

Soirmagazine

Animé par Naïma Yachir

Numéro 222

soirmagazine@yahoo.fr

ENTRETIEN

«Il est indispensable de traiter les vergetures précocement»

D^r Bentoumi Mimi, spécialiste en médecine interne option dermatologie et médecine esthétique, pratique de nombreuses techniques en dermatologie et médecine. Membre du Groupe Laser de la Société française de dermatologie et de l'Association française de médecine esthétique, elle s'est prêtée au jeu des questions-réponses en donnant des conseils pour le traitement des vergetures.

VOYAGE CULINAIRE

El mzeyet, la hantise de mon enfance

Je vais partager avec vous une recette qui a longtemps marqué mon enfance. Au fil des ans, cette hantise infantile a disparu pour laisser place à un attachement étrange, au goût indescriptible de ce couscous «noir», comme il me plaisait de l'appeler.

Lire en page 12

C'EST MA VIE

Mahmoud, le mal-aimé

Mahmoud était un don du Ciel. Il bouleversa la vie d'El-Ghalia. Enfin le destin avait souri à ce couple qui se voyait dépérir.

Lire en page 13

Cachez-moi ces zébrures que je ne saurais voir !

Bientôt l'été ! Beaucoup d'Algériens et d'Algériennes ont déjà entamé leur régime, pour pouvoir enfiler les tenues estivales mais aussi les maillots de bain. Seul bémol : ces rides blanches qui apparaissent après des régimes et qui sont indélébiles. Il s'agit bien sûr des vergetures : un vrai problème. Des femmes témoignent.

Nawel, maman de deux enfants : «La grossesse a laissé des traces»

Avec une peau blanche et une belle taille, Nawel n'a pas besoin de cacher ses rondeurs. «J'ai été épargnée lors de mon adolescence des vergetures mais après deux grossesses peu espacées, elles sont apparues. La plupart des personnes pensent que les peaux blanches ne sont pas concernées par ces disgrâces mais c'est faux ! Moi, j'en ai. Certes, elles ne sont pas très apparentes mais elles sont là et je les vois. Donc, je suis en train d'utiliser deux crèmes en alternance. Je ne sais pas si c'est efficace mais j'y crois», explique Nawel. En désignant les parties de son corps où sont apparues les vergetures, elle ajoute : «C'est bien sûr sur le ventre et les seins que les vergetures font principalement leur apparition. Pour cela, j'utilise bien sûr de l'huile d'amande douce. Je pense qu'il faut être à cheval, il faut surtout ne pas regrossir ou retomber enceinte pour l'instant !» ajoute-t-elle en riant.



Asma, 22 ans : «C'est un gros problème pour moi»

«Pour moi, les vergetures ce n'est pas un problème mais une catastrophe. J'ai commencé à en avoir à l'âge de 18 ans et ma mère me disait que c'était parce que j'ai pris du poids d'un coup. Je pesais 79 kilos pour une 1m71 et j'en ai perdu 16. Vous voyez que pour une belle ligne, je n'ai plus de souci. Mais pour les vergetures c'est devenu un vrai cauchemar. Bien sûr, elles sont plus apparentes au niveau des fesses et de mes hanches. Mon esthéticienne m'a un peu rassurée. Elle m'a expliqué que mes vergetures sont encore blanches pour une peau qui est ni blanche ni trop mate. Ce qui veut dire, selon elle, qu'il n'est pas encore trop tard. Je ne sais pas si c'est vrai. En tout cas, avant de passer au laser, et même si je suis fainéante et j'ai la flemme de le faire, je vais me mettre à me masser tous les soirs avec de l'huile d'olive. Bon, pour l'odeur, ce n'est pas fameux mais c'est ce qu'on me conseille. Mon esthéticienne m'a expliqué qu'en faisant tous les jours des massages toniques, puis légers pour bien faire pénétrer l'huile d'olive ou l'amande douce, les vergetures s'estompent. Selon elle, la vergeture est l'expression du craquage de la peau. Alors, il faut en mettre un petit peu sur la surface de la peau et c'est elle qui va l'absorber avec l'effet du massage.»

Souad, nouvelle maman : «J'ai battu tous les records»

«Je suis consciente que durant ma grossesse, j'ai abusé de tout. Je ne me suis rien refusé, que ce soit nourriture, habillement et crème hydratante. Résultat, je me retrouve avec des vergetures importantes partout, mais vraiment partout. Le ventre, les fesses, les hanches, la poitrine, à l'intérieur des cuisses, les genoux. C'est la totale ! De plus, chacune a développé, j'ai

l'impression, une couleur différente. Il y a celles qui sont rouges, d'autres violacées et d'autres encore blanches. C'est vraiment moche. En plus j'allait, cela veut dire que je perds des kilos très facilement et plus j'en perds, plus elles deviennent visibles. Pourtant dès le 4^e mois de grossesse, j'ai commencé à hydrater ma peau et utilisé plusieurs crèmes. J'ai dépensé une fortune

«POUR MOI, LES VERGETURES CE N'EST PAS UN PROBLÈME MAIS UNE CATASTROPHE. J'AI COMMENCÉ À EN AVOIR À L'ÂGE DE 18 ANS ET MA MÈRE ME DISAIT QUE C'ÉTAIT PARCE QUE J'AI PRIS DU POIDS D'UN COUP. JE PESAIS 79 KILOS POUR 1M71 ET J'EN AI PERDU 16 VOUS VOYEZ QUE POUR UNE BELLE LIGNE, JE N'AI PLUS DE SOUCI. MAIS POUR LES VERGETURES C'EST DEvenu UN VRAI CAUCHEMAR.»

ne pour acheter une lotion de France d'une célèbre marque pour minimiser les dégâts. Mais cela n'a rien donné. Elles sont là, bien visibles.

