



SOUHAITEZ-VOUS UNE CICATRICE  
MOINS VISIBLE ?

Commencez à en prendre soin dès aujourd'hui

**S.C.A.R.S PROTOCOL**  
Scientific Control to Avoid Random Scarring

---

**URGO**  
SURGICAL



## LA CICATRISATION, VOUS AVEZ UN RÔLE À JOUER

La cicatrisation est un processus complexe. Même avant l'opération, **certains facteurs peuvent faire la différence sur votre cicatrice** car ils affectent les processus biologiques qui contrôlent le résultat final.

La science nous a permis de mieux comprendre les facteurs qui influent sur le processus de cicatrisation. Chez Urgo Surgical, nous aidons les chirurgiens à obtenir de meilleurs résultats et grâce à ce protocole nous pouvons directement agir sur votre processus cicatriciel. Faites confiance à votre spécialiste et à Urgo Surgical pour obtenir la meilleure cicatrice.

Nous avons basé ce protocole sur plus de 300 études scientifiques\* en lien avec le processus de guérison. Nous vous aiderons ainsi à obtenir un résultat optimal avec quelques étapes simples à suivre avant, pendant et après l'opération.

Avant de commencer, il est important d'évaluer votre profil de cicatrisation. Pour le découvrir, répondez au questionnaire avec le QR code ci-dessous.

Avant de suivre ce protocole, informez votre spécialiste si vous prenez régulièrement des médicaments ou souffrez d'une altération métabolique ou vasculaire.

## VOUS SOUHAITEZ CONNAITRE VOTRE PROFIL CICATRICIEL ?



Quel que soit votre résultat au questionnaire, il y a toujours une probabilité que votre cicatrice ne soit pas comme vous le souhaiteriez. Par conséquent, nous vous recommandons de toujours suivre le protocole suivant pour obtenir une meilleure cicatrice.

\* 300 études obtenues dans la base de données des publications scientifiques PubMed publiées au cours des 5 dernières années relatives aux cicatrices post-chirurgicales, à la cicatrisation et aux soins des cicatrices. Les études ont été analysées et filtrées, obtenant les recommandations récurrentes avec le plus de preuves dans toutes. Pour plus d'informations sur les références scientifiques, veuillez consulter votre spécialiste.

# AVANT L'OPÉRATION

Lorsque les actions suivantes sont effectuées avant l'opération, elles permettent une meilleure préparation de votre peau pour l'intervention ainsi qu'une récupération optimale.

## 4 SEMAINES AVANT L'OPÉRATION



### ARRÊTEZ DE FUMER

La nicotine, le monoxyde de carbone ou le cyanure d'hydrogène présents dans la fumée de tabac ont **un impact négatif sur la capacité de guérison**. Les fumeurs réguliers ont besoin de plus de soins pour obtenir une cicatrice de qualité.



### FAIRE DE L'EXERCICE RÉGULIÈREMENT

L'exercice régulier (une fois par jour) aide à réguler le métabolisme et à contrôler la réponse immunitaire. Pour les non-sportifs, l'un des meilleurs exercices avant une opération est simplement de marcher. Cela aide à prévenir l'inflammation et stimule le système lymphatique.



### MAINTENIR UN SOMMEIL RÉGULIER ET DE QUALITÉ

Un sommeil de qualité, avec des horaires réguliers aide le système immunitaire à fonctionner de manière plus précise et proportionnée, en évitant d'entretenir un processus inflammatoire exagéré.

## 3 SEMAINES AVANT L'OPÉRATION



### GARDEZ VOTRE PEAU NOURRIE ET HYDRATÉE

Une crème riche en acides gras essentiels et en vitamine E est idéale pour préparer et nourrir votre peau avant une opération et améliorer les cicatrices. Appliquez-la sur la peau de la zone souhaitée et massez jusqu'à absorption deux fois par jour.



### MASSER LA ZONE OPÉRÉE

Un massage circulaire et "ferme" sur la zone lors de l'application de la crème aide à augmenter la **micro-vascularisation** de la zone pour la garder mieux nourrie et mieux oxygénée, **aidant à obtenir de meilleures cicatrices**.



## SE RELAXER

Il est important de maintenir un niveau de stress et d'anxiété bas pour une bonne guérison. Ceux-ci augmentent la réponse inflammatoire. Effectuez quotidiennement des exercices de relaxation (respiration ou attention), idéalement avant de vous endormir.



