

## **Les cicatrices sont inévitables, définitives et indélébiles.**

Sauf si elle est très superficielle, toute plaie, toute brûlure, toute incision chirurgicale, toute infection, toute lésion qui détruit le derme, laissera une cicatrice définitive et indélébile.

Même la chirurgie esthétique laisse des cicatrices, et il est actuellement impossible de faire disparaître une cicatrice, y compris par le laser ou par la chirurgie esthétique. Mais il est toutefois possible d'améliorer l'aspect d'une cicatrice inesthétique dans certains cas.

## **La cicatrisation est un processus qui évolue pendant plusieurs mois.**

Avant même de pouvoir juger de l'aspect définitif d'une cicatrice, et de la considérer comme stable, il faut d'ailleurs attendre au moins 6 à 12 mois, car la cicatrisation de la peau est un processus évolutif et long. Elle évolue pour l'observateur d'une façon stéréotypée pendant plusieurs mois. Immédiatement après l'ablation des fils, la cicatrice est habituellement belle, fine, linéaire. Mais dans les 4 à 8 semaines qui suivent, elle devient progressivement dure, rouge, légèrement boursouflée, et elle s'accompagne de démangeaisons. Ce stade « hyperplasique » initial, parfaitement normal, passe par un maximum d'intensité variable vers le premier ou le deuxième mois. Ce n'est qu'après ce délai qu'elle commence à blanchir, à ne plus démanger, à s'aplatir et à s'assouplir, pour prendre progressivement son aspect définitif et stable au bout d'un an environ (parfois plus, parfois moins). L'évolution se termine alors en laissant une cicatrice définitive et indélébile, plus ou moins discrète, normalement souple, blanche, insensible et indolore. Il n'existe jamais de poils ni de glandes sudoripares dans une cicatrice. Finalement, la Nature prend son temps, et il faut avoir la patience d'attendre le résultat, car elle améliore généralement

beaucoup les choses. Jusqu'à ce jour, aucune crème, aucune pommade, aucun produit, aucun procédé n'a fait les preuves de son efficacité pour accélérer le processus de la cicatrisation ou pour améliorer l'aspect d'une cicatrice normale, en dehors peut-être des massages dans certains cas.

## **La cicatrisation doit être protégée du soleil.**

Que la cicatrice résulte d'une suture ou qu'elle résulte de l'évolution spontanée d'une plaie, elle doit absolument être protégée du soleil pendant tout le temps que dure son évolution, c'est à dire tant qu'elle est rouge ou rose, ce qui peut prendre de 6 mois à 3 ans selon les cas. Car une cicatrice fraîche peut bronzer ; et si elle bronze, sa pigmentation sera définitive, ce qui est inesthétique sur une peau qui a débronzé. La protection solaire doit donc se faire par tous les moyens possibles :

- éviter l'exposition au soleil,
- porter des vêtements (ou chapeau) qui cachent la cicatrice,
- et, plutôt que de cacher la cicatrice avec un pansement, la recouvrir avec une crème solaire écran total en cas d'exposition directe inévitable. Renouveler cette crème toutes les 2 heures.

## **La cicatrice reste un mystère.**

En fait, l'aspect définitif d'une cicatrice est entièrement imprévisible. Le seul paramètre que le chirurgien contrôle est la méthode de suture, qui doit évidemment s'efforcer de laisser le moins de traces possibles. Mais la cicatrice, qui ne pourra être définitivement jugée qu'au bout de 6 à 12 mois, résultera de facteurs multiples et incontrôlables car inconnus.

Habituellement, certaines régions du corps cicatrisent de façon très discrète, en laissant des traces très fines. C'est souvent le cas des paupières et des joues. Dans d'autres régions du corps, telles que le dos ou les genoux, il existe des tensions

importantes de la peau lors des mouvements, et les cicatrices y sont souvent très larges, malgré toutes les précautions prises lors de la suture. De façon générale, quelle que soit la région du corps, et en l'absence de complications, il est très fréquent d'observer sur une même cicatrice des zones fines qui alternent de façon incompréhensible avec des zones plus ou moins élargies ou boursouflées.

Cette incertitude concernant le résultat esthétique d'une cicatrice existe pour chaque intervention. En particulier, lorsqu'une cicatrice jugée inesthétique est reprise dans le but d'en améliorer l'aspect, le résultat final de l'intervention est aussi incertain. Même en l'absence de complications, il est malheureusement possible que la cicatrice finale soit aussi visible que la cicatrice initiale...

Lorsque la cicatrice est anormalement boursoufflée, on parle de cicatrice «hypertrophique» et de cicatrice «chéloïde ».