

# néo SANTE

Médecine esthétique:

## TOU CHANGER DE LA TÊTE AU PIED ?



### P 03

#### Cheveux

Les hommes sont plus particulièrement concernés. Mais la calvitie se soigne.

### P 08-09

#### Silhouette

Avant toute intervention, il faut analyser l'harmonie de son corps.

### P 13

#### Les mains

Ces outils indispensables à la vie de tous les jours trahissent nos âges.

### P 15

#### Hommage

Il nous a quittés en été. Ivo Pitanguy fut l'un des pionniers de la chirurgie esthétique.

## EDITO

# SE SOIGNER EN BEAUTÉ

La beauté éternelle est toute proche. A portée de pilules, de soins, d'exercices, d'injections et de porte-monnaie. Vieillir en restant jeune était un rêve déjà caressé par Aphrodite, Vénus ou Cléopâtre. Même la cruelle Erszabeth Bathory a cru avoir trouvé le secret de l'éternelle jeunesse. Aujourd'hui, avec la régénération par les cellules souches, un nouveau pas est franchi. Mais vieillir en jeunesse est un job à plein temps. Il faut gommer les outrages du temps, retendre ou découper les peaux tombantes, effacer les rides, faire fondre certaines graisses et

combler des creux disgracieux. Il faut avoir une chevelure épaisse, un sourire éclatant, un regard intense et une peau de pêche biologique poussée sous cloche. Malgré tout, une issue fatale, c'est encore sûr, arrivera un jour. En attendant, il existe de nombreux moyens de limiter la décrépitude, de s'illuminer de l'intérieur, de s'illusionner un peu et de reconnaître son reflet dans le masque renvoyé par son miroir. Ce numéro de Néo Santé présente quelques méthodes et techniques sur lesquelles des médecins spécialisés donnent un avis.

Bonne lecture !

Nina Brissot

## IMPRESSION

Supplément du Régional.  
Néo Santé paraît 2 fois par an.

**Tirage et diffusion:** 125'000 exemplaires Lausanne, Lavaux, Oron, Riviera, Chablais VD/VS

Tous les articles de ce numéro émanent du seul choix de la rédaction.

**Rédaction:** Nina Brissot  
[n.brissot@leregional.ch](mailto:n.brissot@leregional.ch)

**Publicité:** 021 721 20 30

**PAO:** Patricia Lourinhã

**Adresse postale et siège social:**  
**Le Régional SA**, Rue du Clos 12,  
CP 700, 1800 Vevey.  
Tél.: 021 721 20 30

publicité

## L'AMINCISSEMENT MAITRISÉ À MONTREUX THERAFORM UNE MÉTHODE NATURELLE SANS PRODUITS, SANS FAIM, SANS FATIGUE

PUBLIREPORTAGE



**M**aigrir et maintenir son poids durablement, c'est possible avec la plastithérapie, qui consiste en un rééquilibrage énergétique, au plus haut niveau, des centres de gestion du système neurovégétatif.

En effet, la plastithérapie réharmonise le système nerveux central par des ordres directs donnés aux centres de la faim et de l'envie, le «déstockage». Elle agit sur les causes et non sur les effets. Quelles que soient les localisations graisseuses, l'amincissement se fait harmonieusement et tout en douceur. Cette thérapie

tactile favorise le bien-être et réeduque les pulsions alimentaires.

Etablie depuis 2004 à Montreux, Catherine Rappaz accompagne autant les femmes que les hommes à retrouver une silhouette harmonieuse, quel que soit leur âge et leur motivation.

Catherine : *je constate avec mes années d'expérience, que chacun a sa propre motivation et c'est avec bonheur que j'accompagne chaque personne à atteindre son propre objectif. «Etre belle pour son mariage, se sentir bien dans son corps, ou retrouver une bonne santé», d'ailleurs plusieurs médecins nous recommandent après avoir observé une meilleure santé suite à une cure Theraform.*

Cette méthode entièrement naturelle est fortement appréciée par ma clientèle.

Bonne épicerie, je partage avec joie des recettes et astuces afin que chacun puisse prendre plaisir à déguster des plats à leurs goûts tout en respectant la formule alimentaire qui va de pair avec les soins thérapeutiques Theraform.

### POURQUOI PAS VOUS ?

Rue de la Gare 44  
1820 Montreux  
021 961 38 01

 **Theraform**  
L'Amincissement Maîtrisé  
[www.theraform.com](http://www.theraform.com)  
[theraform.montreux@bluewin.ch](mailto:theraform.montreux@bluewin.ch)  
[www.mincir-montreux.ch](http://www.mincir-montreux.ch)

# Y a qu'un cheveu sur la tête à Matthieu...

**Implants capillaires** Une nouvelle méthode d'implantation directe de cheveux permet de regarnir une zone cheveu par cheveu sans découper de bandelettes. Non invasive, indolore et d'un aspect très naturel, la méthode entre en force dans différentes cliniques en Suisse. Elle est cependant onéreuse et demande beaucoup de patience.

**L**a mode de la boule à zéro a tendance à régresser. Et si elle sied particulièrement à certains sportifs, comme un certain Zinédine, voire à Popeye, on ne pourrait pas imaginer Georges Clooney ou Alain Delon sans une moumoute en cas de malheur. Beaucoup d'hommes et quelques femmes vivent mal la perte partielle ou générale de leurs follicules pileux. Et lorsque lotions et massages laissent de marbre les surfaces traitées, le recours à l'auto greffe capillaire est une solution envisagée par beaucoup. Jusque-là, la méthode la plus usitée et efficace consiste à prélever une bandelette de cheveux sur la partie haute de la nuque, à une profondeur de 3 à 4 millimètres. Cette découpe laisse une légère cicatrice linéaire sur toute la surface découpée. Le plus souvent elle se perd dans la masse des cheveux restants. La bande ainsi enlevée dans une zone donneuse est minusculement découpée par greffons de 1 ou 2 cheveux. Ces unités sont conservées dans une solution physiologique correspondant au milieu corporel humain afin d'éviter qu'elles ne se dessèchent. Elles doivent impérativement rester humides, même pendant le traitement sous microscope. Cette méthode appelée FUT, pour follicular unit transplantation, a fait ses preuves depuis de nombreuses années mais demande une dextérité certaine de la part des praticiens. L'implantation doit être faite de manière à ce que les greffons soient bien protégés pour assurer la meilleure qualité des racines afin qu'elles prennent et que la repousse soit la plus naturelle possible.

## FUT ou FUE?

Plus récente, une méthode dérivée du FUT permet d'utiliser un trépan (extracteur) extrêmement fin qui extrait les cheveux un par un pour les transplanter là où ils font défaut. C'est la FUE, pour follicular unit extraction. Elle laisse des micro-cicatrices qui ne sont pas visibles après une séance



Beaucoup d'hommes et quelques femmes vivent mal la perte partielle ou générale de leurs follicules pileux et font recours aux implants. DR

de FUE. Par contre, les greffons ainsi prélevés ont plus de risque de perdre leurs tissus protecteurs et le taux de repousse est inférieur. La FUE reste une méthode très plébiscitée par les personnes qui cicatrisent mal

ou qui veulent porter leurs cheveux très courts. Le processus est beaucoup plus long et doit être réalisé en plusieurs fois vu que le prélèvement cheveu par cheveu est limité à 3'000 en moyenne contre 4 à 5'000 par

découpe de bandes. Il faut ensuite laisser le temps à la repousse et il peut varier entre quelques semaines ou quelques mois pour des résultats tangibles.

## Est-ce que ça marche?

Si l'on prend l'exemple de Berlusconi, on peut dire que dans son cas, c'est réussi. Sur la masse, les succès varient. Il est parfois nécessaire de renouveler les interventions avec des intervalles de plusieurs mois pour obtenir le résultat souhaité. Il peut arriver aussi que certains implants partent, à la repousse, dans des sens différents ce qui donne un effet «tourniquet» pas toujours très heureux. Il est très important de bien se renseigner sur l'intervenant et être sûr que le chirurgien capillaire consulté a bien l'expérience et la dextérité pour réussir la greffe. Après tout, il en va de sa tête et les prix, généralement donnés sur consultation, sont élevés.

Nina Brissot

## L'AVIS DU SPÉCIALISTE

Chirurgien plasticien, spécialisé dans la chirurgie esthétique du visage et la chirurgie capillaire, le Dr. Jean-Charles Bayol pratique à Laclinic à Montreux. Il nous donne son avis sur les deux méthodes.

