



## LASER DEPILATOIRE – principe, indications, contre-indications, modalités

### Principe

- L'efficacité des lasers épilatoires repose sur l'émission d'un faisceau de lumière qui est **spécifiquement absorbé par le pigment brun (mélanine) de la tige et de la racine du poil**.
- Ce faisceau est transformé en chaleur, ce qui permet la destruction de la racine du poil : **effet photothermique**.
- **Plusieurs séances** sont habituellement nécessaires pour réduire de façon marquée et durable la pilosité de la zone traitée.
- **Plus la peau est claire et le poil foncé**, plus le contraste est important, **plus le laser est efficace** et plus le résultat souhaité sera obtenu nettement et rapidement. Plus la peau est foncée (naturellement ou après un bronzage) et plus les poils sont clairs, plus il faudra un nombre élevé de séances.
- **L'espacement entre les séances est de 1 à 6 mois**, selon la vitesse de la repousse. Cette vitesse a tendance à diminuer au fur et à mesure des séances. Selon les données actuelles de la littérature médicale on estime qu'il faut **4 à 8 séances** sur chaque zone à épiler, suivies éventuellement d'un traitement d'entretien pour **réduire de 80% une pilosité brune sur une peau claire**. Si la peau est foncée (mate) le nombre de séances sera plus important. Les poils restants sont plus fins, plus clairs et plus clairsemés.
- **Deux types de lasers** peuvent être utilisés pour l'épilation :
  - **LASER ALEXANDRITE** : adapté pour les **peaux blanches (phototype I à IV)**
  - **LASER YAG** : adapté pour **toutes les peaux, y compris les peaux mates (phototype V) et noires (phototype VI)**
- Les poils *blancs, blonds ou décolorés* (peroxydés, par exemple) *ne peuvent pas* être traités par les lasers actuels.
- L'utilisation du laser est un acte médical. **Son utilisation par un non médecin correspond à une pratique illégale de la médecine.**

### Indications

- Le laser épilatoire peut être utilisé chez les hommes et les femmes.
- Le but peut être **esthétique** ou **thérapeutique** (folliculites, poils incarnés, tendance à la formation de kystes ou de taches pigmentées).

### Contre-indications et précautions

- Poils blancs, blonds ou décolorés : le laser serait inefficace.
- Photosensibilité et maladie du pigment (vitiligo).
- Grossesse à partir du 6<sup>ème</sup> mois : il n'y a pas de risque pour le bébé, mais l'inconfort maternel peut entraîner des contractions.

### Modalités

#### Avant la séance de laser

- Afin d'optimiser les résultats, les **contraceptifs oraux androgéniques seront évités**. Un avis gynécologique peut être nécessaire.
- **Arrêter l'épilation** à la cire et à la pince, ainsi que la **décoloration**, au moins **1 mois** avant la séance. Le rasage est autorisé.
- **Ne pas être bronzé** si du laser ALEXANDRITE est prévu (sinon, faire du laser YAG).
- **Raser la zone à traiter 2 à 5 jours avant** la séance (non obligatoire pour le visage).
- Immédiatement avant la séance, mettre des lunettes spéciales de protection, fournies par le médecin.

#### Pendant la séance de laser

- Une sensation douloureuse est parfois ressentie, selon les patients et les zones traitées. Elle est parfois décrite comme une piqûre ou un « coup d'élastique ». Un **système de refroidissement** associé au laser permet de réduire cette douleur. La crème EMLA ou ANESDERM peut être utile (application 90 minutes avant, sous occlusion).
- La séance dure 10 à 60 minutes selon l'étendue de la zone à traiter.

#### Après la séance de laser

- Suites normales : une rougeur, un gonflement ou une sensation de chaleur apparaissent souvent sur la zone traitée, pendant quelques heures à quelques jours, puis régressent.
- Les poils tombent **en partie immédiatement** et en partie secondairement jusqu'à 2 à 4 semaines après la séance (« phase d'éjection des poils »).
- Soins post-laser :
  - Appliquer une crème apaisante pendant 2 jours.
  - **Ne pas bronzer pendant au moins 2 semaines.**
- Risques : les complications sont très rares. Il peut s'agir de brûlures, de surinfections ou de cicatrices (hyper- ou hypopigmentées). Les anomalies secondaires de la pigmentation sont rares et réversibles. De façon exceptionnelle, des repousses paradoxales peuvent apparaître, notamment sur les joues et le dos.

