

# Informations

La cicatrisation, les cicatrices

## 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 parfois possible d'améliorer l'aspect d'une cicatrice 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 de 6 à 36 mois selon les cas, 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 boursouffée, 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

M....., le ..../..../.....

*Fiche conçue pour fournir un support et/ou un complément à l'information orale délivrée par le chirurgien au cours des consultations précédant la décision opératoire. Seule, l'information orale peut être adaptée à chacun, à sa demande. Elle donne la possibilité de répondre aux questions posées, et constitue l'essentiel de l'information délivrée.*

\_\_\_\_\_ D<sup>r</sup> Christian LEONARDI

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 la preuve scientifique de son efficacité pour accélérer le processus de la cicatrisation ou pour améliorer l'aspect d'une cicatrice.

## 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 ("dyschromie"), 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 recouvrent 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 peut être définitivement jugée qu'au bout de 6 à 36 mois, résulte de facteurs multiples et incontrôlables. 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 boursoufflées. Cette incertitude concernant le résultat esthétique d'une cicatrice existe pour chaque intervention. En par-

ticulier, 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 ». La première s'améliore très lentement mais sûrement. La seconde n'a aucune tendance spontanée à s'améliorer. Dans les deux cas, parlez-en avec votre chirurgien.

**Quelques questions** que vous devez vous poser ou demander à votre chirurgien avant de vous décider

Pourquoi recommandez-vous cette chirurgie?

Y a-t-il d'autres solutions pour mon cas et pourquoi ne me les recommandez-vous pas?

Si je ne me fais pas opérer, mon état va-t-il se dégrader?

Comment se passe l'acte chirurgical et en avez-vous l'expérience? Quel est le temps opératoire? Quelle est la durée de l'hospitalisation?

Aurai-je beaucoup de douleurs? Comment la traiter?

Quels sont les risques et/ou complications encourus?

Quels sont mes bénéfices à être opéré et quel résultat final puis-je espérer?

Au bout de combien de temps pourrai-je reprendre mon travail ou mes activités sportives? Quelle sera la durée de ma convalescence?

Me recommandez-vous un second avis?

Date et signature du patient (e) : .....

## EN RÉSUMÉ

- Les microbes qu'on trouve dans une plaie proviennent du patient lui-même dans l'immense majorité des cas, et non du milieu extérieur.
- Non seulement il est normal de trouver ces microbes dans une plaie, mais encore le pansement n'a pas pour but habituel de les faire disparaître.
- Les antiseptiques n'ont aucune utilité prouvée dans une plaie et peuvent même être nuisibles. L'eau du robinet suffit dans tous les cas à nettoyer une plaie.
- La douche quotidienne à l'eau du robinet et au savon n'est jamais interdite en cas de plaie, bien au contraire.
- Les antibiotiques peuvent être dangereux car ils sélectionnent des microbes qui leur résistent. En matière de plaies et de cicatrisation, les antibiotiques ne doivent être utilisés que dans certains cas, qui sont rares en pratique.
- La nature est bien faite, et nous cicatrisons le plus souvent malgré le pansement. Il suffit pour s'en convaincre de se déplacer dans le tiers monde et les milieux défavorisés.
- Aucun pansement, aucun procédé moderne ne permet réellement d'accélérer la cicatrisation. Seule la chirurgie permet d'accélérer la cicatrisation d'une plaie lorsqu'elle est nécessaire et lorsqu'elle est possible.