

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2016)  
**Heft:** 84

**Artikel:** Dites "stop" aux rougeurs!  
**Autor:** Ullmann, Sylvie  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-830711>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Dites « stop » aux rougeurs !

Ne baissez pas les bras devant la couperose, car il existe des solutions pour freiner cette maladie de la peau et en limiter les dégâts.

**D**es rougeurs diffuses sur les joues et sur le nez qui s'installent insidieusement et deviennent de plus en plus visibles, cela vous rappelle quelque chose ? Si la réponse est oui, c'est que, comme 2 % à 3 % de la population, vous souffrez de rosacée. Cette maladie inflammatoire touche en priorité les personnes à peau claire. Et les femmes sont deux fois plus concernées que les hommes, surtout après la ménopause.

Les professionnels distinguent trois stades dans son évolution. Au premier, on repère des vaisseaux dilatés sur les joues et le nez. Au deuxième, des papulo-pustules rappelant l'acné s'installent, raison pour laquelle on parle d'«acné rosacée».

Au troisième, enfin, qui frappe davantage les hommes, la prolifération de cellules et de vaisseaux sur le nez est telle que celui-ci peut tripler de volume.

## À ÉVITER

«Beaucoup de gens associent ces dilatations veineuses à l'alcoolisme, ce qui les rend particulièrement difficiles à vivre. Mais cela n'a rien à voir, hormis le fait que l'alcool les fait ressortir», précise la doctoresse Konstantine Buxtorf Friedli, dermatologue FMH à Plan-les-Ouates. La faute à son effet vasodilatateur. Autres facteurs aggravants, les changements de température, l'exposition au soleil, les boissons chaudes, les mets épicés,

les saunas et les hammams... Le tout à éviter donc.

Comme c'est plus facile à dire qu'à faire, on misera par ailleurs sur des cosmétiques taillés sur mesure pour nous donner bonne mine. «Appliquer au quotidien un soin visage antirougeurs aide beaucoup, on trouve d'excellents produits en parapharmacie», souligne la doctoresse Buxtorf Friedli.

## LE GESTE À ADOPTER

Par exemple, Avène en Suisse, une marque dermo cosmétique qui propose une gamme ad hoc. Isabelle Harsch, cheffe de groupe marketing, y recommande d'appliquer une protection solaire avant toute exposition. «C'est recommandé pour la prévention des rougeurs et en accompagnement d'un traitement médicamenteux pour renforcer l'effet.» Une crème de jour, par ailleurs pourvue d'un indice solaire et d'une légère teinte camouflant les rougeurs, est aussi conseillée. Un geste à adopter en utilisant des tons complémentaires comme le vert ainsi que les fonds de teint et autres crèmes taillés sur mesure, disponibles dans les gammes spécialisées.

## PAS REMBOURSÉ

Lorsque ces solutions se révèlent insuffisantes, on passe à l'étape suivante du traitement, qui consiste à coaguler et à détruire les petits vaisseaux au laser. «Cela permet vraiment de ralentir l'avancée de la maladie», souligne la doctoresse Buxtorf Friedli. Une opération à réaliser chez un médecin et à renouveler tous les quatre à cinq ans environ, en fonction de l'évolution de la maladie. Considéré comme esthétique, ce geste n'est pas remboursé par les assurances maladie. Au stade suivant, on combat la rosacée

## Les bons produits

Cette crème de jour d'une légère teinte verte existe en version peaux sèches ou mixtes, **Antirougeurs Jour, SPF 20**, d'Avène, 30 fr. 90 environ.



Dans la gamme Roséliane d'Uriage, un masque apaisant et hydratant à appliquer deux fois par semaine, voire davantage si on en ressent le besoin. **Masque antirougeurs**, d'Uriage, 20 fr. 50 environ.

