

L'hiver ... le froid ... et la peau ...



Les dommages dus au froid touchent les parties du corps les plus exposées comme le visage mais aussi les parties distales, les pieds et les mains. Les changements de température créent des dommages principalement sur les parties du corps les plus fragiles car la pellicule protectrice ne protège plus et la peau se déshydrate.

Le froid assèche la peau

La chaleur des chauffages génère une augmentation de l'évaporation de l'eau cutanée, ce qui crée la sécheresse de la peau. De plus, pour maintenir la chaleur du corps durant les périodes de froid, la circulation sanguine s'active vers les organes internes au détriment des extrémités. Il faut donc hydrater son corps et plus particulièrement les extrémités plus sensibles. On évitera ainsi les gerçures, les fendillements ou encore la sensation désagréable des tiraillements de la peau.

Quels types d'hydratation ?

On utilise des émollients contenant des corps gras dont la composition se rapproche du ciment intercellulaire de la couche cornée de la peau. La composition idéale est une association de lipides tels que céramide, cholestérol et acides gras polyinsaturés. Les soins hydratants des grands laboratoires dermatocosmétiques possèdent tous ce trio gagnant et rajoutent chacun d'autres agents facultatifs.

Tous les soins sont à appliquer plusieurs fois par jour. Il existe des pansements « liquides » qui peuvent être appliqués dans les crevasses, permettant ainsi un soulagement de la douleur et une guérison plus rapide. D'autre part, il faut diminuer les facteurs qui dessèchent la peau comme les savons, l'eau calcaire et l'eau chaude, les gommages, les peelings, les frottements exagérés ou les lavages trop fréquents.

Une attention particulière pour les lèvres

Les lèvres, ne contenant que très peu de sébum, sont les premières victimes

du froid dès que nous sommes dehors. Il est primordial de les protéger en les hydratant plusieurs fois par jour, ceci même pour les personnes ayant une peau moins fragile. Chacun trouvera le contenant qui lui convient comme des crèmes ou stick à lèvres plus ou moins gras.

Quels sont les types d'affections fréquentes ?

Les engelures

Ceci arrive souvent lorsque le corps est confronté à des températures basses, souvent en dessous de zéro, car il y a une diminution de la circulation sanguine qui peut provoquer des engelures des doigts, des oreilles, des oreilles, puisque ces extrémités ne sont plus suffisamment vascularisées. Elles se caractérisent par des plaques rouges, inflammatoires, qui démangent ou sont douloureuses au réchauffement. Le plus simple pour les prévenir étant de protéger les parties sensibles de gants et de chaussettes en évitant les compressions qui empêchent la circulation du sang.

Les gelures

La gelure est la réponse cutanée à un froid intense (inférieur à zéro degré) qui « congèle » quasiment les tissus. Les doigts, les oreilles, le nez et les oreilles sont les plus souvent touchés. Le vent, l'humidité, l'altitude et le contact avec le métal froid favorisent encore l'apparition des gelures. Selon sa gravité, la gelure peut aller de la simple rougeur douloureuse jusqu'à la formation de bulles. Des destructions tissulaires profondes (gangrènes) s'observent parfois et peuvent même survenir tardivement un an après la gelure.

L'urticaire dû au froid

C'est une forme de réaction allergique. Il se manifeste par une démangeaison qui progresse rapidement, suite à un contact ou une exposition au froid ; une sensation de brûlure est parfois également un signe significatif. Le médecin proposera dans les cas extrêmes un traitement par des anti-

histaminiques.

En conclusion ...

Ici encore ... et toujours, mieux vaut donc prévenir que guérir ... et se protéger le visage et les extrémités contre le froid avec des vêtements adaptés ! N'hésitez jamais à demander conseil à votre Pharmacien ! Il vous répondra dans la mesure de ses compétences ou vous demandera de consulter votre Médecin.

Retrouvez l'ensemble de nos publications sur Internet



POUR VOTRE FACILITÉ D'ACCÈS ET / OU POUR UN STATIONNEMENT PLUS AISÉ, PROFITEZ, SI NÉCESSAIRE, DE NOTRE 2^e ENTRÉE RUE GODELET, FACE AUX PARKINGS CHAMPION ET BATA.

La pharmacie est à votre écoute:

- En semaine de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h30
- Le samedi de 8h30 à 17h30 sans interruption!

La pharmacie est à votre disposition:

- Rue Neuve, 33 à 4500 Huy
- www.pharmacie duchene colinet.be