### La surface à traiter détermine souvent la méthode

La FUE permet d'obtenir un résultat très fin pour une surface dégarnie limitée. Il existe des micro-cicatrices, au niveau de chaque follicule prélevé, qui ne sont pas visibles à l'œil nu après une séance de FUE. Cependant, le nombre de cheveux par séance est plus limité avec cette méthode, et à partir de la seconde séance de FUE, les micro-cicatrices commencent à être visibles sur l'ensemble de la zone de prélèvement.

La méthode FUT conserve toute sa place dans notre arsenal thérapeutique chirurgical, lorsqu'il s'agit d'un patient ayant une calvitie avancée ou chez la femme qui refuserait qu'on lui rase la tête pour prélever les greffons. Une séance de FUT permet de greffer dans les cas favorables jusqu'à 5000 cheveux, avec des résultats comparables à la FUE,

puisque les greffons peuvent être découpés par groupe de 1-2 cheveux ou 3-4 cheveux. Si le prélèvement de la bandelette de cheveux entraîne une cicatrice, celle-ci est fine et facilement cachée par les cheveux lorsqu'ils font plus de 1 cm de long. Le cas échéant, la cicatrice pourra disparaître après une séance de FUE et/ou une dermopigmentation (tatouage).

Quelle que soit la méthode de prélèvement, le taux de succès de la micro-greffé capillaire reste très élevé, car pour un temps de préparation des greffons de moins de 2 heures (au cours d'une FUT), leur taux de survie est de 95%, et pour un temps de préparation de moins de 8 heures (parfois jusqu'à 4 heures au cours d'une FUE), leur taux de survie est de 88%.



# Pour votre beauté et votre musculature.

Nutrition anti-âge innovante et exclusive pour la peau, le tissu conjonctif et les muscles.

**Une beauté rayonnante et pérenne prend ses sources de l'intérieur. Une combinaison innovante d'éléments nutritifs vous permet de nourrir votre peau, vos cheveux, vos ongles et vos muscles.**

La fermeté et l'élasticité de la peau et du tissu conjonctif sont déterminés par une présence suffisante de collagène, d'élastine et de protéoglycans (régulateurs d'hydratation). Des études scientifiques\* démontrent que la prise de peptides de collagène hautement dosés combinée à d'autres éléments constitutifs diminue la profondeur des rides et améliore l'aspect du tissu conjonctif après 8 semaines. Une nutrition spécifique peut avoir des effets anti-âge naturels. Le collagène innovant BeautyCollagenComplex BCC® peut soutenir ce processus!

## Des muscles puissants favorisent la combustion des graisses

Le tissu musculaire est constitué de plusieurs fibres musculaires, celles-ci étant toutes entourées d'une enveloppe de tissu conjonctif. Les muscles nécessitent, ou brûlent, une quantité importante d'énergie ou de calories. Plus la masse musculaire est importante, plus la combustion des graisses est augmentée, ce qui engendre des tissus plus fermes. Heureusement, **le muscle ne connaît pas d'âge biologique et peut se renforcer à tout âge!** Quelques séries d'exercices quotidiens suffisent pour renforcer et maintenir la masse musculaire. Une nutrition innovante et complète pour les muscles peut soutenir vos progrès!

**BeautyCollagenComplex BCC® combiné à une formulation pour la musculature:**

- Peptides de collagène de faible masse moléculaire (10 gr par jour)
- Acides aminés essentiels: lysine, thréonine, méthionine
- Protéoglycanes sulfatés
- Acides aminés hautement dosés: leucine, isoleucine, valine, créatine, L-arginine et L-citrulline
- Protéines de lactosérum (petit-lait) de haute valeur biologique rapidement résorbables et sans lactose (13 gr par jour)
- Extraits beauté: millet, thé vert, cynorrhodon, melon, edelweiss et gentiane
- Sels minéraux et oligo-éléments spécifiques: calcium, magnésium, manganèse, cuivre, chrome
- Vitamines du groupe B, biotine, acide folique, vitamines C, D3, E, K
- Q10, zinc

**Utilisation:** pendant 6 à 8 semaines, prendre un sachet par jour en alternant la nutrition beauté et la nutrition pour les muscles.

\*Rousselot 2009, Matsuda et al 2006, Matsumoto et al 2006, Sumida 2004, British Journal of Nutrition 2015, Zhe-rong Xu et al; Am J Clin Nutr 2011, Bart Pennings et al.

Référence/contact: [info\(at\)swiss-alp-health.ch](mailto:info(at)swiss-alp-health.ch)  
ou [www.swiss-alp-health.ch](http://www.swiss-alp-health.ch)



**SWISS ALP  
HEALTH**

**ExtraCellBeauty**  
skin, hair & nails



**NOUVEAU**  
**Beauty Anti-Aging**

**ExtraCellMuscle**  
move & more



**NOUVEAU**

**Disponible chez Amavita et Sun Store et auprès de pharmacies partenaires**

Informations:  
[www.swiss-alp-health.ch](http://www.swiss-alp-health.ch)

**Pharmacodes:**  
ExtraCellBeauty: 665 17 67  
ExtraCellMuscle: 668 85 00

Swiss Alp Health, 1092 Belmont-sur-Lausanne  
Tél: 021 711 33 11, [info@swiss-alp-health.ch](mailto:info@swiss-alp-health.ch)

Publicité

 Made in Switzerland  
[www.swiss-alp-health.ch](http://www.swiss-alp-health.ch)

# Acide hyaluronique, méso-laser, méso-fils, ou nano injections de graisse ?

**Rides** Rides et ridules peuvent être largement atténuées par différentes méthodes. L'arrivée des lasers a développé la mésothérapie, les dernières tendances vont vers les nano injections.

**U**tilisé largement en médecine esthétique depuis la fin des années 90, l'acide hyaluronique est une molécule naturellement présente dans le derme et l'épiderme. Injecté par aiguilles, en micro doses, sous la base des rides, le produit regonfle et retend la peau, corrigeant ainsi la profondeur des rides. Cette méthode, très utilisée depuis longtemps, fait partie des méthodes de mésothérapie. L'arrivée des lasers fractionnés a permis de passer à la méso sans aiguilles, qui donne à la peau un éclat particulier. Le médecin utilise le laser pour faire des micro trous dans la peau sur laquelle on fait entrer par massage l'acide hyaluronique, enrichi de différentes vitamines. Afin de fixer le tout, la zone traitée est ensuite exposée sous une lumière rouge. La séance doit être répétée 2 à 3 fois pour un bon résultat soit un éclat de la peau.

l'affaissement de la peau, dû au vieillissement. Insérés sous le derme avec une aiguille très fine, ils sont posés comme un maillage. Résorbables en quelque mois, ils poussent la peau à former plus de collagène par stimulation. Il existe toutes sortes de fils, dont certains sont crantés, d'autres non résorbables. Ils peuvent être une alternative à un lifting à la condition de commencer tôt.

## La graisse autologue

Adieu l'hyaluronique, bonjour la graisse. En l'occurrence préalablement prélevée sur le ventre de la personne, traitée pour devenir ultrafluide, elle est ensuite réinjectée pour combler les creux. Le système est surtout utilisé autour des lèvres et sur le front mais peut être utilisé sur le visage entier. Le résultat avec la graisse autologue est plus durable que l'acide hyaluronique.



Injecté par aiguilles, en micro doses, sous la base des rides, le produit regonfle et retend la peau.  
DR

## Les fils tenseurs

Ils sont destinés à lutter contre

Nina Brissot

## L'AVIS DE LA SPÉIALISTE

Dr. Véronique Emmenegger, Docteur en Médecine; spécialiste Lasers cutanés et Anti-âge; double qualification FMH en Dermatologie & Vénéréologie, Allergologie & Immunologie clinique. Co-fondatrice et Directrice Médicale de la Clinic Lémanic à Lausanne depuis près de 20 ans.

Pour un rajeunissement du visage harmonieux, naturel et sans chirurgie, je préconise souvent la méthode des fils régénérants résorbables de nouvelle génération. Cette technique permet un réel effet de rafraîchissement, liftant, et redonne tout son éclat au visage. Les fils, très fins, sont placés au niveau dermique dans les zones ciblées afin de réduire le relâchement cutané et remettre en tension les tissus.

On constate une amélioration surprenante de la qualité de la peau, l'ovale du visage est redessiné, raffermi

et les rides sont lissées. Le résultat est immédiatement visible et s'intensifie au cours des mois suivants. Dans le cas d'un repositionnement plus important des volumes du visage, nous proposons le concept des fils tenseurs Haute Couture qui apportent un effet lift spectaculaire et durable pour plusieurs années. Enfin la méthode du Lipofilling (injection de graisse autologue) est idéale surtout lorsqu'il convient de combler un manque de volume dans certaines zones du visage (comme les joues par exemple ou sous les paupières), adoucir des rides marquées et redonner une magnifique radiance à la peau. Dans ce cas, cette méthode s'utilise de plus en plus par micro-injections.



