



Dre Madeleine Gagnon,
Dermatologue
M.D., FRCP(C),
CSPQ, FAAD

DERMATOLOGIE
FACE AU TEMPS
www.faceautemps.ca



LE POINT SUR LE MÉLASMA, UN PROBLÈME DE PEAU MIEUX CONNU SOUS LE TERME DE *MASQUE DE GROSSESSE*



C'est aussi une raison qui explique que le mélasma récidive d'année en année, car les patientes négligent de se protéger régulièrement du soleil. Plusieurs pensent, à tort, qu'il faut appliquer la crème solaire seulement en vacances dans le sud ou pour les longues activités extérieures en été.

Les changements hormonaux pouvant influencer l'apparition du mélasma comprennent : les anticonceptionnels, l'hormonothérapie de remplacement et la grossesse. C'est pourquoi le mélasma, aussi appelé chloasma, qui est mieux connu sous le terme de « masque de grossesse ». D'autres facteurs de risque incluent certains médicaments et des problèmes de la glande thyroïde.

On a aussi remarqué une prédisposition génétique. Si votre enquête familiale démontre qu'une ou plusieurs personnes ont eu du mélasma, vous êtes plus à risque et vous devez absolument être plus sérieuse pour suivre les conseils que vous retrouverez dans cet article. « Une femme avertie en vaut deux! »

Il y a cependant des cas où l'on ne retrouve rien de particulier pour expliquer l'apparition du mélasma, et ceci plus particulièrement chez les hommes. Eh oui, les hommes aussi peuvent souffrir de mélasma.

« Depuis que j'ai ces taches brunes sur le visage, je me sens inconfortable dans mes relations avec les autres. Je suis gênée et je ne considérerais jamais sortir sans un maquillage complet pour les cacher! Suis-je trop sensible? Suis-je normale? »

Le mélasma peut affecter la qualité de vie des personnes atteintes et ceci a été confirmé par des études statistiques médicales reconnues. Le masque de grossesse peut affecter la vie sociale, la participation à différents loisirs et le bien-être émotionnel des personnes atteintes, causant parfois des perturbations psychologiques. La perception de la sévérité de la condition par le médecin peut être différente de celle de la patiente et résulter en un traitement insuffisant. Donc, si vous avez un masque de grossesse et que vous êtes inconfortable avec les autres, vous n'êtes pas la seule. Alors ne soyez pas gênée d'en parler avec votre médecin.

LES TRAITEMENTS

Le diagnostic de mélasma se fait sur une base clinique, et tel que mentionné précédemment, le médecin observera des taches brunes symétriques sur le visage se localisant surtout sur le front, les joues, les angles maxillaires et sur le dessus de la

Le mélasma est un problème de peau fréquent qui se manifeste par des taches brunes distribuées symétriquement sur le visage, plus spécifiquement sur les joues, le nez, le front, le menton et au dessus de la lèvre supérieure. Beaucoup plus rarement, le mélasma pourra apparaître sur d'autres parties du corps tels le cou et les avant-bras. Le mélasma peut apparaître à n'importe quel âge mais il est plus fréquent chez les femmes en âge de reproduction. Même si le mélasma est rapporté plus fréquemment dans la population latino/hispanique, cette condition peut survenir chez toutes les races.

QUELLES SONT LES CAUSES DU MÉLASMA?

Sans en connaître la cause, on a identifié **les facteurs de risques** les plus importants, soit les **UV**, les **hormones**, ainsi qu'une **prédisposition génétique**. Les rayons ultraviolets stimulent les mélanocytes, ces cellules qui produisent le pigment de la peau. En fait, même une exposition solaire minime peut réactiver un masque de grossesse qui avait pâli. On a aussi constaté que le mélasma était plus apparent en été.

« Le mélasma peut affecter la qualité de vie des personnes atteintes et ceci a été confirmé par des études statistiques médicales reconnues. »

lèvre supérieure. Souvent ce dernier observera les taches sous une lampe spéciale aux UVA pour en évaluer la profondeur et planifier les traitements en conséquence. On a remarqué que plus le mélasma est d'apparition récente, plus les chances de réussite des traitements sont grandes car le pigment est souvent plus en surface.

Justement, parlons DES traitements. Je dis bien des traitements car il y a plusieurs produits différents que le dermatologue peut prescrire pour essayer de réduire l'apparence de ces taches. En plus, il pourra avoir recours à des exfoliations (peelings), à la microdermabrasion médicale et parfois à des traitements IPL ou Laser.

L'hydroquinone (HQ) est l'agent antitaches qui a été le plus utilisé pour traiter le masque de grossesse. On le retrouve en pharmacie à concentration de 2 % et il est disponible sans prescription. Même si l'HQ, à cette faible concentration, peut aider, il faudra en général une concentration de 4 % ou plus. Souvent le dermatologue combinera l'HQ à d'autres ingrédients médicinaux tels la cortisone, la vitamine A acide (trétinoïne), l'acide glycolique, etc. Aux États-Unis, une combinaison HQ 4 %, trétinoïne 0,05 % et une cortisone est une des formules fréquemment prescrites pour contrôler le mélasma. En attendant son approbation au Canada, les dermatologues font préparer ce mélange par le pharmacien. Cependant, à cause de la présence de cortisone et de la controverse sur l'HQ, on recommande de ne pas l'utiliser trop longtemps. Les dermatologues recherchent donc d'autres ingrédients car le mélasma a tendance à être une condition plutôt persistante. On parlera donc d'arbutase, d'acide azélaïque, d'acide kojique, d'acide glycolique, d'acide lactique, de peptides, etc.

