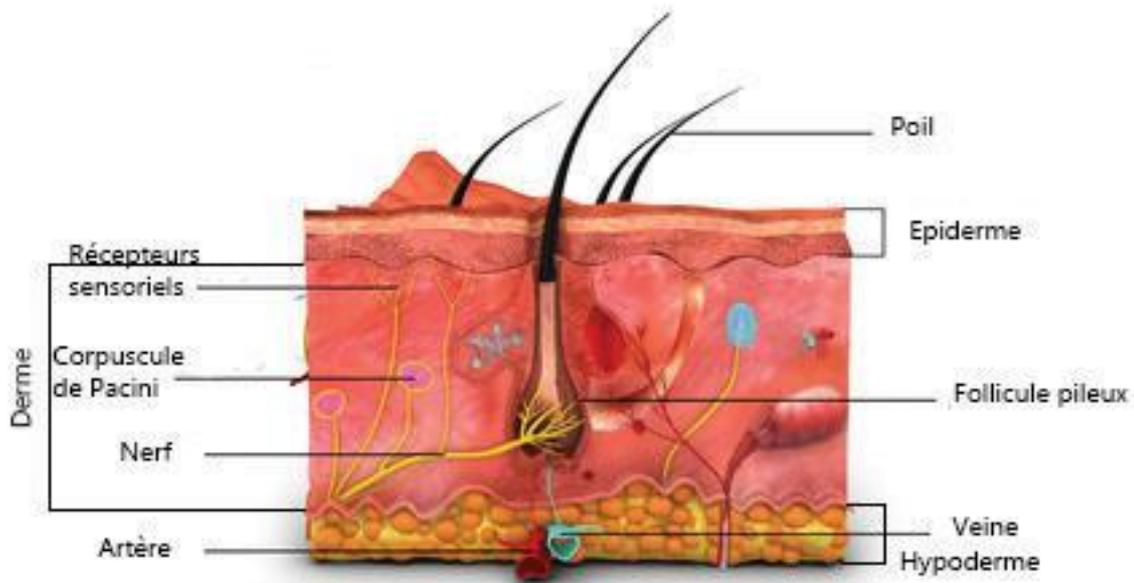


La peau

La peau est l'organe le plus étendu et le plus lourd du corps humain. Elle constitue le revêtement de surface qui, à la fois, assure la protection des organes internes, mais aussi la perception et la réception des stimuli externes. Elle varie d'épaisseur d'un endroit à un autre et aide à réguler la température du corps.

La peau se compose de trois couches de tissus : l'épiderme, le derme et l'hypoderme.



Structure de la peau

I. L'épiderme

L'épiderme est la couche externe de la peau. C'est un tissu kératinisé et stratifié qui forme une barrière protectrice semi-perméable empêchant la perte en eau.

Les cellules se divisent dans la couche basale puis entament leur ascension vers les couches supérieures changeant d'apparence au fur et à mesure qu'elles se déplacent d'une couche à l'autre. Cette opération s'étend sur deux à quatre semaines. Ce renouvellement incessant des cellules est très important, car l'épiderme est un tissu directement exposé au monde externe et à ses dangers. Cette régénération continue permet le remplacement des cellules endommagées par des nouvelles.

La couche basale et la couche épineuse

La couche basale dite aussi couche germinative est une couche unique de cellules, proche du derme. C'est ici que les cellules se divisent, et que certaines d'entre elles entament une migration vers les couches supra-basales. La couche basale contient les mélanocytes, cellules responsables de la production de la mélanine qui absorbe les UVB pour produire la vitamine D.

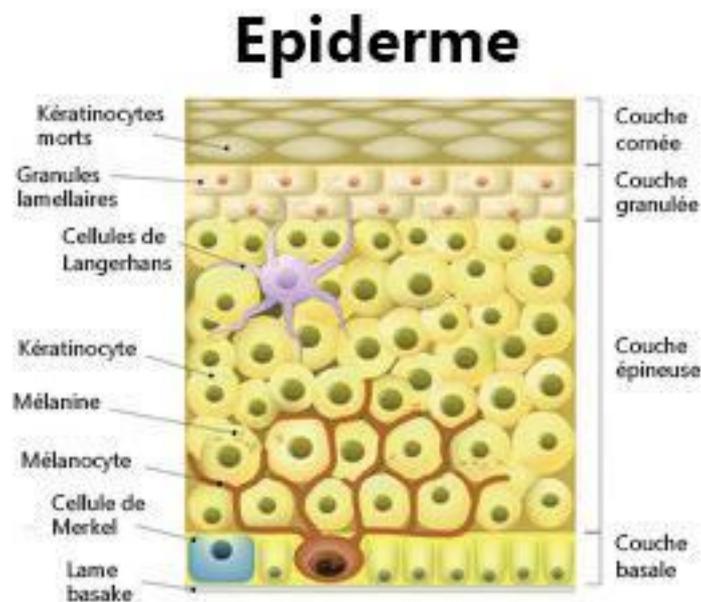
La couche épineuse est la couche la plus épaisse de l'épiderme. Elle contient les cellules ayant migré de la couche basale, appelées à ce stade-là kératinocytes. Les kératinocytes produisent de la kératine, une protéine insoluble assurant l'imperméabilité et la protection de la peau.

La couche granuleuse et la couche claire

Les kératinocytes de la couche épineuse s'étant rapprochés encore plus près de la surface de la peau, commencent à perdre leurs noyaux, grossissent et s'aplatissent, et finissent par se déshydrater et mourir. Ce processus a pour résultat la fusion des cellules. Devenues difficiles à distinguer les unes des autres, elles continuent à migrer vers la surface de la peau.

La couche cornée

C'est la couche superficielle de l'épiderme, constituée de plusieurs couches fines de kératinocytes morts, formant une membrane solide et protectrice. A ce stade, les cellules se détachent en emportant avec eux les substances étrangères et les microbes.



II. Le derme

C'est la couche épaisse et vascularisée qui se localise sous l'épiderme. Il représente le tissu de soutien de la peau. Le derme est constitué de fibres conjonctives, de follicules pileux et de glandes sudoripares.

Ses principales fonctions sont la nutrition, la thermorégulation et la cicatrisation.

III. L'hypoderme

C'est la couche sous-cutanée profonde de la peau. L'hypoderme est un tissu conjonctif principalement constitué de cellules adipeuses servant à l'isolation thermique. Il joue le rôle de réserve énergétique mais aussi d'amortisseur mécanique.

Hygiène et protection

Son exposition directe à l'environnement externe et à ses nombreuses agressions impose une attention particulière et un entretien quotidien de la peau.

Le nettoyage, la protection et la nutrition sont les mots d'ordre afin de veiller à la préservation de la peau et par conséquent au bien-être et à la santé des humains. Il est impératif que ces gestes se fassent de façon quotidienne, il est donc recommandé d'apprendre les règles de l'hygiène de la peau aux enfants, et ce dès le plus jeune âge.

La protection des agressions externes est aussi importante si ce n'est vitale. Le soleil est le plus important agresseur dont il faut se protéger car il représente un grand risque (coups de soleil, brûlures, cancer...). S'enduire la peau de crème solaire avant toute exposition au soleil est nécessaire. Le froid est un autre élément dont il faut se protéger car il peut irriter la peau. Couvrir la peau, la nettoyer mais surtout bien la nourrir aident à combattre les agressions du froid (gerçures, engelures, rougeurs).