Le système est surtout utilisé autour des lèvres et sur le front mais peut être utilisé sur le visage entier.  
DR





**Trouver votre harmonie corps et esprit**

## Cours de Yoga

gainage musculaire profond • alignement  
assouplissement • respiration

**Pully**  
Académie de Danse  
Rue des Roches 1  
Lundi: 12h15 • 13h15  
Mercredi: 8h40 • 9h40

**Mont/Lausanne**  
Grande Salle  
Place du Petit Mont 2  
Lundi: 10h30 • 11h30

[www.ecole-orange.ch](http://www.ecole-orange.ch) • 079 394 46 00

## LE COEUR DE RAJEUNISSEMENT



Cure Détox      Régénérer  
Purifier      Mincir

IYASHI DÔME イヤシドーム

AV. DE LA GARE 12 | PULLY  
079 325 40 79 • e.delacombaz@bluewin.ch

[www.lipolift.ch](http://www.lipolift.ch)



**GRÂCE À NOTRE MéDECIN DE FAMILLE DELTA, NOUS FAISONS DES ÉCONOMIES !**

**RENDEZ-VOUS À PLANÈTE SANTÉ STAND 33**

**Pour une gestion de la santé plus intelligente**



**Delta**  
réseau de santé



[reseau-delta.ch](http://reseau-delta.ch)



**Wellness Me**  
Natural Spa • Montreux

Le froid de la cryothérapie corps entier, la chaleur des infrarouges longs et l'aquabiking pour lutter contre les douleurs articulaires, tendineuses et musculaires, **améliorer le bien être mental et physique.**



# Souriez vous êtes filmé

**Esthétique dentaire** Naturel façon Sophie Marceau, figé style Hillary Clinton, forcé genre Carole Bouquet ou éclatant comme un smiley, un sourire dit tout sur son état d'esprit. Mais plus encore lorsqu'il est particulièrement soigné. Comment faire?

Qui, s'exercer devant un miroir pour montrer son meilleur sourire peut être un bon moyen de commencer sa journée. Mais l'exercice a ses limites dès qu'il dépend de l'état de sa bouche. L'esquisse d'un sourire est déterminée par la ligne de la bouche qui dira s'il est sympathique ou narquois. Dès qu'il s'élargit, toute la bouche se dévoile. L'implantation des dents, leur alignement, leur teinte sont la carte de visite de votre état mental.

## Cosmétique dentaire

Soigner son sourire peut relever de la simple cosmétique avec une dentition éclatante qui rend le sourire lumineux. Dans ce cas, le plus simple consiste à blanchir les dents. Un geste qui se pratique dans les cabinets dentaires lorsqu'il nécessite l'utilisation d'un gel de peroxyde hydrogéné d'une concentration élevée en combinaison avec des lampes spéciales ou pour des dents dévitalisées. Une technique plus légère est le blanchiment fait à la maison à l'aide d'une gouttière préalablement adaptée par le dentiste en utilisant un gel de blanchiment moins concentré. Ceci implique une dentition saine et régulière.



Exemple de facettes céramiques non invasives.

ou éloignés les uns des autres et recouverts d'un pont qui dissimulera toute marque d'intervention. Il existe aujourd'hui des logiciels qui permettent de planifier son sourire. Après avoir tiré votre portrait, ils prennent en compte la forme du visage, l'implantation des dents, et comment elles pourraient être changées dans leur alignement ou être implantées, précisément pour rendre le sourire inoubliable.

## Esthétique dentaire

Optimiser son sourire, le rendre harmonieux passent parfois par des interventions esthétiques. Attention toutefois à ce qu'elles soient le moins invasives possible. Le choix de l'intervenant est alors primordial. Avant de changer son sourire, il faut évaluer avec son dentiste s'il ne vaut pas mieux faire recouvrir sa dentition par des facettes céramiques de moins d'un millimètre et remplacer les plombages ou autres interventions par la même céramique. Lorsqu'il y a dégradation, dévitalisation, perte d'une dent ou une implantation irrégulière,

ou, plus simplement, des dents écorchées, abîmées, ces recouvrements peuvent illuminer le sourire. Dans des cas plus difficiles, après un accident ou lors d'un déchaussement trop important de certaines dents, il reste le recours aux implants. Cette racine artificielle, une sorte de vis en titane ou zircone s'insère dans la région concernée. On y pose alors la dent manquante ou à éliminer à cause d'une pathologie importante. Biocompatible, elle ne présente pas de rejet ou alors très rarement. Plusieurs implants peuvent être posés selon l'indication, de manière proche

Nina Brissot

## L'AVIS DU PROFESSIONNEL

Installé à Lutry, le Dr. Milos Tomic, EMBA HSG, est Membre de la SSO (Société Suisse des Médecins-Dentistes) et ancien chef de clinique universitaire (département de prothèse fixe, amovible et biomatériaux).

### Harmoniser son sourire

Embellir ou harmoniser un sourire doit être un choix du patient qui ne doit en aucun cas se laisser «convaincre» par un professionnel ou autres amis. Cela demande une motivation personnelle.

Obtenir un beau sourire harmonieux – une esthétique dentaire – passe par deux étapes et un travail d'équipe entre le dentiste, le technicien dentaire et le patient. La première étape passe par une évaluation du nouveau sourire. Le futur résultat sera évalué avec le patient sans endommager ses dents grâce à une visualisation esthétique-fonctionnelle directe en bouche à l'aide d'une maquette («mock-up» – copies individuellement préparées). Les logiciels spécialisés sont une aide pour visualiser l'effet du changement de la forme, la couleur ou de la position des dents mais ils ne remplacent jamais l'essai avec le patient. Chaque personne est unique comme son sourire. Idéalement le patient part pour quelques heures, une soirée ou une journée avec ses maquettes en bouche pour se familiariser avec son nouveau sourire dans son environnement privé. La réévaluation le lendemain permet d'optimiser les détails de la nouvelle esthétique qui va guider plus précisément le traitement dentaire comme un plan d'architecte. Une documentation photographique

de la nouvelle esthétique dentaire va être donnée au patient.

Enfin, il faut prendre du temps et que le patient décide en toute connaissance de cause. Dans la deuxième phase, le traitement des dents et gencives va suivre exactement l'évaluation esthétique. Le dentiste et le technicien dentaire choisissent alors l'intervention la moins invasive pour réaliser la demande du patient. Les traitements non invasifs sont idéaux mais pas toujours réalisables (dépendant de la place minimale nécessaire pour la céramique). A la fin du traitement, il est important de vérifier que la nouvelle réhabilitation est parfaitement nettoyable par le patient. Ce traitement choisi par le patient ne doit jamais mettre sa santé en danger.

La cosmétique dentaire effectuée au cabinet dentaire par des professionnels permet d'éclaircir la couleur des dents par différentes techniques de blanchiment. Un acte sans danger pour la santé buccale et que le patient peut répéter après 6 à 18 mois pour garder un bon résultat. Attention toutefois aux produits de blanchiment achetés sur le marché gris ou par Internet, leur concentration est souvent trop faible pour obtenir satisfaction ou trop agressive et un abus peut irriter massivement gencives et dents. Je déconseille vivement d'utiliser ces produits.



# Remodeler son corps, une question d'harmonie

**En toute beauté** Sculpter sa silhouette pour mieux ressembler à son idéal est du domaine du possible. A la condition de ne pas attendre que l'irréparable soit installé au niveau des graisses. Un remodelage léger peut être obtenu par différents appareils sans intervention chirurgicale. Mais pour aller en profondeur, il faut alors faire appel à la chirurgie esthétique. Petit tour des possibles.

**L**orsque régimes et exercices laissent sur sa faim et que les machines minceurs servant à palper, rouler, infrarouge, radiofréquencer, tonifier et modeler ne donnent pas entière satisfaction, il devient évident de soumettre ses rondeurs ou ses creux à la chirurgie esthétique. Un domaine aux méthodes qui évoluent sans cesse mais restent plus ou moins invasives. Il est donc primordial de bien se renseigner sur les différentes possibilités et les qualités de l'intervenant pour une prise en charge harmonieuse.

