



# Soigner un kyste

Si vous sentez une boule dure sous votre peau, il s'agit probablement d'un kyste. C'est une poche fermée qui contient le plus souvent de l'air ou du liquide.

Voici les méthodes pour **soigner un kyste**.

## Reconnaître un kyste

Les kystes sous-cutanés (ceux situés sous la peau) sont les plus fréquents. Ils se développent à partir des follicules pilo-sébacés et entraînent une accumulation de kératine et de sébum. Ils sont le plus souvent situés au niveau du cou, de l'aîne, du haut du dos, du torse ou du cuir chevelu.

### Le kyste se reconnaît à ces symptômes :

Boule dure au toucher ;

S'il y a infection : réaction inflammatoire avec rougeur au niveau de la zone concernée, douleur et chaleur.

## Méthode 1 : Soigner un kyste avec des compresses chaudes

La chaleur permettra de dilater les vaisseaux sanguins et favorisera la disparition du kyste. Munissez-vous de compresses non tissées (en pharmacie).

Placez une compresse sous l'eau chaude.

Appliquez-la sur le kyste pendant 15 minutes.

Répétez cette opération **3 à 4 fois par jour** jusqu'à ce que le kyste s'assèche.

**Important** : dans tous les cas, n'essayez pas d'inciser le kyste par vous-même, vous risqueriez de propager une infection et d'avoir des cicatrices.

## Méthode 2 : employez des plantes pour soigner un kyste

### L'aloe vera

L'aloe vera, véritable plante de la peau, sera efficace pour soigner votre kyste :

- Ses feuilles contiennent de l'aloïne qui est antibiotique et analgésique.
- Elle est cicatrisante, régénératrice cellulaire, anti-inflammatoire et antibiotique.

Utilisez un gel en application **2 à 3 fois par jour**.

“Le médecin médiocre voit le symptôme et le soulage  
Le bon médecin trouve les causes et guérit  
Un excellent médecin voit les faiblesses du corps et prévient la maladie”

Proverbe chinois



### La mauve

La mauve est **antibiotique** : elle est active contre certaines bactéries, notamment le staphylocoque doré.

Elle est cicatrisante, antidouleur et anti-inflammatoire.

Utilisez-la en décoction : Placez la plante dans de l'eau froide puis portez à ébullition.

Filtrez puis utilisez **en cataplasme 2 fois par jour** jusqu'à assèchement du kyste.

### La bardane

La bardane est aussi une plante alliée de la peau : elle contient des tanins et est très riche en substances naturellement antibiotiques. Elle est régénératrice des tissus cellulaires.

Utilisez-la en cataplasme :

Écrasez des feuilles fraîches au rouleau à pâtisserie.

**Appliquez pendant 10 à 20 minutes** sur le kyste.

## Méthode 3 : testez les huiles essentielles

### L'huile essentielle de tea tree

Le **tea tree** est anti-infectieux, antibiotique à large spectre (efficace sur de nombreuses bactéries) et antiseptique.

Appliquez-en **3 gouttes 3 fois par jour** sur votre kyste.

**Bon à savoir** : l'association des huiles essentielles de **tea tree** et de thym permet une action plus complète et une plus grande efficacité.

### L'huile essentielle de thym à linalol

L'huile essentielle de thym à linalol est un antibiotique naturel, antiviral et antifongique.

Appliquez-en **1 goutte matin et soir** pendant 7 jours.

## Méthode 4 : tournez-vous vers les antiseptiques

L'**hexamidine** en application cutanée est très efficace dans le traitement des kystes cutanés. Cet antiseptique est disponible en pharmacie sans ordonnance (demandez la forme transcutanée).

Appliquez-le à l'aide d'une compresse et laissez agir sur votre kyste pendant **10 à 15 minutes 2 fois par jour** pendant 5 jours.

## Quand consulter votre médecin ?

Différentes situations imposent une consultation chez votre médecin généraliste ou chez un dermatologue : **kyste avec inflammation** ; rupture du kyste suite à une **mauvaise cicatrisation**, ce qui entraîne un risque plus élevé d'infection ; kyste avec infection ; fièvre ; si vous souffrez d'autres pathologies qui retardent la cicatrisation, comme le **diabète** par exemple.