

ACNÉ

COMMENT PRENDRE SOIN DE VOTRE PEAU

Selon les recommandations du site dermato-info.fr de la Société Française de Dermatologie



L'acné peut laisser des cicatrices et des marques persistantes à long terme, voire définitives. Si celle-ci est prise en charge à temps, ces complications peuvent être évitées. C'est pourquoi il est important de suivre correctement le traitement et les conseils donnés par votre médecin.

LES BONS GESTES À ADOPTER



- ✓ **Suivre correctement la prescription et les conseils** donnés par votre médecin.
- ✓ **Avoir une bonne hygiène de vie** : manger équilibré, éviter le tabac et le stress.
- ✓ **Ne pas manipuler les lésions d'acné** au risque de laisser des marques ou cicatrices.
- ✓ **Éviter de vous exposer au soleil** au risque d'aggraver votre acné ou de voir apparaître des cicatrices pigmentées.
- ✓ **Utiliser des produits dermo-cosmétiques** adaptés aux peaux acnéiques pour prévenir des effets desséchants des traitements.
- ✓ **Ne pas utiliser de masque ni de gommage pendant toute la durée du traitement** car ce sont des produits agressifs pour la peau, déjà fragilisée par certains médicaments.

LES SOINS ADAPTÉS

EN COMPLÉMENT DE VOS TRAITEMENTS

NETTOYER



Utiliser des produits adaptés aux peaux acnéiques. Nettoyer le visage **une à deux fois par jour** avec une **lotion micellaire** ou avec un **gel moussant sans savon**, à pH 5,5.

HYDRATER



Appliquer un **soin compensateur anti-imperfections** pour compenser l'effet desséchant des traitements.

PROTÉGER



Appliquer un **produit photoprotecteur** adapté aux peaux acnéiques.
Préférer un indice de protection **50+ anti UVA/UVB**.

CAMOUFLER



Si besoin, appliquer un **correcteur de teint non comédogène** en tapotant sur les zones à camoufler.



SCANNEZ CE QR CODE
RETROUVEZ ENCORE PLUS
DE CONSEILS POUR PRENDRE
SOIN DE VOUS

<https://dermato-info.fr/>