Commençons par la plus demandée des interventions: la liposculpture, ou lipoaspiration ou liposuccion... le mot change, la méthode est la même. Elle consiste à éliminer en profondeur les graisses cumulées et localisées qui résistent à tous les régimes. Du double menton au tour des genoux, tout peut être aspiré, surtout ces graisses rebelles sur le ventre, la taille, le long du dos ou plus bas, les fameuses poignées d'amour qui deviennent parfois celles du désamour. Les affreuses culottes de cheval qui font hennir de déplaisir peuvent être déplacées pour de jolies rondeurs de popotin. Et ces graisses sournoises qui se collent le long des cuisses et des bras seront éliminées. Tout est possible mais la liposculpture n'est pas un traitement contre l'obésité. Inutile de prendre rendez-vous pour faire ensuite le tour des tables étoilées. Elle demande d'abord un régime puis une discipline. Réalisée sous anesthésie locale ou totale suivant les zones à traiter, elle est bien tolérée et efficace.

## Ah ce joli bourillon...

Le ventre plat tout le monde connaît. Ou alors il existe encore quelqu'un qui ne lit pas les magazines dans la salle d'attente du médecin. Entre poudre de Perlinpinpin et recettes de grandes-mères, les trucs et astuces du «speck must weg» sont légion. Mais les choses de la vie vont différemment. Entre la distension de la peau suite à une grossesse, les vergetures ou les couches de graisses cumulées au fil du temps sans oublier les lésions des muscles

reconstructions de seins, surtout si après une ablation due à un cancer, la patiente doit subir des rayons. Dans ce cas, il n'est pas rare que les prothèses durcissent sous l'effet des rayons et blessent de l'intérieur. Toutefois, les assurances sont encore très réticentes à rembourser ces opérations plus longues et coûteuses.

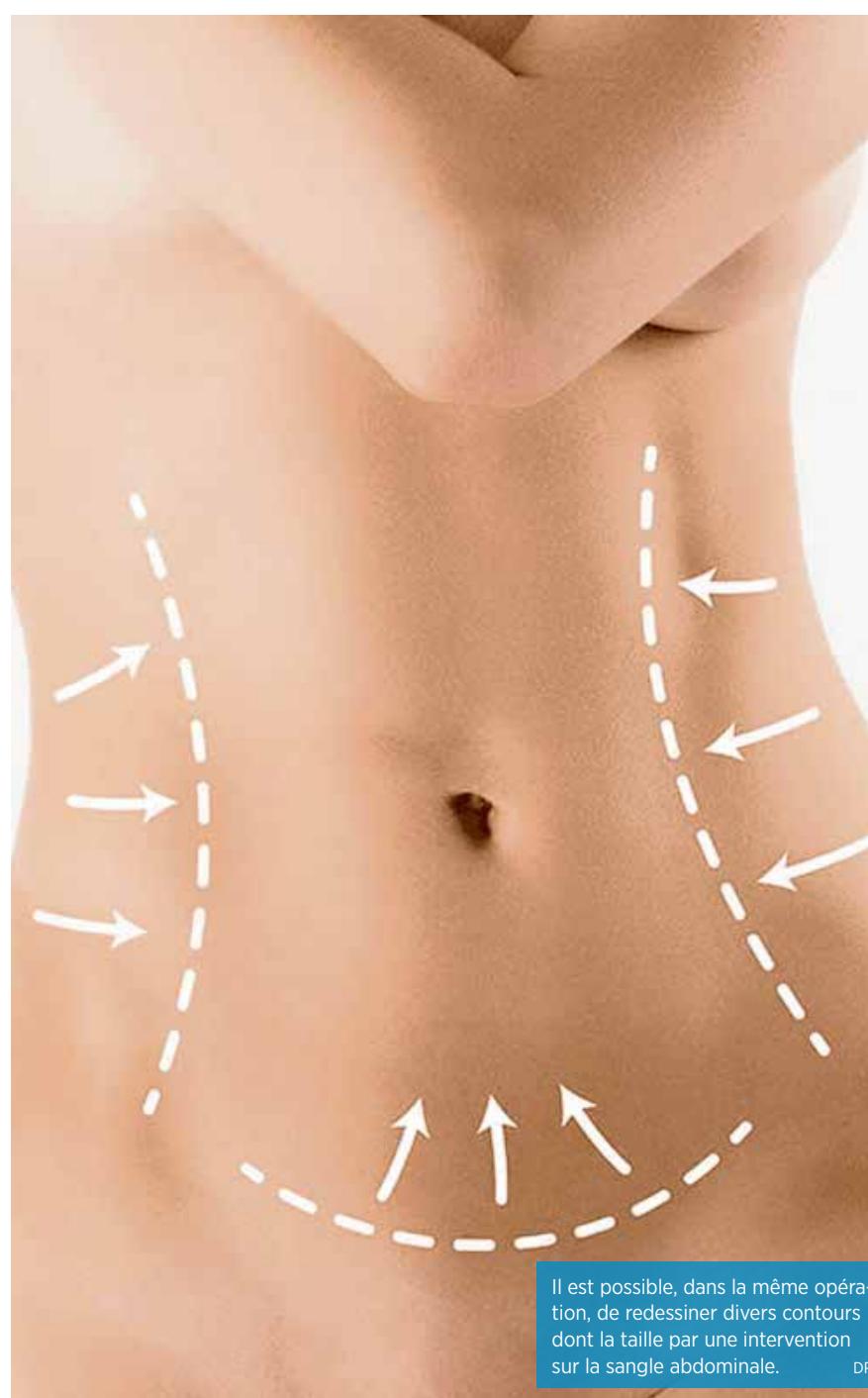
## Augmentation ou réduction mammaire

Les modes changent, les goûts aussi. Et si Jane Birkin ou avant elle Twiggy ont fait des émules pour les silhouettes style planche à repasser, les fans de Kim Kardashian ou Mariah Carey se voient plutôt prêtes à voir leurs hanches s'effacer devant un balcon qui fait attraction. La silicone fait des miracles, mais une intolérance aux prothèses peut provoquer des effets secondaires gênants. Les cicatrices sont aussi à considérer. Elles peuvent se situer autour de l'aréole, mais surtout dans le pli axillaire. Le choix de la forme du sein doit être bien déterminé avant l'opération qui se fait sous anesthésie complète et nécessite une hospitalisation de 24 heures. Quant à celles pour qui la nature a été trop généreuse, l'opération va changer leur vie et laissera une cicatrice, généralement en T sous le sein donc nullement gênante pour les décolletés. Parfois, un simple «lifting» mammaire suffit à redonner une meilleure allure à la silhouette générale. Le sein est alors tiré et galbé pour revenir à la place qui était la sienne avant qu'il ne commence à s'affaiblir.

La silhouette doit être harmonieuse et ne pas répondre à un fantasme de telle ou telle région du corps. M. Dutruit

## Remplir les creux

Le lipofilling est cette méthode qui permet de remplir les creux avec sa propre graisse, prélevée, centrifugée et réinjectée. Elle peut combler des rides profondes, remplir des joues creuses ou des fesses plates. La méthode commence à être utilisée pour des augmentations mammaires ou des



Il est possible, dans la même opération, de redessiner divers contours dont la taille par une intervention sur la sangle abdominale. DR

abdominaux, toutes les crèmes du monde, même en couches superposées ne vont jamais offrir l'effet d'une abdominoplastie. Il s'agit en résumé de retirer la peau lésée et de retendre ce qui reste de peau (notamment après

ou en même temps qu'une liposculpture) pour reformer un ventre ferme. Lorsqu'une aspiration des graisses y est associée, il est possible, dans la même opération, de redessiner divers contours dont la taille par une inter-

vention sur la sangle abdominale. Le tout se fait sous anesthésie complète et demande une à deux journées d'hospitalisation. La cicatrice est assez basse pour se trouver à l'intérieur du string. Et l'été suivant, la taille basse et la brassière sont à nouveau d'actualité, sauf si la mode a changé.