Les séances de laser à visée esthétique **ne sont pas remboursées** par la Sécurité Sociale. **Aucun arrêt de travail** ne sera accordé.



## FICHE D'INFORMATION

### TRAITEMENT DES POILS INDÉSIRABLES PAR LASER

Madame, Mademoiselle, Monsieur

Le Docteur .....que vous venez de rencontrer vous a proposé de réaliser un traitement des poils indésirables par laser.

L'épilation par laser, utilisée depuis les années 1990, a maintenant fait ses preuves. Efficace, plus rapide et moins douloureuse que les techniques d'épilation par électrolyse ou électrocoagulation, elle améliore toujours le confort ou ce que l'on appelle la qualité de vie des patients. Qu'ils soient simplement gênés quotidiennement par une pilosité « indésirable » ou souffrant de réelles pathologies telles que l'hypertrichose ou l'hirsutisme, les folliculites (inflammation) liées à l'incarnation des poils, les patients, parfois au prix de seulement une ou deux séances, verront les inflammations diminuer, la formation de kystes disparaître... La diminution de pilosité est rarement totale et définitive à jamais car le poil est sensible aux hormones et en fonction du sexe, de l'âge, de la contraception, de la zone...les résultats pourront varier.

#### Qu'est-ce qu'un poil ?

Le poil prend naissance au fond du follicule pileux.

Chaque poil est caractérisé par :

- sa couleur (fonction de sa teneur en mélanine)
- son type qui détermine sa profondeur et son épaisseur duvet : fin et superficiel intermédiaire terminal : épais et profond
- son stade de croissance, sur 5 à 18 mois suivant les zones, (anagène : pousse, catagène : repos, télogène : chute)

**Attention :** Dans une même zone tous les poils ne sont pas à la même phase ni implantés de manière homogène à la même profondeur. Ils suivent chacun séparément ce que l'on appelle leur cycle pileux et le laser ne pourra pas tous les détruire en une séance...

#### Mécanismes d'action

L'énergie lumineuse, monochromatique des lasers, va être **absorbée par la mélanine**, transformée en chaleur au niveau de cette cible et transmise le long de la tige pileuse jusqu'au fond du follicule pileux.

Le but est en effet de détruire par la chaleur les structures germinatives profondes (bulbe et bulge) du poil de façon à ce qu'il ne puisse plus repousser et cela sélectivement sans endommager les autres structures de la peau.

#### Conséquences pratiques

Les poils blancs ne peuvent pas être traités (pas de cible mélanique), les poils blonds ou roux sont plus difficilement traitables car il y a moins de « cible » pour le rayon lumineux.

A l'opposé, les patients bronzés ou métissés ou noirs sont plus difficiles à traiter. Dans ce cas, le rayon laser rencontre en premier la mélanine de la surface de leur peau avec un risque de croûtes et de modification de la couleur de la peau gênante mais transitoire. Les meilleurs candidats à l'épilation laser pour la majorité des lasers sont donc les patients à peau claire et poils foncés.

Toutefois, avec les lasers Nd-YAG, on arrive, si le poil est assez foncé, à donner de bons résultats et sans risque aux patients à peaux mates, noires ou bronzées.

Durant le traitement, la tige du poil agit comme une fibre optique et il ne faut plus faire, entre les séances laser, d'épilation à la cire ou à la pince qui enlèvent cette tige. On peut par contre utiliser sans problème des crèmes dépilatoires ou les ciseaux ou le rasage qui laissent la tige pileuse dans le follicule. Les poils en phase anagène, de croissance, sont les plus sensibles à l'effet du traitement laser car ils sont à cette phase plus riche en mélanine et plus haut situés dans la peau. Ils ne représentent malheureusement que 20 à 70 % des poils dans une zone donnée à un temps donné. Pour obtenir de bons résultats, il faut donc répéter les séances en les espaçant pour couvrir tous les poils sur un cycle pileux entier.