Si les différentes prescriptions ne viennent pas à bout du masque de grossesse ou si la réduction des taches



Masque de grossesse avant exfoliations



Diminution de masque de grossesse après exfoliations.

Le nombre et la sorte d'exfoliation dépendra de la sévérité du mélasma et du type de peau de la patiente.

Source:

Patients des Dres Madelaine et Suzanne Gagnon. Nous présentons seulement une partie du visage pour des raisons de confidentialité.

Avertissement:

Ces photos sont publiées à titre indicatif afin de fournir de l'information sur la nature de l'intervention. Elles ne constituent aucunement une garantie de résultat.

est trop lente au goût de la patiente, certains dermatologues auront recours à des exfoliations. Vous avez probablement déjà entendu parler des peelings aux acides de fruits, aux AHA, particulièrement ceux à l'acide glycolique. Ces peelings doivent être faits avec des concentrations médicales de 35 à 70 % et à pH bas (1 % de préférence) pour en maximiser l'efficacité. Il faudra faire une série de traitements et bien suivre les soins entre les peelings si on veut obtenir les meilleurs résultats possibles. Dépendant du type de peau, de la sévérité du mélasma et de sa durée, les dermatologues



« Le diagnostic de mélasma se fait sur une base clinique, et tel que mentionné précédemment, le médecin observera des taches brunes symétriques sur le visage se localisant surtout sur le front, les joues, les angles maxillaires et sur le dessus de la lèvre supérieure. »

pourront avoir recours à d'autres types d'exfoliation tels ceux à base d'acide salicylique, d'acide trichloroacétique, de trétinoïne et de différentes combinaisons.

Les traitements IPL et Laser devront être pratiqués uniquement par des médecins ou des dermatologues d'expérience. En effet, comme mentionné précédemment, le masque de grossesse apparaît souvent chez les femmes ayant une peau plus foncée et on ne veut pas remplacer des taches brunes par des taches blanches!

ÉVOLUTION

Bien traité, le mélasma sera bien contrôlé. Cependant, il s'agit d'une condition souvent longue à traiter et il faudra parfois des mois pour en venir à bout. De plus, le mélasma a tendance à récidiver, c'est pourquoi il faut suivre les recommandations médicales à la lettre. Le mélasma qui apparaît en association avec la grossesse a tendance à régresser sur une période d'un an suite à l'accouchement, surtout si la patiente n'a pas d'antécédent familial. Et comme mentionné précédemment, plus le mélasma est traité tôt, plus les chances de bien répondre aux médicaments et procédures spécialisées seront bonnes.



Mais voilà, ce n'est pas votre cas et vous êtes découragée car votre rendez-vous est loin. Vous pouvez prendre de l'avance en suivant les conseils suivants :

- Protection solaire, protection solaire et encore protection solaire!!! Utilisez une vraie crème solaire comme crème de jour. Méfiez-vous de ces crèmes de

jour qui affichent des SPF de 15 et même 30 car souvent elles ne contiennent pas ou trop peu d'ingrédients qui vous protègent contre ces traîtres rayons UVA qui traversent les fenêtres. On vous rappelle donc qu'en auto, le côté gauche de votre visage est exposé aux UVA si vous êtes conducteur. Réappliquez aux deux heures surtout si vous passez beaucoup de temps dehors. Méfiez-vous du faux sentiment de sécurité que vous avez en utilisant des produits avec des SPF de 80 ou même 100. Il y a sur le marché des bâtons solaires plus gros que ceux pour les lèvres qui facilitent la réapplication aux deux heures. Malgré tout ça, il faut porter un chapeau à large bord. Les casquettes ne protègent pas le bas du visage!

- Si votre enquête familiale révèle que plusieurs femmes de votre famille ont fait du mélasma, vous devrez suivre les mesures ci-haut sans faute, surtout si vous êtes enceinte, prenez la pilule anticonceptionnelle ou si vous voyez des taches brunes apparaître sur votre visage suite à la prise d'hormones de remplacement.
- Vous pouvez commencer un produit disponible en pharmacie à base d'hydroquinone à 2 % ou avec de l'acide kojique en attendant votre rendez-vous. Appliquez le soir et, si bien toléré, matin et soir.
- Surtout, ne vous découragez-pas! Il y aura une solution pour vous, même si on ne la trouve pas tout de suite.
- Et, finalement, si vous observez ces recommandations, non seulement votre mélasma en sera réduit mais vous aurez aussi moins de rides que celles qui sont négligentes. À y repenser... c'est un bon côté des choses! Restez positive! ■