## MAINTENIR UNE ALIMENTATION RICHE EN NUTRIMENTS

Un bon équilibre des nutriments peut vous aider à obtenir une meilleure cicatrice. **Recommandations alimentaires pour une cicatrisation optimale:**

NUTRIMENTS	UNE RATION MINIMUM PAR JOUR DE	ACTION
VITAMINE A	<b>Epinard</b> En accompagnement : <b>Carottes</b> Assaisonnement : <b>Persil</b> <b>Viande rouge</b> (en particulier du foie de bœuf)	Aide à contrôler la phase inflammatoire, améliore l'épithélialisation et est un antioxydant
VITAMINE C	Assaisonnement : <b>Persil</b> <b>Jus d'orange, Kiwi</b> En accompagnement : <b>Poivron rouge</b>	Contrôle la réponse immunitaire et la synthèse de collagène et d'élastine dans la peau, est un antioxydant
ZINC	<b>Viande rouge</b> (en particulier du foie de bœuf) <b>Noisettes et amandes,</b> <b>Fruits de mer</b> (Huitres), <b>Oeufs</b> (en particulier le jaune d'oeuf)	Il est nécessaire car il participe aux processus cellulaires associés à la cicatrisation.
GLUCOSAMINE	<b>Crevettes ou crabe,</b> <b>Saucisses</b> En accompagnement : <b>Champignons</b> <b>Maitake</b>	Basique pour la formation de nouveaux tissus et pour que les cellules produisent de l'acide hyaluronique
PROTEINE	<b>Viande rouge ou blanche,</b> <b>Morue ou Saumon, Pistaches,</b> <b>Légumes</b> (en particulier les pois chiche)	Accélère les cicatrices et prévient les complications au cours du processus.

## 2 SEMAINES AVANT L'OPÉRATION



### EVITER L'ALCOOL

L'alcool peut affecter le processus de guérison. À partir de 2 semaines avant l'opération, **il est recommandé de ne pas consommer d'alcool en quantités supérieures à un verre de vin ou une bière quotidienne.**



### EVITER L'EXPOSITION AUX RAYONS UV

**Les rayons UV nuisent à votre peau et affectent le processus** de cicatrisation, augmentant l'état inflammatoire de la peau et sa déshydratation. Au soleil, utilisez un FPS 40 ou supérieur dans la zone de l'opération.

# PENDANT L'OPÉRATION

Il existe des traitements qui, appliqués lors de l'intervention par votre chirurgien, permettent d'obtenir la meilleure cicatrice.

Votre chirurgien se soucie de votre cicatrice et prendra toutes les mesures nécessaires pendant l'opération pour obtenir le meilleur résultat. Votre spécialiste utilisera la meilleure technique chirurgicale, ainsi que le type de suture optimal pour éviter les tensions superficielles et obtenir la meilleure cicatrice possible.

De plus, votre chirurgien bénéficie du traitement UrgoTouch®. Un système laser qui, lorsqu'il est appliqué pendant l'intervention, améliore les cicatrices en réduisant le volume, la surface et la rugosité, résultant toujours en une cicatrice moins volumineuse et par conséquent moins visible (Technologie laser scientifiquement prouvé<sup>1, 2, 3</sup>). **Demandez à votre chirurgien comment obtenir le traitement UrgoTouch® pour obtenir la meilleure cicatrice possible.**



Après l'opération, nous recommandons l'utilisation d'un pansement qui n'adhère pas à la plaie ou aux points de suture. C'est important pour éviter de trop étirer la peau et les points de suture. Consultez votre chirurgien sur le meilleur pansement pour une cicatrisation indolore, sûr et confortable.

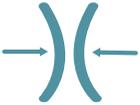
1. Casanova A. et al. A 1-Year Follow-Up of Post-operative Scars After the Use of a 1210-nm Laser-Assisted Skin Healing (LASH) Technology: A Randomized Controlled Trial. *Aesthetic Plast Surg.* 2017 Aug;41(4):938-948. 2. Capon A. et al. Scar prevention using Laser-Assisted Skin Healing (LASH) in plastic surgery. *Aesthetic Plast Surg.* 2010 Aug;34(4): 438-46. 3. Capon A. et al. Laser-assisted skin healing (LASH) in hypertrophic scar revision. *J Cosmet Laser Ther.* 2009 Dec;11(4): 220-3.

\*URGOTOUCH, système laser: traitement des cicatrices chirurgicales, en vue d'améliorer le résultat cicatriciel. Pièce à main (laser 1210nm), Bandelette de sécurité, Manchon. URGOTOUCH, système laser est un dispositif médical, produit de santé réglementé qui porte à ce titre le marquage CE. Demandez conseil à votre chirurgien. Fabricant : Laboratoires Urgo.

# APRÈS L'OPÉRATION

Les actions suivantes effectuées après l'opération aident le processus de guérison à être optimal et à obtenir la meilleure cicatrice.

## DU JOUR 1 JUSQU'À 3 MOIS APRÈS LA CHIRURGIE



### VÊTEMENTS DE COMPRESSION

Consultez votre chirurgien s'il juge approprié d'utiliser un vêtement de compression: des vêtements qui sont situés dans la zone opérée pour maintenir la compression sur la cicatrice pendant une période de quelques mois.