## Pas de drapeaux

L'élasticité de la peau varie beaucoup d'une personne à l'autre, de son âge, des sports qu'elle pratique ou pas. Mais il arrive un moment où lever le bras ressemble à faire le porte-drapeau. Surtout après un gros régime ou si le sport est abandonné. Il est possible de faire retirer toute cette peau pendant inutile, contre une jolie petite cicatrice tout le long de la face interne du bras. Si vous cicatrisez bien, pas de souci. Si non, il faudra continuer à porter des manches. Il s'agit là du lifting des bras qui se pratique également en anesthésie générale mais sans hospitalisation. La même opération, mais avec une cicatrice beaucoup plus discrète, peut se pratiquer pour retirer tout l'excédent de peau à l'intérieur des cuisses. L'ouverture peut alors se dissimuler dans le pli de l'aine et fait partie de l'intime. Ce lifting interne des cuisses nécessite une narcose totale et une nuit à l'hôpital. Enfin, ainsi transformée en Vénus, impossible de porter un legging sans avoir préalablement remis ses fesses en place. Pour remonter le popotin ou le remplir s'il est trop plat, des injections de sa propre graisse sont possibles comme dit plus haut. Pour un postérieur rebondissant, il est possible de faire recours à une augmentation glutéale, soit des prothèses qui sont glissées dans la partie charnue du muscle fessier, donnant ainsi un rebondissement spectaculaire. Evidemment,

il faut une anesthésie générale et deux jours de clinique. Sur le ventre. La cicatrice sera camouflée sous le pli des redondances, donc discrète.

## L'AVIS DU SPÉCIALISTE

Dr FMH, spécialiste de chirurgie esthétique et reconstructive, le Dr Mishal Brugger a été formé par le célèbre Dr. Ivo Pitanguy à Rio de Janeiro où il fut son assistant. Son but est avant tout la pratique d'une chirurgie dont les résultats sont naturels. Il opère au Centre de chirurgie plastique et reconstructrice de la Clinique de Montchoisi.

## En Suisse, nous pratiquons une médecine de plus en plus saine

C'est un fait, nous approchons aujourd'hui le concept d'esthétisme dans la culture, dans la société, dans les médias. Nous vivons l'Art sous toutes ses formes. Les codes esthétiques nous envahissent en permanence et les normes de beauté n'ont cessé d'évoluer au cours des derniers siècles. Lors du premier contact avec la patientèle, il est essentiel de comprendre les raisons fondamentales de sa venue au cabinet. Un dialogue de qualité doit clairement être établi pour ainsi cibler au mieux les attentes. La décision de passer sur une table d'opération ne doit pas être systématique ou excessive. Il m'est arrivé de refuser une demande d'intervention pour sauvegarder l'harmonie d'une silhouette. Surtout qu'aujourd'hui nous sommes équipés de machines performantes permettant parfois d'éviter la case «intervention».

## Les lois physiques

Il est important, aussi, de souligner les possibilités limitées des résultats d'une chirurgie. En effet, de nombreux facteurs influencent le regard que nous pouvons avoir sur notre propre image; justement par rapport aux codes infligés par la société. On ne va pas chez un chirurgien esthétique comme chez un coiffeur. Il est question, là, d'un corps, d'un visage, d'une ombre, d'une lumière, mais surtout de biologie et de médecine. Aussi, du parcours de la personne qui pousse la porte du cabinet et doit être considéré. Il est toujours délicat de mettre en garde une personne convaincue qu'une intervention chirurgicale changerait le cours de sa vie, que nous ne pouvons pas aller au-dessus des lois physiques, comme la gravité, la génétique... La chirurgie reconstructrice est un domaine particulièrement évolutif, avec des retours positifs sur des cas plus ou moins extrêmes.

En Suisse, nous pratiquons une médecine de plus en plus saine en comparaison de pays comme les Etats-Unis qui ont des standards de beauté très différents des nôtres. La clé secrète d'une réussite réside avant tout dans une écoute attentive et soignée de chaque demande. Ensuite il faut une équipe compétente et soudée tant au cabinet qu'à la clinique.



Nina Bressot

# La Clinique de La Source, un centre de référence dans la prise en charge pluridisciplinaire du mal de dos

**L**umbago, sciatalgie, hernie discale, sténose spinale, spondylolisthésis ou scoliose, le mal de dos peut prendre plusieurs formes et survenir à tout âge. En Suisse, les douleurs musculosquelettiques concernent près d'une personne sur deux. La Clinique de La Source a fait de la prise en charge pluridisciplinaire du mal de dos – avec ou sans chirurgie – l'une de ses spécialités phares. Son atout ? Ses médecins accrédités et spécialistes de la santé (rhumatologues, neurochirurgiens, radiologues, anesthésistes, physiothérapeutes, ergothérapeutes, diététiciens et psychologues) travaillent en réseau et en collaboration étroite avec le médecin traitant, maillon essentiel de la chaîne de soin.

C'est cette approche à la fois globale et personnalisée que La Source présente sur son stand lors de la seconde édition du Salon Planète Santé, du 24 au 27 novembre au SwissTech Convention Center de l'EPFL.

## PHYSIOTHÉRAPIE : COMMENT PRENDRE SOIN DE SON DOS

Nos physiothérapeutes vous attendent sur notre stand pour vous présenter le logiciel PodiaXP, un outil d'aide au diagnostic permettant d'affiner l'analyse posturale et d'objectiver l'évolution de la statique entre le début et la fin de la prise en charge. Ils sont également à votre disposition pour répondre à vos questions concernant les thérapies spécifiquement adaptées au mal de dos, qu'ils pratiquent en ambulatoire ou lors d'une hospitalisation, suite à une intervention chirurgicale : enseignement thérapeutique, hygiène posturale, thérapie manuelle, chaînes physiologiques selon Busquet, abdologie selon de Gasquet, mobilisation active et réentraînement musculaire, gainage, ou encore ostéopathie.

## LA RADIO DU DOS, VERSION 2.0 IMAGE EOS



L'Institut de radiologie de La Source est le plus grand centre privé d'imagerie médicale du canton. Il est le seul à être équipé du sys-

tème d'imagerie EOS® qui permet de réaliser des radiographies de l'ensemble du squelette en position debout, tout en réduisant drastiquement la dose d'irradiation reçue par le patient. Nos spécialistes en radiologie vous attendent pour vous montrer comment les images 3D reconstruites grâce à ce système permettent de mieux visualiser les problèmes posturaux et donc de définir avec précision quel est le traitement le plus approprié pour chaque patient. Ces deux services ambulatoires sont accessibles à tous les patients, quelle que soit leur assurance (avec ou sans complémentaire). Les tarifs pratiqués sont identiques à ceux des hôpitaux publics.

## O-ARM®, LE GPS DU NEUROCHIRURGIEN IMAGE O-ARM



Les neurochirurgiens de La Source disposent de technologies de pointe qui leur permettent de limiter l'impact post-opératoire d'une intervention en pratiquant une chirurgie la moins invasive possible. Parmi celles-ci, le système de navigation O-arm®, véritable GPS du chirurgien. Cet appareil permet d'acquérir des images en trois dimensions pendant le temps opératoire et de réaliser la partie la plus délicate de l'intervention sous guidage assisté par ordinateur. A l'occasion du Salon Planète Santé, la Clinique vous propose de tester cet outil radioscopique révolutionnaire le temps d'une intervention à haut risque sur la colonne vertébrale. A l'aide de l'O-arm®, vous pourrez apprendre à positionner une vis dans le pédicule vertébral, en vous frayant un passage à travers un tunnel osseux de quelques millimètres à peine !

## PLANÈTE SANTÉ LIVE

Du 24 au 27 novembre 2016

SwissTech Convention Center (EPFL)

Retrouvez-nous sur notre stand 88, niveau Garden

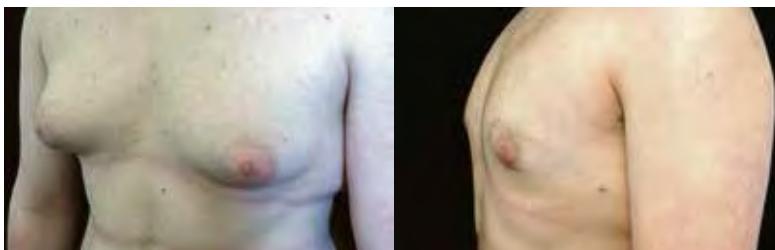
[www.lasource.ch](http://www.lasource.ch)

Clinique de  
**La Source**  
Lausanne



# Ces messieurs en veulent aussi

**Au masculin** L'haltérophilie est une forme de sculpture physique de longue haleine. Aujourd'hui, trois heures sur le billard et un mois plus tard les tablettes de chocolat sont là. Tout est possible. Se liposculpturer, se faire raboter le nez ou allonger le pénis. Reste à trouver le bon médecin.



La gynécomastie peut être due à un dérèglement hormonal à l'adolescence et elle est source de complexes importants.

**I**e soin de soi n'est plus, et depuis quelques décennies, le seul apanage des femmes. De plus en plus d'hommes ont recours aux services d'instituts pour des soins, des injections et de l'épilation. Ils vont voir les médecins et chirurgiens pour des raffermissements, des remodelages, des réductions mammaires, de la lipostructure visant à transformer leur bidon en tablettes de chocolat. Ils demandent aussi à changer de nez, à se faire planter des cheveux et à épaisser ou allonger le pénis. En Suisse, près de 10'000 opérations concernent des hommes selon une étude zurichoise menée par Acredis.