En plus, ma peau est mate, donc je pense que c'est plus visible. Ma conviction est que les vergetures ne vont plus disparaître mais ce que je souhaite c'est au moins les voir s'estomper. Je vais commencer chaque soir à mettre de l'huile d'amande douce et me masser plus longuement et après je passerai au laser. Je pense que c'est l'ultime solution.»

Rafika, cadre supérieur : «Je me suis débarrassé de mes vergetures»

«Ce sujet m'intéresse et me touche parce que pendant long-

Par Sarah Raymouche

temps j'en ai souffert et j'ai même failli faire une dépression. Je me suis débarrassée de mes vergetures grâce au laser et au peeling. C'est un dermatologue algérien qui m'a conseillé mais j'ai fait le suivi en France. Je sais que maintenant en Algérie on le fait. Contrairement à d'autres femmes, ce n'est pas la grossesse ou bien la prise de poids qui était la cause. J'en avais sur les fesses et les cuisses.

Elles sont d'origine hormonale, causées par la prise d'une pilule trop dosée pour moi après mon mariage. Mes vergetures étaient très importantes et visibles, bien rouges. Pourtant, mon poids n'a jamais changé. Je suis très mince.

En tout cas, ça m'a pourri la vie, j'étais très malheureuse, elles se voyaient vraiment beaucoup, rien à voir avec les petites vergetures presque transparentes de ma sœur dues aux grossesses.

Au départ, j'ai consulté un dermatologue qui m'a conseillé de ne jamais acheter les crèmes et les lotions, que cela ne servait à rien. Il m'a expliqué qu'elles agissent sur les couches supérieures de l'épiderme alors que les vergetures sont installées en profondeur.

J'ai essayé le traitement du médecin composé d'une crème et la prise d'un médicament, sans succès. Je pense que ça dépend des peaux et du type de vergetures. En tout cas pour moi, cela n'a pas marché. Je m'en suis débarrassée grâce au laser, c'est douloureux mais ça a impeccablement marché. J'ai subi une séance de laser suivi d'un peeling. J'y suis retournée pour une 2^e séance, où j'ai été traitée au peeling. Maintenant, elles ont complètement disparu et j'en suis heureuse. C'est vrai que c'est cher mais ça vaut le coup. Je suis contente. ■

Photos : DR

ATTITUDES

Par Naïma Yachir
naiyach@yahoo.fr

Malchance

Elle fouille dans son sac, panique. Elle était pourtant sûre de l'avoir mis dans la pochette extérieure. Le caissier la regarde. Elle dépose ses cabas par terre et ajuste sa fille agrippée à son épaule. Les yeux hagards, Sofia balance sa tête et des sons à peine audibles émanent de sa bouche. Le jeune homme se dirige vers elle, lui propose de s'asseoir. Il la rassure : «Ne vous inquiétez pas, prenez vos aises, la pizza est offerte par la maison.» Elle est confuse, elle a honte. Sa fille

s'agite, elle tente de la calmer en lui tapotant tendrement sur le dos.

Le regard absent, Lamia est soudain attirée par les cris d'un enfant. Elle penche la tête vers l'extérieur et aperçoit une femme traînant brutalement sa gamine par le bras en la sermonnant. Ses yeux tout à coup s'embuent. Elle essuie discrètement quelques larmes. La gorge serrée, elle ne put s'empêcher de remarquer : «Il y a des mères qui ne mesurent pas leur chance : élever un enfant en bonne

santé.» Une dame la regarde avec compassion et enchaîne : «C'est ça le bonheur. Elles ne s'en rendent même pas compte et n'en jouissent pas.» Lamia, la mort dans l'âme, parle de Sofia : «Elles doivent s'estimer heureuses et ne violenteront pas leurs petits si elles devaient s'occuper d'un enfant handicapé.» Sofia vient de boucler ses cinq ans. Elle est sourde, muette et aveugle. Elle est paralysée des quatre membres et pèse 15 kg. «Lors de son accouchement, la sage-femme a utilisé le forceps.

Le métal a endommagé son cerveau. Elles m'ont expliqué que c'était le seul moyen de me sauver. Le résultat, le voilà. Mais j'aime ma petite, je reviens d'une séance de rééducation, avec chaque jour l'espoir que Sonia fasse quelques pas.

Alors quand je vois des mamans traiter ainsi leurs enfants, cela me fend le cœur.» Lamia, en se confiant, en avait gros sur le cœur. Une manière pour elle de se redonner confiance et de continuer son combat «Excusez-moi de vous embêter avec mes histoires, mais c'est toujours comme ça quand je termine une séance de rééducation. Et ce qui me révolte, c'est quand les infirmières me regardent avec pitié sans rien dire. C'est pire que si elles me disaient : «Pauvre Sofia, elle n'a vraiment aucune chance d'être comme les autres enfants.» Vous ne pouvez pas vous imaginer le mal que cela me fait. C'est comme si on m'enfonçait un poignard en pleine poitrine. Mais moi, je m'accroche à la moindre petite lueur d'espoir tant que je suis en vie. ■