### ÉVITER DE FUMER

La nicotine, le monoxyde de carbone ou le cyanure d'hydrogène présents dans la fumée de tabac ont un impact négatif sur la cicatrisation. **Il est recommandé d'arrêter de fumer.**



### ÉVITER D'EXPOSER SA CICATRICE AUX UV PENDANT UNE ANNÉE

L'exposition du tissu cicatriciel au soleil a des conséquences sur la pigmentation et l'inflammation rendant la cicatrice plus visible sur le long terme. Il est recommandé de ne pas exposer sa cicatrice après l'opération, puis d'utiliser un écran solaire SPF40.



### ÉVITER LA TENSION SUR LES CICATRICES (JUSQU'À TROIS SEMAINES)

**Effectuer des mouvements qui stressent le tissu cicatrisant au cours des premières semaines aura un impact négatif sur votre cicatrice**, la rendant plus volumineuse et visible. Évitez les mouvements brusques et forcés qui sollicitent les zones cicatricielles pendant 2-3 semaines.



### MAINTENIR LE RÉGIME RECOMMANDÉ

Il est recommandé de poursuivre le régime expliqué précédemment. De plus, après l'opération, il est recommandé d'ajouter de la **bromélaïne** dans l'alimentation. Il réduit l'œdème, les démangeaisons, la douleur et le temps de cicatrisation. Pour l'obtenir, nous recommandons une portion d'ananas par jour.



### ENTREtenir UN SOMMEIL DE QUALITÉ

**Un sommeil de qualité et des horaires constants** aident le système immunitaire et les cicatrices à fonctionner de manière précise et proportionnelle, en évitant les processus inflammatoires exagérés et en obtenant une meilleure cicatrice.

# DE LA FERMETURE DE LA CICATRICE (10 JOURS) JUSQU'À TROIS MOIS

## HYDRATER ET MASSER LA CICATRICE



**UrgoCicatrices** avec de l'**acide hyaluronique** aide à garder la couche cornée hydratée et saine pendant les cicatrices, réduisant les démangeaisons et l'inconfort. **Appliquez-le deux fois par jour avec un massage sur la cicatrice en cercles et sans pression excessive pendant environ 10 minutes.** Cela aide à vasculariser le tissu cicatriciel, à réduire la fibrose et à prévenir les adhérences.

## OCCLUSION VIA DU SILICONE



**Consultez votre chirurgien** s'il utilise ou recommande des bandes de silicone pour la cicatrice après l'opération. **Les bandes de silicone accompagnées de l'application d'UrgoCicatrices,** contribuent à réduire la tension sur la cicatrice et à maintenir un environnement humide et hydraté qui améliore la cicatrice.

# TROIS MOIS À UN AN

## FAIRE DU SPORT



Il est recommandé de commencer l'exercice après au moins 3 semaines après l'opération (selon le type d'intervention: consultez votre chirurgien). **Toujours avec des mouvements fluides et sans forcer dans les premières semaines.** Si un mouvement dérange alors il est recommandé d'arrêter et de consulter votre chirurgien. Un exercice doux aide à contrôler le métabolisme et à activer la vascularité. **Toutes les 3 semaines, progressez avec de nouveaux exercices et différentes intensités en fonction de l'évolution.**



## NOURRIR SA PEAU

Une fois la phase de maturation commencée (3 mois), il est important de continuer à garder votre peau bien hydratée et nourrie. Une crème hydratante est idéale pour cette phase en remplacement d'**UrgoCicatrices**.

**Pendant le processus de cicatrisation, faites attention à l'évolution de la cicatrice et n'hésitez pas à contacter votre spécialiste si vous percevez que votre cicatrice :**



- Est très rouge, fait mal ou est chaude
- Saigne trop ou devient plus profonde chaque jour
- L'exsudat (liquide) qui sort de la plaie sent mauvais ou est purulent (pus)



## S.C.A.R.S, LE PROTOCOLE D'URGOSURGICAL D'OPTIMISATION CICATRICIELLE

Si vous avez reçu ce protocole lors de votre consultation, félicitations !

La cicatrisation est un processus biologique complexe. Grâce à des années de recherche, chez Urgo Surgical, nous sommes **experts en cicatrices chirurgicales** et nous souhaitons vous aider à obtenir la meilleure cicatrice possible.

Il existe de multiples facteurs qui affectent votre cicatrisation, c'est pourquoi vous avez toujours un risque de ne pas obtenir la cicatrice espérée. Avec le protocole **S.C.A.R.S. (Scientific Control to Avoid Random Scarring)** nous partageons avec vous tous le savoir scientifique qui vous permettra d'obtenir **la meilleure cicatrice.**