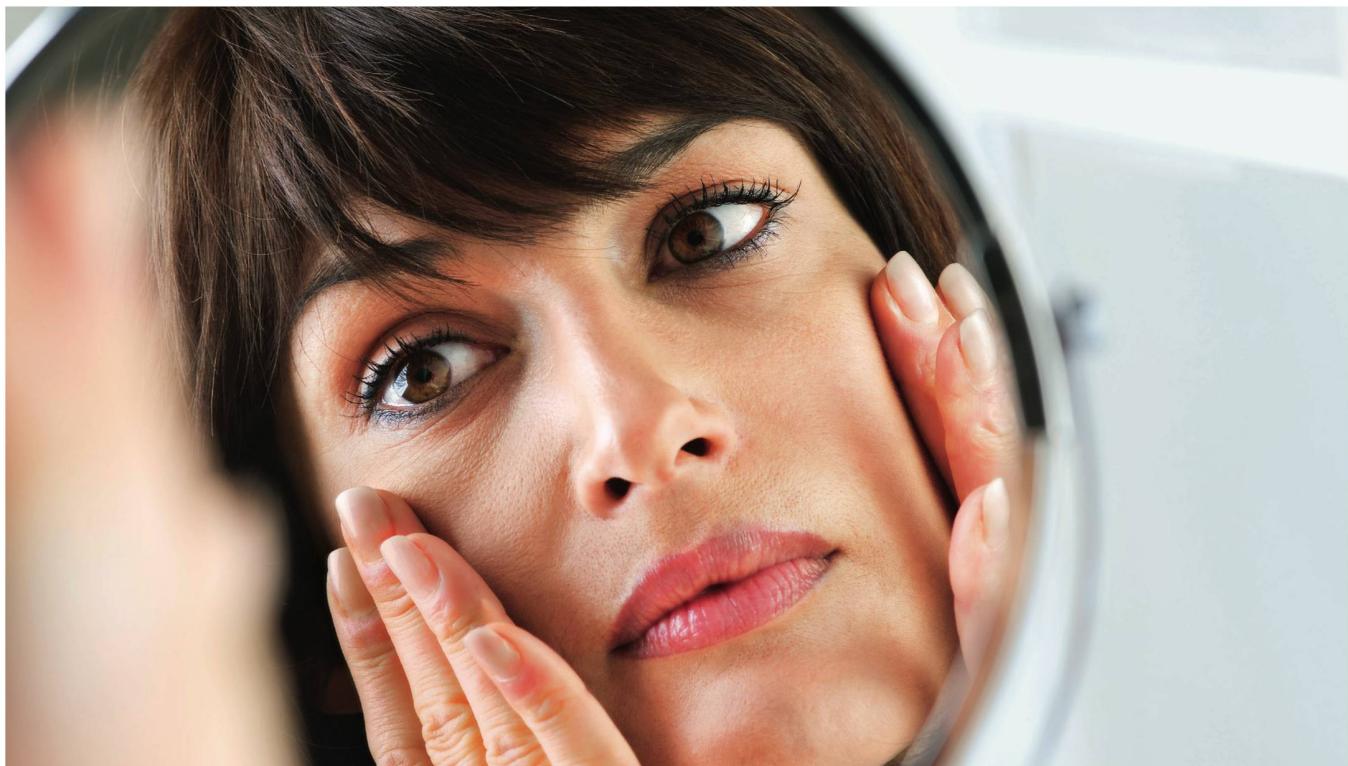


Dans la gamme Rosaliac de La Roche-Posay, une CC cream pour masquer les rougeurs et mettre la peau à l'abri du soleil grâce à un indice 30: **Rosaliac CC crème, SPF 30**, 32 fr. 50 environ.



Un soin hydratant antirougeurs pour les peaux sensibles formulé sans agents irritants, **Eucerin antirougeurs**, 31 fr. 90 environ.





En évitant, tant que faire, certains comportements et avec de bons cosmétiques, il est possible d'avoir bonne mine.

au moyen d'une cure d'antibiotiques faiblement dosés, à prendre par voie orale pendant six mois. Ce traitement

donne de bons résultats et permet de revenir au stade 1. Quant au stade 3, il relève de la chirurgie. Raison de plus

pour mettre de son côté tous les atouts permettant de freiner l'évolution de cette maladie.

SYLVIE ULMANN

Anita & Christian, 65 & 68 ans.  
C'est décidé.  
Nous partons comme médecins en zone de conflit...  
en faisant un legs à MSF!



**OUI**, je souhaite recevoir la brochure d'information sur les legs et héritages.

**OUI**, je souhaite être recontacté(e) pour obtenir des conseils personnalisés.

NOM: .....

PRÉNOM: .....

RUE: .....

CODE POSTAL: .....

LIEU: .....

N° DE TÉLÉPHONE: .....

E-MAIL: .....

Pour de plus amples renseignements,  
contactez notre service donateurs  
par téléphone: 084 888 8080  
[info-legs@msf.org](mailto:info-legs@msf.org)

Médecins Sans Frontières Suisse  
Rue de Lausanne 78,  
CP 1016, 1211 Genève 21  
[www.msf.ch](http://www.msf.ch)  
CCP 12-100-2

MSF a reçu le prix Nobel de la paix en 1999