

Les appareils à Usage Domestique (Home Use Devices = HUD)

Dernière mise à jour le 23 mai 2023

Aujourd'hui on peut acheter librement dans les magasins d'électroménager ou sur internet des appareils à base d'énergie à usage domestique utilisables dans de nombreux domaines de la dermatologie esthétique et médicale : nettoyage de la peau, épilation, repousse des cheveux, rajeunissement, blanchiment dentaire, acné active, psoriasis, eczéma, vitiligo... Il faut noter que l'appareil à usage domestique le plus vendu actuellement est une sorte de brosse électrique ronde permettant d'éliminer un peu la couche cornée afin d'appliquer des cosmétiques qui agiront plus efficacement. Il existe en projet des appareils pour mesurer certains paramètres biologiques afin d'établir un diagnostic, mesurer l'efficacité des traitements, améliorer le bien-être, la cellulite et obtenir une désinfection cutanée.

Le principe de fonctionnement de ces appareils essaye de reprendre celui qui est utilisé pour les appareils médicaux avec des machines puissantes et onéreuses mais dont l'efficacité n'est plus à prouver. Il existe une pléthore d'appareils sur le marché de l'esthétique et il est difficile pour le consommateur de savoir lequel est le plus efficace. Il faut quand même lui expliquer que ces appareils n'ont pas du tout la même efficacité que celle des appareils utilisés par les médecins.

Les appareils épilatoires :

Ce sont ceux qui provoquent le plus de questions des consommateurs auprès des dermatologues concernant leur efficacité car leur prix reste très attractif. En effet les prix varient de 300€ environ jusqu'à plus de 1000€ en sachant que l'appareil le plus cher donne de meilleurs résultats que les autres. Il n'est pas concevable d'acheter un appareil moins cher que cette fourchette si on veut avoir un semblant de résultat. On a besoin d'un minimum de puissance lumineuse pour atteindre le poil et ce n'est pas une lampe de poche ni un flash d'appareil photo qui pourront atteindre cet objectif. Dans cette panoplie d'appareil on ne trouve que 2 vrais lasers (à 810 nm) mais ils émettent un spot de seulement 1mm de diamètre pour conserver une certaine puissance (le travail sera donc très très long et ne s'adresse qu'à de petites zones). Les autres appareils sont des lampes pulsées (IPL) qui n'ont pas toutes la même puissance ni le même spectre d'émission lumineuse ce qui va influencer leur efficacité. Par ailleurs leur surface de travail diffère d'une machine à l'autre et si on veut épiler de grandes surfaces il faudra privilégier celle qui émet le spot le plus grand.

Ces appareils sont-ils efficaces ? oui à court terme pour beaucoup, oui à moyen terme pour quelques appareils seulement mais il ne faut pas attendre le même résultat à long terme qu'avec les appareils utilisés par les dermatologues à leur cabinet.

Ces appareils sont-ils sûrs ? oui, car les industriels ont beaucoup travaillé l'aspect sécuritaire surtout avec les nouvelles normes (en 2014 et 2016) qui ont encore évoluées dans le bon sens. La nouvelle réglementation 2017/74 est entrée en vigueur le 26/5/2021. Tous ces appareils sont dorénavant classés « dispositifs médicaux » et doivent donc afficher un C.E. médical et non plus un C.E. électrique. Cela veut dire qu'on doit prouver une efficacité médicale pour arborer ce C.E. médical. En 2022 un seul appareil épilatoire HUD le fait car il a prouvé son efficacité dans une étude en double aveugle (épilation des aisselles). Donc tout nouvel appareil arrivant sur le marché doit chercher à obtenir ce C.E. médical et pour ceux qui sont déjà commercialisés ils auront 2 ans pour le faire. On va sans doute voir disparaître certains dispositifs farfelus.

Quel appareil acheter ? : Il faut questionner votre dermatologue et ne pas hésiter à lui montrer le dépliant publicitaire ou technique de l'appareil que vous envisagez d'acquérir. Les dermatologues ne sont pas hostiles à ces appareils car ils peuvent être utilisés en complément des séances pratiquées au cabinet. Par exemple pour l'épilation du visage, lorsque le profil hormonal de la patiente nécessite un nombre élevé de séances d'entretien.

