



Rechercher

- Accueil
- Bien manger
- En forme et actif
- Santé
- Vie sexuelle
- Bien dans sa peau**
- Nourrir son esprit
- Relations avec les autres
- Vivre avec l'argent
- Environnement

Accueil > Bien dans sa peau > Soins du visage

Avis d'expert Femme

1 / 3



Conseils pour atténuer poches, cernes et rides autour des yeux

Par **Marie-France Legault**, Directrice générale clinique Rewind, Saint-Sauveur-des-Monts, Canada



© iStockphoto.com

Dans la bataille pour contrer les cernes, la vitamine C s'avère efficace.

Les poches, cernes et rides autour des yeux sont les premiers signes du vieillissement. Voici quelques trucs et conseils pour les atténuer.

Tout d'abord, je tiens à rectifier cette vieille légende urbaine selon laquelle il serait salvateur d'utiliser des poches de thé pour dégonfler et drainer le contour des yeux. Il faut garder en mémoire que le thé tache. On ne voudra surtout pas altérer la couleur de cette région, qui est bien assez malmenée.

Réduire les poches

Les gels contour des yeux contiennent en général des agents actifs drainants contre la rétention d'eau comme la caféine, un stimulant qui désengorge la peau de façon efficace en accroissant la résistance des capillaires sanguins. Et si les yeux ont tendance à être bouffis le matin ou en fin de journée, ces produits favoriseront l'évacuation des déchets mal éliminés pendant la nuit et atténueront l'importance des poches. Ces dernières, souvent héréditaires, sont dues à une stagnation de la lymphe et à une mauvaise circulation sanguine.

On peut également recourir à un brumisateuse d'eau thermale, qui «ranimera» la peau avant qu'on y applique le gel. L'application de compresses fraîches sur les paupières aura un premier effet décongestionnant.

Utilisés en cure-choc, les patchs sont aussi très efficaces, et leur emploi est fort simple. On recourt au principe de l'occlusion, diffusant localement une quantité élevée d'agents actifs qui drainent et hydratent. Ceux de Vivescence défroissent et dégonflent visiblement la peau grâce à l'acide hyaluronique qu'ils contiennent.

Du côté des traitements impliquant une intervention sous-cutanée, les solutions les moins effractives sont les injections d'acide hyaluronique. En prenant de l'expansion, le produit corrige les poches et comble les creux qui amplifient d'ordinaire les ombres et les cernes.

Si on ne craint pas de passer sous le bistouri, on peut recourir à la **blépharoplastie**, qui consiste à entailler les amas graisseux qui persistent

Contenus

[Connaissez-vous votre type de peau?](#)

[Conservation des produits de beauté](#)

[Le Botox est-il sans risque?](#)

Ressources

Réponse de spécialiste

Allergie alimentaire: doit-on craindre les gènes croisés?

[Auteurs et Spécialistes](#)

[Corps humain](#)

[Guide des maladies](#)

[Voir toutes les ressources](#)

Mots-clés

Chirurgie Massage Corps
Crème solaire
Vieillesse cutané
Détente Rides Cancer
Produits de beauté
Beauté Visage
Estime de soi
Cosmétiques **Peau**
Cheveux

Le saviez-vous?

« L'hyperhidrose se définit comme étant une sudation au-delà du volume requis pour la thermorégulation. Elle peut être généralisée ou focale (localisée),

PUBLICITÉ



Nos services en ligne

[Infolettres](#)

[Consultation en ligne](#)

[Forums de discussion](#)

[Concours](#)



À surveiller



Il y a alerte à la canicule cette semaine. Attention, aux malaises. Les enfants et les **personnes âgées** sont souvent les principales **victimes de la chaleur**.

Participez à notre concours et vous pourriez gagner un **ensemble de brosses à dents électriques**.

Quelles sont les principales **maladies des cinq sens**? Existe-t-il des traitements. Peut-on les prévenir? Un dossier spécial pour répondre à vos questions.

sous les yeux pour éliminer les poches et tendre la peau. Le chirurgien peut passer par la voie conjonctivale. Il ouvre alors la face interne de la paupière inférieure pour éviter de laisser une cicatrice apparente.

Source

[Clinique Rewind](#)

Dernière révision
9 Avril 2010

*d'origine primaire
ou secondaire.
L'hyperhidrose
focale atteint
principalement les
aisselles, les mains
et les pieds. Des
verrues plantaires*

Sondage

**Si on vous offrait de poser
pour un calendrier, le feriez-
vous?**

- Habillé(e) mais avec une
pose sexy.



Avis d'expert Femme

2 / 3



Conseils pour atténuer poches, cernes et rides autour des yeux

Par [Marie-France Legault](#), Directrice générale clinique Rewind, Saint-Sauveur-des-Monts, Canada

Contre les cernes

Dans la bataille pour contre les cernes, la vitamine C se démarque en grande partie parce qu'elle est un éclaircissant efficace. Elle freine l'action de la mélanine et l'empêche de trop noircir ou bleuir le dessous des yeux. Il s'agit d'un élément à repérer dans la liste des ingrédients lorsqu'on magasine un soin pour le contour de l'œil.

La solution express reste le camouflage. Mais pour bien le réussir, il faut maîtriser certaines techniques de maquillage. D'abord, on doit arrêter son choix sur la bonne couleur de cache-cernes: il doit tirer sur l'orangé si le cerne est bleuté, sur le rouge s'il est verdâtre et sur le brun s'il est rosé. Pour bien le camoufler, on le mélange à la crème contour de l'œil et on l'applique au pinceau.

