

---

## LA CRYOTHÉRAPIE POUR LA PEAU ?

Je fais de l'eczéma. Est-ce que la cryothérapie peut aider à lutter contre les problèmes de peau ?

Régine, Guyane

### Stéphanie Guitton, infirmière dans un institut de cryothérapie

Le traitement par cryothérapie corps entier (CCE) s'intègre aux autres thérapies mises en œuvre autour des problèmes de peau, que ce soit le suivi psychologique et/ou médicamenteux. La CCE intervient donc dans un cadre programmé et établi en corrélation avec l'équipe médicale. Elle permet de traiter l'inflammation chronique de la peau et d'agir sur les symptômes comme les démangeaisons, par exemple. C'est un outil complémentaire très intéressant. Le froid a une action anti-inflammatoire et antalgique. Il suspend la

réponse nerveuse au niveau cutané et permet un assèchement des lésions. Lors des séances, le patient est placé d'abord 30 sec à - 60 °C pour assécher la peau et 3 min à - 110 °C. On peut agir pendant les poussées mais aussi dans les intervalles à titre prophylactique. Dès la première semaine, les effets sont notables. L'effet thérapeutique s'étend sur plusieurs mois. On recommande, avant la CCE, de stopper progressivement l'utilisation des crèmes topiques (les corticoïdes notamment) pour éviter le risque de brûlures.