## Lipostructure

C'est très répandu en Californie et au Brésil où le culte du corps se célèbre dès le saut du lit. Ça arrive en France où certains médecins traitent une clientèle très show business. Ça commence à se développer du côté de la Limmat... voici pour ces messieurs la lipostructure ou liposculpture. Il s'agit de supprimer par lipospiration les graisses en excès et de gonfler les muscles de manière permanente. Enlever le mou au profit d'un look athlétique avec abdos en tablettes de chocolat et ceinture abdominale bien marquée. Les graisses autologues prélevées et traitées sont réinjectées afin de redessiner pectoraux, biceps ou abdomen. Les groupes de muscles sont séparés afin de bien dessiner un poitrail qui ferait craquer jusqu'à la Reine d'Angleterre, autant que James Bond. Au bout de trois heures, l'homme est transformé et dans le mois qui suit il

ressemble à un surfer au sortir d'une compétition. Il va de soi que l'Apollon ainsi sculpté ne pourra pas sortir torse nu s'il a des poches sous les yeux ou les oreilles décollées. Encore moins avec un double menton raté mais le 3e qui réussit. Il lui suffira alors d'augmenter un peu sa facture et remédier à tous ces empêcheurs de briller en beauté. Ces petites opérations sont des actes de routine pour de nombreux chirurgiens.

## Ciel mon pénis

Pour ceux qui ont un problème avec leur zizi, il existe aussi des solutions. Avec le vieillissement, un rétrécissement du pénis arrive. Il n'est pas toujours bien vécu. D'autres sont victimes de dysfonctionnement ostrogénique ou tout simplement d'un développement interrompu. Il est donc possible d'allonger ou d'épaissir un phallus, cela s'appelle la pénoplastie. L'allongement est le plus classique, la méthode consiste à sectionner le ligament suspenseur de la verge. De cette manière, les 20% de la verge qui se trouvent naturellement à l'intérieur du corps de l'homme sont libérés, permettant ainsi de libérer entre 2 et 4 centimètres. Ceux qui optent pour un élargissement du membre vont se le faire emballer de l'intérieur. Le médecin récupérera des tissus adipeux sur le ventre du patient pour les insérer sous la peau du pénis jusqu'à obtention de l'épaisseur désirée. Quant aux seins qui poussent chez ces messieurs, une solution existe aussi, elle s'appelle la gynécomastie.

Nina Brissot

## TROIS QUESTIONS AU SPÉCIALISTE

Médecin FMH en chirurgie esthétique, ancien chef de clinique des hôpitaux de Paris, ancien chef de clinique aux grands brûlés à l'Hôpital St-Antoine à Paris, le Dr. Stéphane Smarrito, qui œuvre à la RivieraClinic à Vevey, pratique l'ensemble des techniques de chirurgie esthétique. Il est un spécialiste reconnu de la chirurgie intime.

**Quelle est la demande en matière de chirurgie esthétique masculine et liposculpture ?**

Depuis 10 ans, je reçois en consultation autant d'hommes que de femmes. Je prends en charge de nombreux cas de gynécomasties (seins qui poussent chez l'homme), c'est une de mes spécialités. Je vois aussi de plus en plus de liposuctions, de chirurgies des paupières et de greffes de cheveux. Les hommes osent maintenant pousser spontanément la porte des cliniques de chirurgie esthétique, avant ils y étaient poussés par leur femme...».

**Qu'est-ce que la gynécomastie ?**

La gynécomastie peut être due à un dérèglement hormonal à l'adolescence et elle est source de complexes importants. L'opération est rapide, peu douloureuse et très efficace. Quant aux plaquettes, en Suisse, la réinjection de graisse pour gonfler les muscles après liposuction est rare. Je n'ai jamais eu de demande en 10 ans. La technique existe mais elle est lourde, avec une durée opératoire abusive à mon sens. En revanche, cette technique très en vogue en Amérique du Sud permet d'obtenir des résultats visuels impressionnantes. La population suisse est très prudente en chirurgie esthétique, très réfléchie et moins dans le culte évoqué du corps parfait. Aussi, les chirurgiens savent qu'embellir en restant naturel est une tendance helvétique.

**Vous êtes, au plan mondial, connu pour vos techniques de chirurgie intime féminine et pourtant vous n'opérez pas le pénis? Réticence ou vous n'êtes pas formé à cette chirurgie?**

3

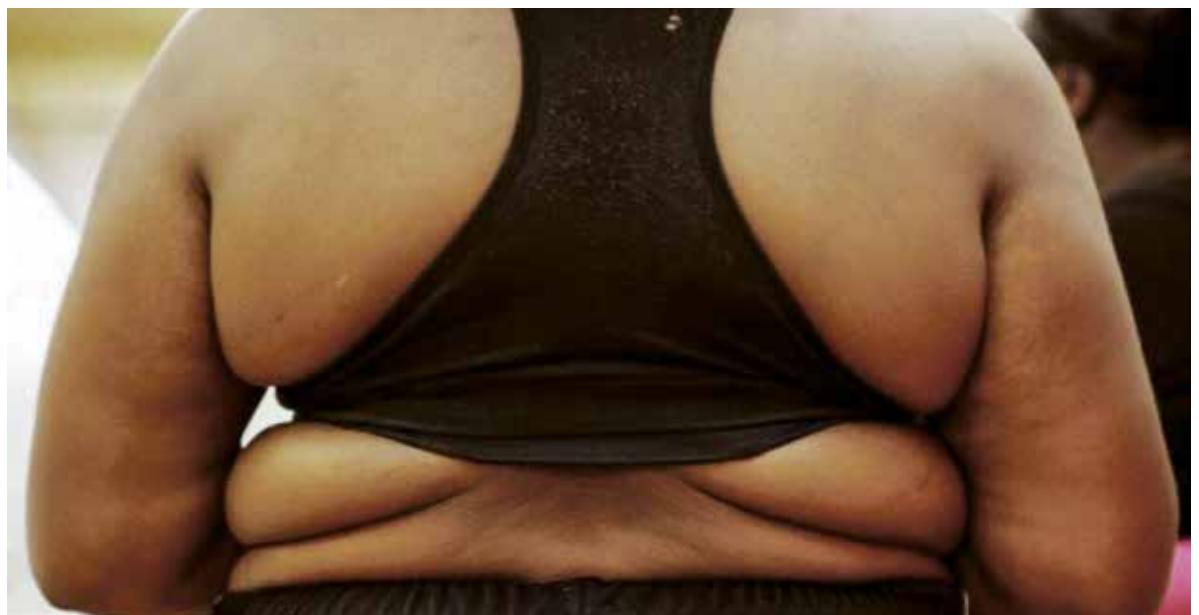
Je ne conseille pas la chirurgie d'allongement et d'augmentation du pénis. C'est une chirurgie dite de «syndrome du vestiaire» aboutissant à une amélioration visuelle mais en aucun cas une amélioration d'une performance mécanique. Je mets de côté les cas de malformation avec micro-pénis qui sont à traiter dès le plus jeune âge. A part l'aspect psychologique, qui est important j'en conviens, l'homme ayant un petit pénis ne souffre pas physiquement. Pour la femme c'est différent, j'ai inventé la nymphoplastie laser (réduction des petites lèvres) et le sex lifting (réduction des petites lèvres, remodelage des grandes et restauration du vagin) dans un but réparateur. Si 100% des femmes opérées trouvaient leur sexe inesthétique, elles ont surtout ressenti une gêne pour s'habiller (frottements) une difficulté à pratiquer certains sports et notamment des douleurs ou l'absence de plaisir lors des rapports. Tous ces points peuvent être améliorés.



DR

# | Le surpoids peut tuer

**Epidémie** Indépendamment de l'esthétique, le surpoids peut engendrer de graves conséquences pour la santé. Notamment lorsqu'il est lié au diabète qui, mal géré, peut tuer.



Le risque d'infarctus peut doubler en cas de surpoids.

DR

**M**ais pourquoi donc les choses sont-elles si mal réparties? Nous sommes environ 6 milliards sur cette planète dont la moitié souffre de sous-alimentation et l'autre traîne ses kilos en trop pour tenter de ne pas devenir complètement obèse. Oui, la moitié du monde grossit. Drastiquement. Pour différentes raisons, mais il faut dire les choses, l'obésité est devenue la première maladie non infectieuse sur le plan mondial. C'est donc une épidémie. Liée à certaines autres pathologies comme le diabète ou des insuffisances cardio-vasculaires, elle peut s'avérer fatale.

