



Phytothérapie en dermatologie

L'hamamélis aux petits soins pour les peaux mûrissantes

Lorsqu'on parle de vieillissement de la peau, on pense immédiatement aux rides dont se pare notre visage. Pourtant, il s'agit bien d'un moindre mal à l'heure où notre enveloppe corporelle se dessèche, se crevasse et se desquame de plus en plus avec les années, sans compter qu'elle démange aussi horriblement. La peau mature demande des soins quotidiens très exigeants. En plus des substances relipidantes, elle a besoin d'actifs aux propriétés apaisantes et qui renforcent sa fonction de barrière naturelle. La nature a-t-elle quelque chose de ce genre en réserve pour nous ? Dr pharm. Chantal Schlatter, pharmacienne

Commençons par la mauvaise nouvelle : notre peau commence à vieillir dès l'âge de 30 ans ! C'est un processus contrôlé par nos gènes et renforcé par les facteurs environnementaux. La bonne nouvelle, c'est que nous pouvons agir sur ces facteurs extérieurs et ralentir le processus de vieillissement. Cela passe par une bonne protection solaire tout au long de l'année, l'arrêt du tabac, la consommation d'aliments frais riches en antioxydants pour se protéger des radicaux libres et des soins adaptés à chaque cas. Car, avec les années, les besoins de notre peau évoluent également.

Plus fine, plus sèche et plus délicate

Avec l'âge, toutes les couches de la peau s'amincissent, le tissu conjonctif perd sa capacité à stocker l'eau et les fibres élastiques disparaissent. La peau produit moins de nouvelles cellules, si bien que celles de la couche externe restent plus longtemps exposées en première ligne aux influences environnementales nocives avant d'être éliminées, ce qui n'est pas sans conséquences. Et

comme si cela ne suffisait pas, les quantités de sébum et de sueur produites, pourtant plus que bienvenues pour assurer la souplesse de la peau et lui offrir la protection du film hydrolipidique, diminuent également. En bref : notre peau devient fine, sèche, crevasse, sujette aux infections et démange. Elle a manifestement besoin d'aide.

Une base riche...

Le meilleur moyen d'aider sa peau est de lui apporter des soins rigoureux et réguliers. C'est déjà la moitié de fait. Le soin de base de la peau mature doit être particulièrement riche. Autrement dit, outre des substances hydratantes, il doit contenir également une bonne dose de lipides. Plus la peau est mature et plus elle a besoin de lipides. Surtout en cette période hivernale, où le froid et l'air sec des pièces chauffées la mettent encore plus à rude épreuve.

... et un soupçon de magie

La plante médicinale *Hamamelis virginiana*, ou hamamélis de Virginie en français,

est utilisée depuis des siècles par les Indiens d'Amérique du Nord pour traiter les lésions et les affections cutanées. Les connaissances médicales ancestrales sur les pouvoirs de cet arbuste semblant tout droit sorti d'un conte de fées sont arrivées jusqu'à nous et sont désormais exploitées par la dermatologie moderne. L'écorce et les feuilles de cette plante médicinale contiennent des substances végétales aux effets anti-inflammatoires, astringent et antioxydant. Et c'est justement ce qui fait tout l'intérêt de l'hamamélis pour le soin des peaux matures : associé à une base hydratante et relipidante, l'hamamélis apaise les inflammations, calme les démangeaisons, stoppe les légers saignements, prévient les infections et ralentit le vieillissement cutané dû à l'action des radicaux libres. Le but n'étant bien entendu pas d'être « débarrassé de ses rides » mais bien d'être « débarrassé de tout symptôme désagréable ». Et de se sentir presque aussi bien qu'à 30 ans...

Hamamélis de Virginie (Hamamelis virginiana)

Comme son nom l'indique, il vient de l'est de l'Amérique du Nord, où il est utilisé depuis toujours par les Amérindiens pour ses vertus médicinales. Les Cherokees se servaient de ses feuilles et de son écorce en usage interne aussi bien qu'externe pour arrêter les saignements, lutter contre les inflammations et traiter les plaies. Au XVIII^e siècle, l'hamamélis de Virginie est introduit en Europe, où il est utilisé depuis en guise de plante ornementale comme d'autres variétés d'hamamélis. Il aime la lumière du soleil et fleurit à l'automne. D'aspect extérieur, il ressemble à notre noisetier local mais n'en est qu'un cousin éloigné. Ses noix ne sont pas comestibles ; ses graines sont violemment projetées hors de leur coque à plusieurs mètres de distance comme par un coup de baguette magique.



« Les clients sont surpris en bien »



Karin Fünfschilling pharmacienne, nous explique comment le pouvoir de l'hamamélis (*Hamamelis virginiana*) peut être exploité au quotidien pour les soins de la peau.

Mme Fünfschilling, quels sont les effets de l'hamamélis ?

Karin Fünfschilling : ils sont multiples. Cette plante a une action anti-inflammatoire, anti-démangeaisons et antivirale. Elle a en outre un effet astringent, c.-à-d. qui resserre les tissus, et hémostatique local. Elle permet ainsi de prévenir les infections, de favoriser la cicatrisation, de renforcer la fonction de barrière de la peau et de calmer les démangeaisons. **Dans quels cas conseillez-vous son utilisation ?**

L'hamamélis convient aussi bien aux soins quotidiens de la peau saine qu'à ceux des peaux malades ou abîmées. Il calme les

peaux sèches, crevassées et/ou qui démangent, que ces problèmes soient liés à l'âge, à un eczéma chronique ou à d'autres types d'éruptions cutanées comme la névrodermite. L'hamamélis peut être associé à un traitement à la cortisone et permet de réduire l'utilisation de cette dernière. En cas de crise hémorroïdaire, l'hamamélis réduit les démangeaisons, resserre la peau et les vaisseaux et les renforce.

Quelles sont les réactions des clients ?

Les clients apprécient surtout de pouvoir traiter et renforcer leur peau à l'aide d'un soin à base de plantes. Ils sont souvent surpris en bien.

Quels sont les principaux avantages de l'hamamélis ?

Son action anti-inflammatoire est comparable à celle d'une préparation faiblement dosée en cortisone mais avec peu ou pas d'effets indésirables. Les produits à l'hamamélis sont en outre bien tolérés.

Ces produits peuvent-ils aussi être utilisés chez les enfants ?

Oui, les produits à l'hamamélis sont également adaptés à la peau des enfants.

Votre peau est sèche, rougie et vous démange

Hametum[®] LipoLotion

- soigne intensément votre peau
- atténue les irritations et a un effet calmant
- ne contient pas de paraffine, ni de paraben
- est soumise à des tests dermatologiques

En vente dans votre pharmacie ou droguerie.



Schwabe Pharma AG
Erlistrasse 2
6403 Küssnacht am Rigi
www.schwabepharma.ch