

La peau : un organe vital qui requiert la vigilance de chacun et l'expertise du dermatologue

La peau est l'enveloppe du corps ; elle est en continuité avec les muqueuses recouvrant les cavités naturelles de l'organisme. C'est le plus gros organe de l'être humain (surface de l'ordre de 2m² chez un adulte et poids de 4kg environ pour une personne de 70kg).

De la protection à la perception

La peau remplit des fonctions essentielles pour la santé, elle mérite donc protection, vigilance et soins appropriés.

Elle forme une barrière contre les agressions extérieures, comme les microbes, les virus, les allergènes, et lutte contre leurs effets néfastes.

Elle aide à la régulation de la température du corps (sudation, par exemple, lors des efforts physiques).

Elle protège de l'environnement : soleil, vent, froid, sécheresse, pollution atmosphérique.

Elle est l'organe de perception et d'alerte face au danger : environnement, température, agression extérieure (douleur).

Elle est le reflet de la santé physique et mentale : stress et malnutrition et autres affections internes peuvent ainsi se traduire par des troubles cutanés et donner l'alerte.

Elle est l'organe de relation et la parure.

La peau est aussi un organe qui joue un rôle dans le système immunitaire. Les phanères (poils et ongles) et de nombreuses glandes exocrines lui sont annexés.

Une structure complexe composée de trois couches

l'épiderme : il s'agit de la mince couche superficielle qui protège les couches plus profondes ainsi que les organes. L'épiderme est lui-même composé de plusieurs couches, dont la plus profonde, appelée couche basale, repose sur le derme. L'épiderme est donc principalement constitué de cellules basales (ou cellules pavimenteuses).

C'est dans les couches profondes que se trouvent les cellules du système immunitaire. En outre, les cellules pigmentaires ou mélanocytes se trouvent également dans la couche profonde de l'épiderme. Sous l'effet des rayons ultraviolets, les mélanocytes donnent naissance à la pigmentation brune de la peau. Lorsque la peau bronze, ces pigments diffusent dans les autres cellules de l'épiderme.

Le derme : Il s'agit de la couche intermédiaire, beaucoup plus épaisse, formée entre autres de collagène et de fibres élastiques ; on y trouve notamment des glandes sudorales et sudoripares, des follicules pileux associés à des glandes sébacées, des vaisseaux sanguins et lymphatiques et des terminaisons nerveuses. L'hypoderme ou tissu conjonctif sous-cutané sert principalement de tissu de soutien et se compose essentiellement de tissu graisseux.

l'hypoderme : ou tissu conjonctif sous-cutané sert principalement de tissu de soutien et se compose essentiellement de tissu graisseux.

Soleil et agressions environnementales, ennemis de la peau.

L'essentiel de la prévention consiste à protéger la peau des agressions de l'environnement et très notamment de l'exposition au soleil.

Outre les précautions d'usage, chacun doit prendre l'habitude d'observer sa peau (voir fiche Règle ABCDE), de détecter toute modification cutanée et de consulter régulièrement un dermatologue, le spécialiste habilité à diagnostiquer et à traiter une maladie de peau, de la plus bénigne à la plus redoutable qu'est le cancer.

Si le soleil participe à notre bien-être, une exposition inconsidérée augmente le risque de cancers cutanés ; les expositions pendant l'enfance sont extrêmement dangereuses, la peau des enfants étant plus fine que celle des adultes et leur système pigmentaire immature, leur sensibilité aux rayonnements UV est plus grande. Les surexpositions solaires pendant l'enfance font souvent le lit du mélanome à l'âge adulte.

Savoir prendre en compte les risques génétiques

Les antécédents familiaux de mélanome constituent un facteur de risque important. **Ce risque est multiplié par 2 ou 3 si un parent de premier degré a eu un mélanome.**

Le type de peau et la présence de nombreux grains de beauté justifient également des précautions particulières.

