

«Chauve qui peut», je perds mes cheveux!

CALVITIE Ils sont l'un des témoins visibles de notre état de santé et de nos caractéristiques héréditaires. Voici comment démêler les causes de leur chute.

PAR ANNE.DEVAUX@LACOTE.CH

Tout changement notable dans la densité et l'aspect de notre chevelure devrait nous alerter. Lorsqu'elle n'est pas héréditaire, prévisible et inexorable, trop souvent, une perte de cheveux est associée seulement à un état de fatigue et de stress. Parfois à raison, mais peut-être aussi à tort. Le cycle pilaire, autrement dit «vie et mort du cheveu», se décompose en trois phases: la croissance pendant un à sept ans avec une moyenne de trois ans; le repos pendant deux à trois mois qui correspond à un cheveu mort mais encore accroché; et l'expulsion d'un coup de brosse.

Les origines de l'alopecie

La cause héréditaire la plus commune de la calvitie est l'alopecie androgénétique. Irréversible, elle touche les hommes et moins souvent les femmes. Dans leur cas, cela se manifeste par une chevelure clairsemée qui se dégrade en calvitie partielle après la ménopause. «Un facteur prédisposant d'ordre génétique peut se cumuler avec une cause externe et provoquer une chute très rapide», observe le Dr Philipp Spring, président du groupement des dermatologues au sein de la Société vaudoise de médecine.

Une forte fièvre, la prise de certains médicaments, une maladie, un dérangement hormo-

nal, une carence en fer, une alimentation déséquilibrée, le tabagisme, le stress ou une émotion forte sont autant de raisons de perdre sa tignasse. Le spécialiste déplore le temps d'attente souvent trop long entre le constat d'une chevelure qui se dégrade, avec d'autres signes, notamment au niveau de la peau et des ongles, et le moment où les personnes décident de consulter un médecin.



Le follicule reste intact pendant plusieurs années, on peut donc stimuler la repousse en agissant rapidement.»

PHILIPP SPRING
DERMATOLOGUE

Il ne s'agit pas seulement d'esthétique mais de santé et pas uniquement de dermatologie mais de médecine interne. «Même en cas de perte de cheveux, le follicule reste intact pendant plusieurs années, on peut donc stimuler la repousse à condition d'agir rapidement», rassure Philipp Spring.

Les traitements de la repousse

Concernant les traitements efficaces, le dermatologue est très



Coiffeur à Morges, Thomas Munoz porte une prothèse pour masquer sa calvitie. SIGFREDO HARO

clair: il n'en existe actuellement que deux pour les hommes et un seul pour les femmes. Il s'agit du finastéride, médicament antiandrogène réservé aux hommes et interdit pour les femmes non ménopausées pour des questions hormonales. «Ce médicament a été objet de polémique, notamment accusé de provoquer un syndrome de dépression et de diminuer la libido. Cependant, il s'agit d'une infime minorité au regard du nombre de

personnes qui l'utilisent», précise le dermatologue. Pour les femmes et les hommes, il est possible d'agir localement avec un spray à base de minoxidil qui ne stoppe pas la chute mais agit uniquement sur la repousse des cheveux. Dans tous les cas, il faut accepter de prendre ces traitements à vie avec un suivi médical annuel.

Attention aux amalgames

La Toile apporte pléthore de réponses et de conseils pour évi-

ter la chute de notre toison qui présentent une relation de cause à effet entre l'état du cuir chevelu et la perte des cheveux.

Or, cette crainte n'est pas justifiée, affirme la Dre Florence Pasche, dermatologue à la Clinique de Genolier. L'eczéma séborrhéique est un phénomène commun, causé essentiellement par le stress et parfois le climat, précise-t-elle.

Des produits capillaires peuvent provoquer un eczéma d'origine allergique. Dans tous les cas les symptômes se manifestent par une sécheresse, des rougeurs et des démangeaisons du cuir chevelu. L'eczéma est soigné par des traitements locaux anti-inflammatoires et si allergie il y a, l'arrêt du contact avec le produit responsable. «A moins de souffrir d'un eczéma chronique qui peut altérer faiblement la densité capillaire dans la zone concernée, il ne faut pas relier systématiquement la chute de cheveux avec les démangeaisons du cuir chevelu et surtout ne pas oublier d'investiguer les autres causes», explique la spécialiste.



LA CHRONIQUE SEXO D'ANNE DEVAUX

La science de l'amour

Le proverbe populaire «qui se ressemble s'assemble», appliqué à la formation des couples, se traduit par «empreinte sexuelle positive» dans le langage des chercheurs ethno-sociosociologues. Le principe est simple: schématiquement, les femmes tendent à choisir des partenaires qui présentent des similitudes physiques avec leur père, et les hommes sont souvent attirés par des femmes qui ressemblent un peu à leur mère.