## Obésité et diabète

L'obésité a, le plus souvent, des sources génétiques, mais aussi dues à des dérèglements hormonaux ou glandulaires. Surtout, l'obésité est une conséquence de la malbouffe par l'ingurgitation de hautes teneurs en graisse et une sédentarité «galopante». Un déséquilibre se crée alors entre les calories englouties qui s'entassent et celles dilapidées en petit nombre.

Les couches de graisse s'amassent en profondeur et, pour les déloger, les diètes et les privations doivent être draconiennes, générant souvent une frustration totale.

Parallèlement, une autre épidémie rampante gagne le monde, celle du diabète de type 2. Or, ces deux pandémies s'aiment d'un amour fusionnel. Sur le plan mondial, 90% des personnes atteintes d'un diabète 2 le deviennent après une prise de poids et les trois quarts des patients diabétiques sont obèses selon une étude menée au CHU de Strasbourg. Le patient génétiquement prédisposé va fortement réagir à un déséquilibre alimentaire lié à un gain de poids. Il présentera une insulinorésistance, soit une résistance progressive à l'action de l'insuline, l'hormone qui réduit le sucre dans le sang. Il ne s'en apercevra pas car les choses se font insidieusement, à son insu, forçant le corps à produire de plus en plus d'insuline jusqu'à ce qu'il ne soit plus capable de suivre. Apparaîtra alors le diabète. Le mode d'alimentation gras et sucré, la sédentarisation, la fonte des muscles et le stress font partie des causes de l'insulinorésistance et nous retrouvons ici l'alimentation et la sédentarité qui sont deux causes profondes et communes à l'obésité et au diabète. Or, le diabète

mal géré peut s'avérer mortel.

## Sournoise l'obésité

Si l'obésité flirte assidument avec le diabète, elle ne lui a pas juré fidélité. Elle aime également batifoler avec l'hypertension artérielle, surtout sur les moins de 40 ans. Elle ne dédaigne pas non plus les troubles cardio-vasculaires. Le risque d'infarctus est augmenté de 1,5 en cas de surpoids, évalué entre 10 et 30 %, et de 2 si le surpoids est supérieur. En cas d'obésité massive, un risque d'insuffisance cardiaque congestive est alors réel. Le dépôt de plaques graisseuses le long des artères est souvent la cause d'accidents trombo-emboliques comme les angines de poitrine, d'infarctus du myocarde ou une nécrose des zones non irriguées. Il a également été constaté une plus grande fréquence des AVC (accidents vasculaires cérébraux) et des troubles veineux chez les obèses que chez les maigres. Enfin, la mort subite guette aussi les obèses. Non, on ne va pas vous parler de la bière qui porte ce nom. Mais de celle que les pompes funèbres utiliseront en cas de pareille issue fatale.

Nina Brissot

# Les mains sont les outils par lesquels s'exprime votre esprit

**Coup de jeune** Un corps svelte, un visage radieux et des mains de fer mais sans le gant de velours. Au secours. Taches, creux, boudins, veines trop apparentes, les mains livrent des secrets cachés. Comment les museler?

Elles peuvent voler comme des papillons ou se poser lourdement. Elles peuvent se décharner ou se boudiner. Surtout, au fil du temps, elles vont capter les heures du temps et les porter sur leur dos. Les mains sont comme ça. Elles n'en font qu'à leur tête. Elles sont complexes, savent frapper comme caresser, saisir comme abandonner... Elles sont parfois capricieuses, avec quelques douleurs autour des 27 os qui la composent, mais avant tout, elles sont indispensables et demandent à être soignées. Lorsque les signes sont bien là et que les crèmes et soins particuliers n'arrivent pas à bout de ces taches brunes et sillons sur les mains, il reste à les faire traiter par un médecin spécialisé dans l'anti-âge. Diverses solutions seront alors proposées suivant l'état de la peau.

## Revitaliser

Si l'on dit piqûre, le mot fait peur on proposera donc un mésolift. Il s'agit d'injections d'acide hyaluronique et de vitamines qui permettent de repulper la peau, de l'hydrater et booster le dos de vos mains. Le plasma riche en plaquettes contenant des facteurs de croissance pour revitaliser les cellules cutanées peut aussi être choisi comme autre technique. Les deux sont utilisées après application d'une crème anesthésiante.

## Uniformiser

Quant aux taches brunes, en principe elle se fondent sous le passage d'un rayon laser après quelques séances qui peut uniformiser la couleur de la peau.

## Combler

Comme le visage, les mains peuvent se décharner. Il est possible alors de leur redonner du volume par des injections d'acide hyaluronique comme dit plus haut, mais aussi par un lipofilling, fait avec sa propre



Les taches de vieillesse qui s'installent sur les mains peuvent être gommées par différents traitements.

DR

grasse infiltrée comme une couche adipeuse sous cutanée pour repulper de manière naturelle le dos de la main. Cette greffe dite adipocytaire se fait exclusivement en sous cutané sans toucher les veines.

## Peler

Mais si, en plus des taches, la peau des mains a épaissi, que les bagues «coincident», augmentant l'effet boudin, un peeling peut s'avérer une autre solution. Il enlève les rugosités, les

peaux mortes, les taches mais, depuis l'avènement des lasers, il se pratique de moins en moins.

Nina Brissot

## L'AVIS DE LA SPÉCIALISTE

Spécialiste en médecine esthétique et lasers, la doctoresse Violette Parzin Gribinski est installée au Centre Entourage à Lausanne. Elle est Dr en médecine de la faculté de médecine de Paris, est titulaire du diplôme européen des lasers médicaux et fait partie du comité de la Société suisse de médecine esthétique (SSME).

### Les mains ont été longtemps oubliées

Le vieillissement des mains est lié à une diminution de l'élasticité de la peau, apparition des taches et varicosités et perte de la graisse sous cutanée.

Les mains ont été longtemps oubliées par les patients car les soins étaient focalisés sur le visage, cou et décolleté mais récemment la tendance s'inverse.

Malgré un visage bien entretenu, les mains peuvent trahir son âge! On peut pratiquer les mêmes types de soins sur le visage, le cou, le décolleté et les mains. La combinaison de plusieurs techniques permet d'améliorer les résultats. Par exemple, le traitement des taches sur le dos de la main suivi d'un remplitrage avec acide hyaluronique permettent un rajeunissement global et durable.

Si une simple hydratation ou revitalisation est nécessaire, des injections de plasma riche en plaquettes avec ou sans acide hyaluronique suffisent. Ce type de traitement est aussi adressé aux personnes qui souffrent d'une sécheresse cutanée, la peau qui tire surtout pendant l'hiver malgré les traitements cosmétiques.

N'oublions pas que les rides ainsi que les taches sont provoquées par l'exposition aux rayons du soleil. Pour pouvoir les prévenir, il faut appliquer une protection solaire sur les mains au même titre que sur le visage. Préserver la beauté des mains est essentiel car elles sont de formidables outils surtout de communication.



DR

# Alors là, c'est le pied !



Le squelette tout entier est affecté par les talons mais les problèmes commencent au niveau du pied

DR

publicité

**Remodelage** On rabote l'oignon, on raccourci certains orteils, on regonfle le dessus du pied ou on place un coussinet de graisse sous la plante du pied.

**M**ême les frères Grimm n'y ont pas pensé. Leur Cendrillon avait juste une chaussure un peu grande puisqu'elle l'a perdue dans sa course contre la montre. Aujourd'hui, c'est l'inverse. On rabote où l'on peut pour faire entrer son pied dans le Stiletto sans lequel aucune féminité n'existe.... On va jusqu'à raccourcir les orteils pour qu'ils s'insèrent au mieux dans la pointe. Mais attention, à consommer avec modération, on ne peut faire une opération par paire d'escarpins! Cette mode court actuellement aux USA. Mais c'est bien connu, tout ce qui se fait à Hollywood est demandé en Europe quelques années plus tard. Sous nos latitudes, l'opération la plus courante relève d'abord de l'orthopédie. Il s'agit du très disgracieux Hallux valgus. Cette opération consiste à procéder à l'ablation ou au limage de l'oignon inesthétique qui se forme, sous la poussée de l'os, à hauteur de la racine du gros orteil.

Nombre de femmes en sont atteintes et à un certain stade, ce n'est plus de la chirurgie esthétique mais bien orthopédique. Mais si l'on en profite pour affiner le pied, nous revenons à de la plastique artistique.