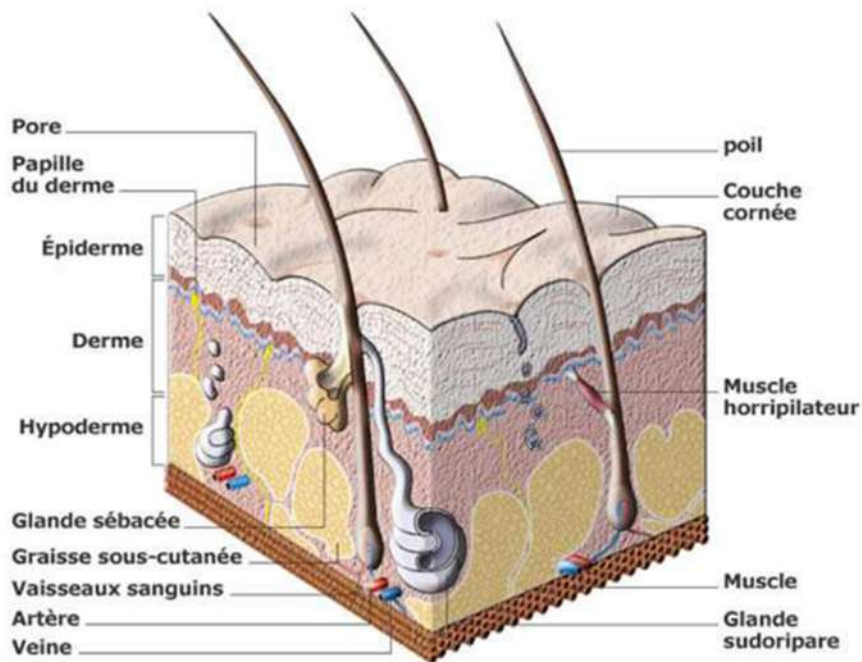
Les sujets à peau claire ont davantage de risques de cancer cutané lors de l'exposition au soleil, compte tenu de leur absence relative de pigmentation. Il ne faut pas en déduire qu'une peau foncée n'est pas sensible aux effets nocifs du rayonnement UV, même si elle comprend plus de pigments protecteurs.

Il est important de connaître son type de peau (phototype) pour mieux adapter les mesures indispensables de prévention du risque solaire. Le phototype permet de classer les types de peau en fonction de leur sensibilité aux rayons ultraviolets.

Phototype I	Phototype II	Phototype III	Phototype IV	Phototype V	Phototype VI
La peau est très blanche, les cheveux roux ou blonds, les yeux bleus / verts. Les taches de rousseur sont fréquentes.	La peau est claire, les cheveux blonds / roux à châtain, les yeux clairs à bruns. Des taches de rousseur peuvent apparaître.	La peau est intermédiaire, les cheveux sont châtain à bruns et les yeux bruns.	La peau est mate, les cheveux bruns / noirs, les yeux bruns / noirs.	La peau est brune, les cheveux et les yeux sont noirs.	La peau est noire, les cheveux et les yeux sont noirs.
Les coups de soleil sont systématiques, la peau rougit toujours mais ne bronze jamais.	Les coups de soleil sont fréquents et la peau bronze à peine ou très lentement.	Les coups de soleil sont occasionnels. La peau bronze graduellement.	La peau bronze rapidement, avec des coups de soleil occasionnels lors d'expositions intenses.	La peau bronze beaucoup. Les coups de soleil sont rares.	Les coups de soleil sont très exceptionnels.

La présence de nombreux grains de beauté sur le corps est un facteur de risque important (*la présence de 50 grains de beauté de plus de 2 mm multiplie le risque par 4 ou 5, de même que la présence de grains de beauté de taille supérieure à 4 ou 5 mm*). Le mélanome ne se développe pas toujours à partir d'un grain de beauté préexistant, mais peut survenir en n'importe quel endroit du revêtement cutané.

Il existe des mélanomes qui ne sont pas noirs ou bruns, mais couleur chair (mélanome achromique), ce sont les plus agressifs, leur diagnostic est souvent tardif car ils sont difficiles à identifier.



Coupe de la peau