Le modèle est d'autant plus reproductible si la relation durant l'enfance avec le parent concerné a été positive. Donc, «La Belle et le Clochard» serait peut-être une histoire de belle rebelle émancipée? Waouh! Pas si vite, en suivant le raisonnement de la sexologue Laurence Dispaux, il faut d'abord répondre à la question: quelle est la fonction de Clochard dans la vie de Belle, un choix passager pour le fun ou sérieux pour la vie? Si c'est juste pour jouer à la bête à deux dos, toutes les fantaisies sont permises.

L'amour pour la vie, avec ou sans enfant, s'inscrit dans une projection beaucoup plus délirante. Qui a envie de sauter dans le vide sans parachute? D'où l'importance de la qualité de la toile du parachute. «Nous possédons les armes pour affronter ce que nous connaissons, pas forcément celles pour être heureux, donc nous cherchons un code familial, physique et psychique, ce qui explique aussi les mauvais choix», observe Laurence Dispaux, au Centre de sexologie et couple de La Côte.

Cette «loyauté invisible», selon son expression, à l'éducation reçue et au groupe familial, pèse sur nos choix, que ce soit pour s'y conformer ou la rejeter. Mais dans un cas comme dans l'autre le bonheur n'est pas garanti. Et pourtant, nous sautons quand même. Parce qu'il existe un code plus fort que tous les autres et qui ne se questionne pas: celui de l'attraction sexuelle.

Si nous ajoutons la cécité de l'amour qui nous blinde momentanément, passer la bague au doigt ne semble pas si vertigineux.

Après, entre surprises de la vie et illusions perdues, l'empreinte sexuelle positive ou négative a le temps de s'estomper.

«C'est dur de vivre la calvitie dans le milieu de l'apparence»

Thomas Munoz, la trentaine, de beaux cheveux blonds, est coiffeur chez Franck Provost, à Morges. Il porte une prothèse capillaire si naturelle qu'il est impossible de deviner qu'il cache un crâne à moitié chauve en raison d'une calvitie héréditaire. Mais lorsque l'été arrive et que le mercure monte, plus question de prothèse, le coiffeur se rase le crâne et porte fièrement la boule à zéro. Faire le deuil de ses cheveux n'a pas été facile, même s'il en plaisait gaiement: «J'avais le cheveu fin et raide et, franchement, il ne méritait pas de rester sur ma tête.» La chute de ses cheveux, dont les effets étaient déjà bien visibles à l'âge de

25 ans, n'a rien eu de spectaculaire. Mais Thomas en souffre toujours: «Comme coiffeur je travaille entouré de miroirs et j'aime les têtes chevelues, c'est dur de vivre la calvitie dans le milieu de l'apparence.»

A 27 ans, le coiffeur a vraiment l'impression de prendre un coup de vieux: «Surtout quand les réseaux sociaux renvoient l'image de l'homme idéal qui a des cheveux drus et des tablettes de chocolat, je n'avais rien de tout cela.» Une cure antichute de trois mois à base d'aminexil a ralenti le phénomène sans le stopper. Puis, il est passé au spray au minoxidil, très efficace. Cependant, l'idée du traite-

ment à vie l'a dérangé, sans compter que cela coûte cher, environ 600 euros de produit par an. Alors il a stoppé le traitement: «Le résultat a été encore beaucoup plus douloureux à constater, je me suis rasé le crâne, au moins je ne voyais plus la chute ni les trous dans les cheveux, c'était radical mais je me suis senti plus léger.»

Un an plus tard, il a découvert les prothèses capillaires. Il a immédiatement eu le déclic et en a acheté plusieurs. Une fois fixée sur son crâne, la prothèse peut y rester trois semaines. «Je suis quand même davantage moi-même avec des cheveux, même si ce ne sont pas les miens!»

LA LIGNIÈRE
Centre Médical
& Thérapeutique

L'Unité Rachis de La Lignière vous à son premier symposium
**LE 29 OCTOBRE
DE 17H30 À 21H00**

LOMBALGIE CHRONIQUE :
MIEUX COMPRENDRE POUR MIEUX TRAITER

Inscription par mail:
evenement@la-ligniere.ch

Centre Médical & Thérapeutique,
La Lignière 5, 1196 Gland



AU PROGRAMME

- «La lombalgie chronique, de Maïmonides à la tractographie», Dr Pierre De Goumoëns
- «Lombalgies chroniques : entre croyance et réalité», Dr Stéphane Genevay
- «Lombalgie chronique les clés d'une prise en charge efficace», Dr Ionut Dobrescu
- «Les liens bi-directionnels entre la douleur et le sommeil», Dr José Haba-Rubio
- «La place de la chirurgie dans les troubles dégénératifs lombaires», Dr Jérémie Brodard

ÉVÈNEMENT DESTINÉ AUX MÉDECINS ET PERSONNEL DE SANTÉ

Les normes sanitaires et distances sociales seront respectées. **Port du masque obligatoire.**