On peut aussi faire appel au laser, qui permet de dépigmenter les cernes foncés en quelques séances.

Atténuer les rides et ridules

L'application quotidienne d'une crème spécifique de type émulsion contribue à réduire les rides et ridules. On note que les produits à base de cellules bio-intégrales stabilisées actives donnent des résultats surprenants.

Si les rides sont marquées, les spécialistes en produits injectables proposeront des techniques spécifiques par injections locales. Le Botox cosmétique est le seul à cibler les muscles qui causent les rides et les sillons. Il estompe ce qu'on appelle les rides dynamiques, lesquelles sont créées par des contractions répétées des muscles, comme le froncement des sourcils et le plissement des yeux. Utilisé de façon régulière, ce traitement simple adoucit les rides d'expression et aide à freiner l'apparition ou l'aggravation des sillons. On peut aussi s'adresser à un chirurgien plasticien si on souhaite obtenir un résultat plus marqué ou en cas d'inefficacité des techniques énoncées précédemment.

En prévention, on pourra [éviter le soleil](#), grand responsable du vieillissement prématuré, en portant des verres fumés.

Source
[Clinique Rewind](#)

Dernière révision
9 Avril 2010

Contenus

[Connaissez-vous votre type de peau?](#)

[Conservation des produits de beauté](#)

[Le Botox est-il sans risque?](#)

Ressources

Réponse de spécialiste

Pourquoi développe-t-on un cancer du poumon?

Auteurs et Spécialistes

Corps humain

Guide des maladies

[Voir toutes les ressources](#)

Mots-clés

Chirurgie Massage Corps
Crème solaire

Vieillesse cutané

Détente Rides Cancer

Produits de beauté

Beauté Visage

Estime de soi

Cosmétiques Peau

Cheveux

Le saviez-vous?

« L'hyperhidrose se définit comme étant une sudation au-delà du volume requis pour la thermorégulation. Elle peut être généralisée ou focale (localisée),

PUBLICITÉ



Nos services en ligne

[Infolettres](#)

[Consultation en ligne](#)

[Forums de discussion](#)

[Concours](#)



À surveiller



Il y a alerte à la canicule cette semaine. Attention, aux malaises. Les enfants et les [personnes âgées](#) sont souvent les principales victimes de la chaleur.

Participez à notre concours et vous pourriez gagner un [ensemble de brosses à dents électriques](#).

Quelles sont les principales [maladies des cinq sens](#)? Existe-t-il des traitements. Peut-on les prévenir? Un dossier spécial pour répondre à vos questions.



Avis d'expert Femme

3 / 3



Conseils pour atténuer poches, cernes et rides autour des yeux

Par *Marie-France Legault*, Directrice générale clinique Rewind, Saint-Sauveur-des-Monts, Canada

Démaquiller les yeux

Il importe d'opter pour un démaquillant non irritant et non gras conçu spécifiquement pour les yeux. En la matière, les textures fluides gélifiées ou biphasées sont à privilégier. Si les yeux sont irrités ou si des cils restent sur le coton, c'est un signe que le produit est inadéquat ou qu'on exerce une pression trop forte sur la peau. Le pH d'un démaquillant pour les yeux doit être voisin de celui des larmes.

On doit éviter de se démaquiller les yeux au moyen d'un savon ou d'une crème nettoyante. Pour réduire les risques d'irritation, on imbibe préalablement le coton d'eau tiède pour diluer le produit.

Application des produits contour des yeux

Le geste d'application doit être « drainant ». C'est-à-dire qu'il faut toujours partir de la naissance du nez, puis remonter le long de l'arcade sourcilière, pour revenir par la paupière inférieure sous l'œil, jusqu'au coin près du nez. En effectuant ce geste à quelques reprises, on soulage la tension faciale et la fatigue visuelle. On contribue ainsi à réduire les poches, cernes et ridules.

Lire [Le regard reflète les premiers signes du vieillissement](#)

Source
Clinique Rewind

Dernière révision
9 Avril 2010

Page précédente

3/3

 Page 1: [Réduire les poches](#)

 Page 2: [Contre les cernes et atténuer les rides](#)

 Page 3: **Application des produits contour des yeux**

Contenus

[Connaissez-vous votre type de peau?](#)

[Conservation des produits de beauté](#)

[Le Botox est-il sans risque?](#)

Ressources

Réponse de spécialiste

Mon mari désire d'autres femmes: comment réagir?

Auteurs et Spécialistes

Corps humain

Guide des maladies

[Voir toutes les ressources](#)

Mots-clés

Chirurgie Massage Corps
Crème solaire

Vieillesse cutané

Détente Rides Cancer

Produits de beauté

Beauté Visage

Estime de soi

Cosmétiques Peau

Cheveux

Le saviez-vous?

« L'hyperhidrose se définit comme étant une sudation au-delà du volume requis pour la thermorégulation. Elle peut être généralisée ou focale (localisée),

PUBLICITÉ

Nos services en ligne

Infolettres

Consultation en ligne

Forums de discussion

Concours



À surveiller



Il y a alerte à la canicule cette semaine. Attention, aux malaises. Les enfants et les [personnes âgées](#) sont souvent les principales victimes de la chaleur.

Participez à notre concours et vous pourriez gagner un ensemble de brosses à dents électriques.

Quelles sont les principales maladies des cinq sens? Existe-t-il des traitements. Peut-on les prévenir? Un dossier spécial pour répondre à vos questions.