



Des solutions pour vos cernes !



Les cernes se caractérisent par une impression sombre au niveau de la paupière inférieure. Nous avons tendance à penser que nous avons tous les mêmes cernes. C'est une erreur.

Il existe différents types de cernes : **les cernes bistres ou marron**, plus fréquents chez les personnes méditerranéennes, **les cernes en creux**, **les cernes bleus**, **les cernes avec des poches**.

Il est important de les distinguer, car les traitements diffèrent.

Quel type de cernes avez-vous ?

Pour connaître la couleur de vos cernes, bleus ou marrons, tirez la peau à fond. Vous observerez ainsi, soit une couleur bleutée, soit une couleur marron.

Les cernes bleus sont dus à une peau trop fine, qui laisse apparaître la vascularisation en dessous de la peau. Les cernes marrons indiquent que la peau est chargée de pigments, cette charge pigmentaire étant héréditaire.

Le cerne en creux, lui, induit une ombre qui donne l'impression d'être fatigué(e). Enfin, les cernes avec des poches se manifestent par un renflement suivi, en dessous, d'un petit creux. Là encore, de tels cernes donnent un air fatigué.

Quelles solutions contre les cernes avec des poches ?

Les cernes avec des poches révèlent un mauvais drainage lymphatique. De l'eau s'accumule et se charge de graisses, formant une poche.

Au tout début, l'application d'une poche de froid sur les yeux le matin est plutôt efficace. Ensuite, il est préférable de se rendre chez une esthéticienne pour apprendre à masser ses paupières et ainsi à activer le drainage à cet endroit.

Enfin, la chirurgie peut apporter une solution pour une dizaine d'années : l'intervention consiste simplement à vider la poche en aspirant son contenu.

Quelles solutions contre les cernes bleus ?

Les cernes bleus ont pour origine une vascularisation légèrement défaillante à cet endroit. Les vaisseaux sont donc un peu dilatés et cela se voit sous une peau très fine.

La première possibilité pour se débarrasser des cernes bleus est de recourir au peeling. Le principe est le suivant : en stimulant localement les facteurs de croissance, toutes les couches profondes de la peau finissent par s'épaissir. Résultat, avec une peau épaissie, la vascularisation sous-jacente se voit moins.

Quelles solutions contre les cernes bistres ou marron ?

Les cernes bistres ou marron sont dus à une accumulation de pigments. Ils ont été pendant longtemps très difficiles à atténuer. Aujourd'hui, on recourt à la carboxythérapie. Les résultats de cette technique récente, dont on ne connaît pas encore les dangers, ne sont pas extraordinaires, mais c'est la technique aujourd'hui la plus efficace pour éclaircir la peau au niveau de la paupière inférieure.

Comme pour les cernes bleus, 4 séances d'un quart d'heure en moyenne sont nécessaires pour obtenir une nette atténuation de la couleur marron ou bistre.

Quelles solutions contre les cernes en creux ?

Contre les cernes en creux nous avons recours aux acides hyaluroniques de comblement. Ils doivent être injectés très profondément pour permettre de remonter le plancher de la paupière intérieure. L'effet est immédiat, l'air fatigué disparaît.

En revanche, les injections doivent être renouvelées deux fois par an.

Attention, les injections laissent souvent des bleus qui mettront environ 3 jours à disparaître (ne pas prévoir d'activités sociales pendant cette période).

