

Santé

Les croûtes de la fontanelle chez les bébés

Cadette ONDO EYI
Libreville/Gabon

Peau de bébé ? Pas si douce que ça ! A preuve, toutes ces croûtes. Pas de panique, seul ou avec un peu d'aide, le problème est vite résolu.

PLUS connue sous l'appellation de croûtes de la fontanelle ou de lait, la dermatite séborrhéique est l'apparition des croûtes sur la fontanelle due à plusieurs facteurs. Certaines glandes sur certaines parties du corps produisent un produit gras : le sébum. Lorsque ce produit est en grande quantité, cela cause des croûtes. Mais, lorsque ce sébum est associé au champignon Malassezia, il occasionne des croûtes épaisses.

«Cela peut concerner le cuir chevelu, en partie ou en totalité. Cela peut aussi descendre au niveau du visage, surtout des sourcils, au bord du nez, au niveau des plis comme le cou, au niveau des

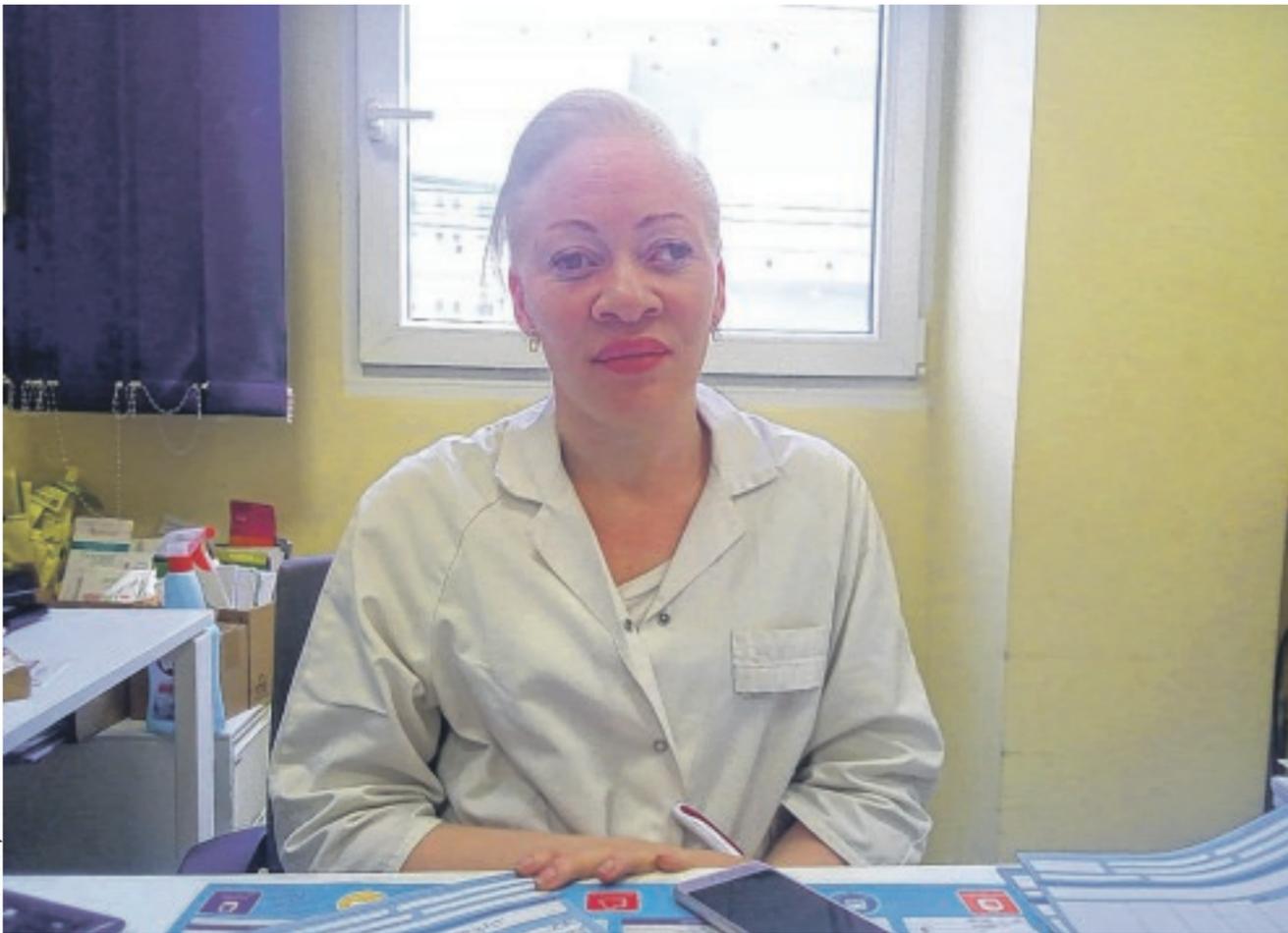


Photo : COE/L'Union

Pour le Dr Stéphanie Ntsame Ngoua, il faut bien rincer les cheveux de bébé.

fesses et des aisselles. Lorsque c'est grave, cela peut apparaître sur tout le corps», explique Dr Stéphanie Ntsame Ngoua, dermatologue au Centre hospitalo-universitaire de Libreville (Chul). Rassurez-vous, ce n'est pas une maladie grave. Elle apparaît à la deuxième semaine de vie et peut disparaître spontanément, vers l'âge de 6 mois, 1 an, et même à l'âge adulte. Chez certains enfants, ces croûtes peuvent prendre plus de temps pour disparaître.

