



Fiche d'Information pour les patients atteints d'Acné

Qu'est-ce que l'acné ?

L'acné est une affection cutanée fréquente qui se manifeste par l'apparition de boutons, points noirs et kystes, principalement sur le visage, le dos et la poitrine. Bien qu'elle soit plus courante à l'adolescence, elle peut également persister ou apparaître à l'âge adulte.

Causes

L'acné est due à un excès de sébum, une obstruction des follicules pileux, et une prolifération de bactéries. Plusieurs facteurs peuvent influencer son apparition :

- Changements hormonaux (grossesse, menstruations, contraception, etc.).
- Stress.
- Produits cosmétiques comédogènes.
- Predisposition génétique.
- Médicaments (certains corticostéroïdes, androgènes, etc.).

Types d'acné

- **Acné rétentionnelle** : présence de points noirs et microkystes.
- **Acné inflammatoire** : boutons rouges (papules) et pustules.
- **Acné nodulo-kystique** : boutons profonds et douloureux.
- **Acné conglobata** : forme sévère avec des kystes et des cicatrices.

Symptômes

- Boutons, points noirs et blancs.
- Lésions inflammatoires douloureuses.
- Rougeurs autour des lésions.
- Cicatrices en cas d'acné sévère ou insuffisamment traitée.

Traitements

L'acné peut être traitée efficacement avec des soins adaptés. Le choix du traitement dépend de la sévérité de l'acné.

Traitements locaux

- Crèmes ou gels contenant du peroxyde de benzoyle, de l'acide salicylique, ou des rétinoïdes.
- Antibiotiques locaux.

Traitements oraux

- Antibiotiques (tétracyclines).
- Contraceptifs oraux (pour les femmes).



- Isotrétinoïne (pour les formes sévères, sous stricte supervision médicale).

Soins complémentaires

- Nettoyez votre peau avec des produits doux et non comédogènes.
- Utilisez des hydratants adaptés aux peaux à tendance acnéique.

Conseils pratiques

- Évitez de toucher ou de presser les boutons pour limiter les cicatrices.
- Adoptez une routine de soins régulière avec des produits adaptés.
- Limitez l'utilisation de maquillage occlusif.
- Adoptez une alimentation équilibrée (l'effet de la nutrition varie d'une personne à l'autre, les produits laitiers sembleraient augmenter l'acné).
- Protégez vous du soleil.

Quand consulter ?

- Si l'acné persiste malgré les soins courants.
- Si les boutons sont douloureux ou laissent des cicatrices.
- Si l'acné a un impact sur votre bien-être émotionnel.

Informations complémentaires

- Page info de la société française de dermatologie [dermato-info.fr](https://dermato-info.fr/fr/la-peau-des-adultes/l%E2%80%99acn%C3%A9) : <https://dermato-info.fr/fr/la-peau-des-adultes/l%E2%80%99acn%C3%A9>
- Fiche info patient acné juvénile : <https://www.ficheinfopatient.com/acne-juvenile/>
- Fiche patient laser lumière et acné, Société française de dermatologie – laser : <https://www.sfldlaser.com/info-patient-fiche/140/Laser-lumieres-et-acne>

Bien que l'acné puisse être source de frustration, des traitements efficaces sont disponibles pour améliorer l'apparence de la peau et renforcer la confiance en soi. N'hésitez pas à consulter un professionnel de santé pour une prise en charge adaptée.