

# ACNÉ

## COMMENT PRENDRE SOIN DE VOTRE PEAU

Selon les recommandations du site [dermato-info.fr](https://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.

#### PROTÉGER



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

#### HYDRATER



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

#### 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/>