En général on traite les patients toutes les 4 à 10 semaines en fonction des zones. Le nombre total de séances dépend de la couleur de la peau, de la zone traitée et du type de machine utilisée.

En moyenne le traitement d'attaque nécessite entre 4 et 10 séances. Il nécessitera ensuite un entretien plus espacé de 10 à 12 mois, voire plus. Il est important de noter que les lampes puisées disponibles chez les esthéticiennes, moins puissantes, nécessitent plus de séances. Enfin les résultats sont plus longs à obtenir et moins parfaits si les femmes présentent un excès d'hormones masculines (hyperandrogénie) et si celui-ci n'a pas été dépisté et a fortiori traité.



**Contre-indications :**

- Peau bronzée essentiellement
- La grossesse n'est pas en soi une contre-indication. On évitera par contre pour le confort de la patiente d'effectuer des séances à partir du sixième mois.

**Effets secondaires :**

- Sensation de coup de soleil (quelques heures en général, au maximum 2 j)
- Rougeurs et gonflements pendant une à 24 heures
- Petites croûtes exceptionnelles
- Tâches brunes ou claires transitoires (quelques mois)
- Allergies (crème anesthésiante de contact éventuelle, gels de contact, débris pilaires eux-mêmes...)
- Utiliser avec prudence les lasers Yag en cas de troubles circulatoires des membres inférieurs
- Les cicatrices définitives sont exceptionnelles

**Doit-on réaliser un test ?**

Le plus souvent, un test n'est pas nécessaire.

Dans certains cas particuliers (doute sur un bronzage ou peau très mate, poils blonds clairs), un test peut parfois être pratiqué. Dans ces cas, il permet d'évaluer :

- la tolérance (croûtes, bulles éventuelles...) en 48 heures
- l'efficacité, car dans la zone traitée les poils doivent tomber au bout de 15 jours.

**Modalités de traitement**

Le patient porte des lunettes de protection oculaire.

La zone doit être propre et préalablement rasée (si possible 2 à 3 j auparavant pour que la peau ne soit pas irritée et que l'émergence des poils soit visualisée).

Une tige-guide ou une tête de traitement refroidi est placée au contact de la peau et émet l'impulsion lumineuse. Une sensation de picotement, de coup d'élastique ou de brûlure très brève est ressentie.

L'effet recherché par le médecin est une atteinte des poils qui frisent et coagulent avec formation de petites zones d'œdème ressemblant à des piqûres d'ortie.

La rougeur et le gonflement obtenus sont les témoins de l'efficacité du traitement et disparaissent en quelques heures.

Rarement on peut observer des croûtelles ou des cloques qui se résorbent rapidement avec un traitement adapté (pommade cicatrisante). Des tâches brunes ou blanches peuvent également survenir mais tout rentre dans l'ordre en quelques semaines ou mois (laisser passer un été).

**La consultation d'information**

La consultation donne des explications claires sur les résultats escomptés, les effets secondaires et les complications possibles. Elle est indispensable car permettant d'apporter des précisions sur le traitement au cas par cas. Elle constitue en soi un acte médical.

Les prix sont essentiellement fonction de la surface à traiter ; ils feront l'objet d'un devis établi par le dermatologue.

Un formulaire de consentement éclairé doit également être signé en deux exemplaires.

Une possibilité de prise en charge par la sécurité sociale est possible uniquement en cas d'anomalies hormonales biologiques prouvées par un prélèvement sanguin.

Enfin des fiches de conseils ou de soins « post-laser » vous seront remises avec les coordonnées du médecin.

**Cette fiche d'information recommandée par le Groupe Laser de la Société Française de Dermatologie peut vous être remise par votre dermatologue. Si elle ne suffit pas à l'établissement d'un devis, elle concourt à donner au patient une information suffisamment claire.**

**Auquel cas, le patient confirme par la lecture et la signature de cette fiche, que les explications et les risques ont été compris et que votre dermatologue vous a donné toutes informations nécessaires au bon déroulement de votre soin.**

**Date et signature précédées de la mention « lu et approuvé » :**