Les appareils anti acné :

Ici on ne trouve pour l'instant que des appareils à base de L.E.D. (diodes électro luminescentes) censés avoir une action anti-inflammatoire et anti bactérienne spécifique vis à vis du germe classiquement incriminé dans l'acné. Disons tout de suite que ça reste théorique et qu'aucune étude sérieuse n'a montré une efficacité de ces HUD dans l'acné. Les dermatologues sont habitués à prendre en charge l'acné sous toutes ses formes avec des thérapeutiques qui ont largement prouvé leur efficacité et prises en charge par nos assurances sociales, aussi il ne faut pas hésiter à nous consulter.

Il faut tout de même dire qu'un masque facial proposé par une très grande marque cosmétique a été retiré du marché à cause du risque oculaire potentiel.

Il faut aussi savoir que l'Académie Américaine de Dermatologie ne recommande pas ce genre de technique en raison du manque d'efficacité clinique prouvée.

Attention aussi à l'utilisation de la lumière bleue qui aurait tendance à aggraver un mélasma (masque de grossesse)

Les appareils anti-âges :

Ici nous avons tout un panel d'HUD très disparates mais tout le monde revendique des résultats rarement prouvés scientifiquement. Dans la série d'appareils assez farfelus, on en trouve qui assurent une action électromagnétique sur la peau, d'autres à base de LED bien faibles, d'autres encore qui émettent de la radio fréquence tellement faible qu'elle ne risque pas de pénétrer dans la peau et il existe aussi des rollers qui n'agissent qu'au niveau de la couche cornée mais qui sont vendus avec des cosmétiques qui sont censés pénétrer par les petites perforations cutanées créées. Il existe tout de même quelques petits lasers fractionnés non ablatifs qui ont fait l'objet de publications bien documentées mais on ne sait pas si leur effet anti-ride est seulement la conséquence d'un petit œdème qui disparaîtra avec le temps. Donc pas de miracle ici, c'est un peu comme ces crèmes anti-rides qui nous promettent des effets miraculeux.

Les appareils pour la repousse des cheveux :

Il existe quelques études sur les bénéfices d'appareils (casques, peignes...) à base de LED rouges avec efficacité sur la repousse des cheveux lors d'alopécies de cause

variable. Ces études ne sont pas irréprochables, de petite envergure, non compétitives, souvent commanditées par les fabricants de ces appareils et sont insuffisantes pour rentrer dans le cadre de « la médecine basée sur des preuves ». La plupart des résultats viennent d'études « in vitro » et ne sont pas forcément transposables à la réalité clinique humaine. A savoir aussi qu'il existe d'autres traitements efficaces contre l'alopecie masculine et féminine que votre dermatologue vous prescrira en toute sécurité.

Autres appareils :

On trouve des appareils anti-cellulite qui reproduisent en miniature ceux qu'on trouve chez les kinésithérapeutes et basés sur le principe du « palper rouler »

Pour le psoriasis on aura le choix entre 2 types d'appareils qui émettent une lumière bleue. Une émet des U.V. donc avec toutes les restrictions liées à ces U.V. (vieillessement et cancers de peau) et l'autre, une LED émet une lumière bleue dénuée de tout U.V. Ces appareils sont destinés à améliorer une ou deux plaques rebelles de psoriasis mais ne sont pas indiqués pour traiter un psoriasis diffus.

Cette liste n'est pas exhaustive et risque de s'allonger dans un futur proche avec notamment la prise en charge de l'eczéma atopique, du vitiligo...

En résumé il ne faudra pas confondre un discours commercial et un discours scientifique fondé sur des preuves avec publication dans des revues scientifiques sérieuses. Nous essaierons de tenir cette rubrique à jour...

Cette fiche d'information recommandée par la Société Française des Lasers en Dermatologie peut vous être remise par votre dermatologue.