**Repulper**  
Comme pour les mains, des pieds décharnés peuvent être soignés par injection d'acide hyaluronique ou de nouveau par sa propre graisse prélevée dans des coussinets indésirables. Mais il y a mieux encore. D'être juchée sur des hauteurs vertigineuses peut, et c'est normal, faire mal au point d'appui. Et les semelles de gel que l'on glisse dans les chaussures jouent sur la pointure. Solution? Un coussinet de sa propre graisse sous la plante du pied, un petit lipofilling et la chose est dans la poche. Enfin, sous le pied.

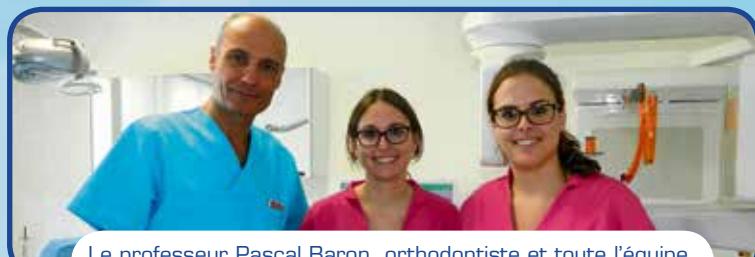
## Orteils trop longs

C'est trop long? On coupe! On ne va tout de même pas se laisser freiner par un orteil quand on veut s'acheter des Louboutin! L'opération peut enlever jusqu'à plus d'un cm d'orteil. La chose se passe sous anesthésie locale. On ouvre, on retire un petit bout dos à l'intérieur du doigt de pied, on pose une petite prothèse pour écarter les orteils les uns des autres et on referme en retirant la peau en trop. Il faut environ un mois à l'os restant pour se consolider et on attend que les cicatrices se referment en portant des chaussures spéciales. Il faut les mériter ses Louboutin!

Nina Brissot

## Ouverture à Pully

d'un nouveau Centre Orthodent spécialisé en orthodontie



Le professeur Pascal Baron, orthodontiste et toute l'équipe du centre de Pully sont à votre service et se réjouissent de vous accueillir.

Orthodent traite uniquement les cas d'orthodontie :

- Traitement pour enfants et adultes
- Orthodontie linguale et invisible



021 948 86 86

Orthodent  
Avenue de Lavaux 35  
1009 Pully

Le centre est situé en face du Collège Arnold-Reymond

**Orthodent +\***  
Les spécialistes de l'orthodontie

[www.ortho-dent.ch](http://www.ortho-dent.ch)



Cours obligatoire  
pour permis de conduire

**SUPER PROMO**  
**CHF 99.-\***

## Les premiers secours à la portée de TOUS !

Chacun de nous peut être un jour confronté à un accident d'un proche ou d'un collègue.

## Nous pouvons

## LEUR SAUVER LA VIE !

Comment se former aux gestes de 1<sup>er</sup> secours ?

Plusieurs fois par mois, nous organisons dans notre salle de théorie à Pully, un cours de premiers secours destiné aux futurs élèves conducteurs et également à toutes les personnes qui souhaitent se former aux premiers secours.

Réservez vos places dès à présent !

### Prochaines dates :

- Ve 25 et sa 26 nov. 2016
- Ve 13 et sa 14 jan. 2017
- Ve 9 et sa 10 déc. 2016
- Ve 27 et sa 28 jan. 2017

\* + CHF 20.- pour obtention de l'attestation officielle. Offre valable jusqu'au 31 mars 2017.

AUTO MOTO ECOLE  
**LAVAUX** //  
021 311 62 62

T 076 379 10 01  
contact@auto-ecole-lavaux.ch  
[www.auto-ecole-lavaux.ch](http://www.auto-ecole-lavaux.ch)

# Ivo Pitanguy, pape de la chirurgie esthétique



Ivo Pitanguy sur son île à Angra dos Reis avec ses perroquets. DR



Ivo et sa fille Gisela, grande skieuse sur les pentes helvétiques.

DR

**Hommage** Il nous a quittés le 6 août, un jour après avoir porté la flamme olympique aux jeux de Rio. Le mondialement connu chirurgien esthétique des stars et des pauvres avait des liens très étroits avec la Suisse, où il résidait toutes les années, à Gstaad et auparavant à Montana. Il avait 93 ans.

**C**omment parler de chirurgie esthétique sans mentionner l'un des créateurs de la discipline? Dans cet univers, le nom de Pitanguy est aussi connu que celui de Fangio en course automobile ou Pelé au football. Pionnier en la matière, il a démocratisé la chirurgie esthétique et inventé de nombreuses techniques. Surtout, Ivo Pitanguy a formé des centaines de jeunes chirurgiens tout au long de sa longue carrière. Beaucoup de Suisses, pays qu'il affectionnait particulièrement, il possède un chalet à Gstaad où lui et sa famille passent plusieurs semaines chaque année.

#### Des stars et des pauvres

Avec sa réputation mondiale, ses techniques innovantes et sa clinique ultra moderne à Rio, Ivo Pitanguy a été sollicité par de nombreuses stars du cinéma européen et américain. Il a gardé

pour lui les noms de la plupart d'entre elles, secret obligé, mais a tout de même lâché, en 2009, avoir opéré un jeune français qui se disait peu satisfait de son visage. Il découvrira plus tard qu'il s'agissait du truand Albert Spaggiari qui s'offrait une nouvelle identité. Mais le chirurgien avait grand cœur et très nombreuses sont les personnes qu'il a soignées en chirurgie réparatrice ou pour des brûlures à l'hôpital Santa Casa da Misericordia à Rio un centre pour brûlés. Ivo Pitanguy est l'auteur de plus de 1'800 publications, se déclinant en livres, préfaces, conférences et articles scientifiques. Les dernières années, il n'opérait plus mais recevait les patients pour la «magic touch». Son œil aguerri savait immédiatement quel traitement et quelle technique indiquer à ses médecins. Adulé par des quantités de personnes, il recevait souvent des petits cadeaux de remerciements. Tellement qu'il a

installé dans sa clinique à Rio une salle en sous-sol qu'il surnommait «Musée des horreurs» où s'entassaient toutes sortes d'objets touchants et inutiles, allant de l'œuvre bouteille à une peluche d'un St-Bernard triste.

#### Une île écologique

Ivo Pitanguy a acheté au large d'Angra dos Reis, sur la route entre Rio et Paraty, une île très verte comme il en existe beaucoup là-bas. Au départ, il y avait au sommet une courte piste d'atterrisseage pour un avion racheté à l'armée suisse. Mais pour des questions écologiques, l'avion sera abandonné au profit d'un hélicoptère. Il y a évidemment une arrivée par la mer. Seul habitant de l'île, avec sa famille et son staff, tout est organisé pour y vivre en autarcie. De nombreux animaux peuplent l'île, poules, lapins, petits singes, de magnifiques oiseaux, tapirs et des bassins de poissons dont un immense mérou que

Pitanguy appelait son copain. Las, il a pris le large lors des inondations de 2010. Ivo Pitanguy tenait à ce qu'on le dise, son île est écologique et le chemin qui conduit à son sommet est jonché d'une flore protégée.

#### Travailleur infatigable

Ivo Pitanguy ne savait pas s'arrêter. Son cœur lui a donné quelques alertes. Il a plusieurs fois dû être hospitalisé, mais rien ne le freinait. Toujours prêt à recevoir des amis, à donner des conférences, des conseils, il a même porté la flamme olympique de son fauteuil roulant la veille de sa mort. Homme d'exception, il avait un sens de l'humour qu'il pratiquait magnifiquement en français. De lui, il restera un nom à jamais associé à la chirurgie esthétique qui lui doit beaucoup.

Nina Brissot

# À chaque style de vie, sa solution.

## Invisible !

La lentille de contact pour votre oreille



## Sans pile, rechargez-le !

Ne changez plus vos piles



sans pile

**PHONAK** Lyric

ReSound LiNX<sup>2</sup>



iSolate nanotech™

## Résistant à l'eau !

Vivez sans limite!

 membre de  
**acoustique suisse**  
...nous vous comprenons.

**auditionplus**  
Grand'rue 4  
1009 PULLY

## Qualité sonore unique !

Connecté avec le monde!



Made for  
iPod iPhone iPad

**Echallens Vision**  
place des Petites Roches 3  
1040 ECHALLENS

**Pharmacie Arc-en-Ciel**  
Centre Coop - Route de Lausanne  
1610 ORON-LA-VILLE



**021 728 98 01**