« Ce n'est pas très difficile à faire partir, poursuit la dermatologue. Il ne faut pas les gratter parce que, parfois, cela blesse les bébés. Il existe des produits, des sham-

poings que vous pouvez appliquer: Vous versez du shampooings dessus et vous attendez une quinzaine de minutes avant de rincer. Il y a aussi des shampooings antimycosiques appropriés et des crèmes anti-inflammatoires que l'on peut frotter dessus pour les faire partir. Mais lorsqu'il n'y en a pas beaucoup, on peut juste mettre la vaseline ou la crème des cheveux sur la tête du bébé. Vous attendez une heure ou deux et vous lui faites un shampoing en grattant doucement avec un peigne approprié. Au bout d'un moment, ces croûtes vont tomber», conseille le médecin. Et de préciser que lorsqu'il y en a beaucoup, il faut se faire consulter par

un médecin qui prescrira des produits appropriés pour les traiter. En outre, ajoute la dermatologue, même lorsque c'est traité, ces croûtes peuvent revenir. Mais à un moment donné, cela va s'arrêter. Ce n'est rien d'inquiétant. Comme moyen de prévention pour éviter à bébé d'être victime de ces croûtes, il faut bien laver sa tête. Évitez qu'il y ait un reste de shampoing ou du savon utilisé pour la toilette de bébé. « Il faut aussi éviter de mettre trop de savon sur la tête de bébé, parce que lorsque c'est mal rincé, c'est un facteur favorisant pour ces croûtes de lait», conclut le Dr Ntsame.



Photo : DR

La dermatite séborrhéique est très gênante pour la personne qui en souffre.

Astuces

Comment booster sa féminité ?

Qui ne s'est jamais sentie jalouse en apprenant l'âge réelle d'une femme à qui on aurait facilement donné 10 ans de plus que celui de son acte de naissance ? On pense souvent chirurgie, santé, beauté... Et si la mode avait aussi son mot à dire pour aider les femmes à garder une allure juvénile ? Des sous-vêtements cachés aux pièces les plus visibles, des vestes aux accessoires, la mode est un allié du quotidien pour aider les femmes à se sentir bien dans leur peau. Et, on le sait, une femme à l'aise dans ses baskets est une femme qui illumine. Depuis quand les jupes courtes devraient être déconseillées sous prétexte qu'on n'a plus l'âge ? Si vos jambes sont encore sveltes et votre peau ferme, allez-y ! Et même à 50 ans. Idem pour tout ce qu'on étiquette un peu trop rapidement "junior" : les couleurs trop flashys, les slims, le lurex, les accessoires, les baskets... Bien dosé, ce sont justement eux qui permettent de gagner quelques années. Oubliez les interdits et osez la fantaisie.

Astuces pour soigner les rougeurs

Le nez et les pommettes sont rouges et on n'aime pas cela du tout ! La raison ? Elle est souvent génétique. Ces rougeurs sont dues à un dysfonctionnement de la veine principale du visage, qui entraîne une dilatation des capillaires. Ce sont les signes de la rosacée, une affection dermatologique. Quelle solution ? Certaines huiles végétales sont plus cicatrisantes que d'autres, comme l'huile de carotte riche en vitamine A. Le soir, on en applique une ou deux gouttes avant la crème de nuit.

Les nutriments nécessaires à une belle peau, de beaux ongles et des cheveux en bonne santé

Pour mener la grande vie, votre peau, vos ongles et vos cheveux ont besoin de collagène, de kératine et d'élastine. C'est la raison pour laquelle nous vous conseillons de miser sur le soufre, élément essentiel à la synthèse de ces protéines. Vous pouvez également ajouter du zinc, de la vitamine C et du cuivre afin d'apporter à votre peau, vos ongles et vos cheveux, résistance et élasticité.

Coin cuisine

Ragoût d'agneau mauritanien



Photo : DR

C'est une recette proche du tajine marocain, sans pour autant avoir recours à des épices ou arômes. Ici, l'oignon et le vinaigre donneront un goût mi-sucré, mi-acidulé et conserveront un bon goût pour les amateurs de viande d'agneau.

Ingrédients

- Deux kilo de collier ou jarret d'agneau
- Cinq oignons moyens
- Un kilo de pommes de terre pelées et coupées en gros cubes
- Trois feuilles de laurier
- Dix centilitres de vinaigre de vin
- Cinq centilitres d'huile d'arachide
- Sel
- Poivre.

Préparation

Pelez et coupez les oignons en lamelles, puis faites-les blanchir avec l'huile dans une marmite de huit litres de contenance. Ajoutez le vinaigre et la viande. Faites-la revenir avec les oignons, salez et poivrez. Remuez le tout et recouvrez d'eau bouillante, couvrez et laissez cuire à feu moyen. Au bout d'une heure, ajoutez les pommes de terre pelées et coupées en gros cubes. La sauce s'épaissira. Goûtez pour le sel, car les pommes de terre ont tendance à rabaisser le goût de sel.

Enfin, servez très chaud.

Bon appétit.

Proposé par G.R.M

Rassemblées par G.R.M