodes et il faut que les choses soient au moins stabilisées avant d'entreprendre un traitement LASER afin d'être sûr qu'il sera utile et efficace.

Il faut savoir également que certaines zones pileuses voient le nombre de poils augmenter jusque vers 35-40 ans (dos, épaules, nuque, ...). Le traitement précoce de certaines zones, même s'il est efficace, pourra donc nécessiter de nouvelles séances jusqu'à 40 ans environ.

23. Le LASER marche-t-il sur l'hirsutisme ?

Il est important de savoir que la pilosité de l'hirsutisme est peut être la conséquence d'un dérèglement hormonal ou d'une production anormalement élevée de substances capables de stimuler la pousse.

Dans l'hirsutisme prouvé et vrai, la place du LASER n'arrive qu'en fin de parcours pour parfaire le résultat final où il a démontré son efficacité.

24. Peut-on épiler les sourcils au LASER ?

Les sourcils présentent des caractéristiques importantes quand on effectue une épilation LASER. Ils ont en effet la propriété de n'être pas implantés de façon droite. Les sourcils poussent en épi avec une direction du centre du visage vers l'extérieur et le haut.

Les laséristes tentent de limiter le traitement à l'espace inter-sourcillier qui, lui, ne présente pas de surprise. Le traitement est très simple, rapide et bien supporté. Sur cet endroit, les yeux sont protégés par des coquilles en métal afin d'éviter toute lésion de la rétine. L'acte est sans danger.

25. LASER en prévention des folliculites ?

L'infection des follicules pileux est favorisée par les manoeuvres d'extraction ou de traumatisme des poils par la pince, la cire. On retrouve les folliculites sur les bords de la barbe chez l'homme ou la femme, sur les bords du maillot et dans le pli interfessier.

Le **kyste pylo-nidal** est une complication infectieuse de poils poussant sous la peau. Il doit parfois être traité par une intervention chirurgicale.

Le traitement par LASER apporte un certain nombre de solutions au problème des folliculites. En supprimant le poil normal ou inclus sous la peau, il supprime la cause majeure de l'infection. L'absence de poils après traitement LASER supprime aussi les tentatives de manipulation de poils et donc le risque infectieux. Le traitement LASER diminue ou réduit de façon importante les risques infectieux.

26. Le LASER supprime-t-il la transpiration ?

NON. La destruction du poil et de sa racine n'affecte en rien la capacité sudorale da peau.

27. LASER ou piercing au niveau des grandes lèvres ?

Le piercing **ne pose pas de problème** pour effectuer une épilation LASER. Il convient cependant de prendre des précautions de base. Le piercing en métal risque de se comporter en miroir sur le LASER. **Il faudra enlever le bijou pendant la séance.**

Il convient aussi de **ne pas pratiquer la séance de LASER sur un piercing trop récent qui sera alors en cours de cicatrisation**, afin de ne pas traumatiser un peu plus la peau par le LASER.

On attend en règle générale **3-6 mois après l'acte de piercing** pour débiter les séances LASER afin de respecter le principe de précaution.

28. Le LASER marche-t-il sur les poils roux ?

La mélanine des poils roux n'est pas exactement la même que la mélanine des poils noirs pour lesquels le LASER a été conçu.

Sur les poils roux, il faut effectuer un test LASER afin de voir s'il y a une efficacité ou pas de la technique. Les résultats sont variables et nécessitent un test sur une petite zone avant de se lancer dans une épilation LASER de grande étendue.

Les peaux rousses ont souvent des taches de rousseurs (éphélides) sur lesquelles le LASER est efficace également avec une raréfaction de celles ci.

29. Le LASER marche-t-il sur les poils roux ?

La mélanine des poils roux n'est pas exactement la même que la mélanine des poils noirs pour lesquels le LASER a été conçu.

30. Est-ce grave de manquer une séance LASER ?

Les poils déjà traités ne repoussent plus, vous ne perdez donc pas le bénéfice des séances précédentes. Simplement vous aurez une repousse plus importante lors de la séance suivante.

Par contre, certains poils qui auront achevé leur cycle pileaire ne repousseront que 9-18 mois plus tard.