



Pressemitteilung

Ernährungstipps für Rosacea-Patienten

Neue Rezeptideen für hautfreundlichen Genuss bei „Aktiv gegen Rosacea“

Düsseldorf, 10. September 2015. Nicht nur UV-Strahlung, Temperaturwechsel und schweißtreibender Sport, sondern auch bestimmte Nahrungsmittel und Getränke können bei Rosacea-Patienten einen Krankheitsschub auslösen. Entzündliche Rötungen sowie Papeln und Pusteln im Gesicht sind häufig die Folge und stellen für viele Betroffene auch eine seelische Belastung dar. Es ist daher wichtig, dass Rosacea-Patienten ihre individuellen Nahrungsmittel-„Trigger“ kennen und möglichst vermeiden, damit sie ihre Erkrankung in den Griff bekommen können. In der neuen YouTube-Filmserie „180 Sekunden Aktiv gegen Rosacea“ stellt der Koch Martin Svitek aus Düsseldorf neue Rezepte für Betroffene vor. Sein Prinzip: Viel Gemüse, Obst und frische Kräuter sorgen für einmalige Geschmackserlebnisse und sind gleichzeitig eine Wohltat für die empfindliche Rosacea-Haut.

Zu den häufigsten Auslösern eines Krankheitsschubes zählen insbesondere Lebensmittel, welche die Durchblutung anregen und gefäßerweiternd wirken, wie scharfe Gewürze, Alkohol und Koffein. Aber auch Lebensmittel mit einem hohen Histamingehalt wie zum Beispiel bestimmte Käsesorten, Eiweiß oder Sojasauce wirken im Körper unter anderem als Botenstoff für Entzündungsreaktionen und können die Gefäße erweitern. Einige Betroffene berichten, dass Zitrusfrüchte, Schokolade und Milchprodukte einen Krankheitsschub provozieren oder verschlimmern können. Die Auslösefaktoren sind dabei aber immer so individuell wie jeder Rosacea-Patient selbst. Daher sollten Betroffene ihre Ernährungsgewohnheiten und die Reaktionen der Haut über einen längeren Zeitraum beobachten und am besten in einem Rosacea-Tagebuch festhalten. So können die Lebensmittel, die eine negative Auswirkung auf die Haut haben, erkannt und aus dem Speiseplan verbannt werden.

Dass der Verzicht auf reizende Lebensmittel nicht zwangsläufig mit einem Verzicht auf Genuss verbunden ist, zeigt die Kampagne „Aktiv gegen Rosacea“ auf ihrem Blog und YouTube-Kanal: In der neuen Filmserie „180 Sekunden Aktiv gegen Rosacea“ stellt Martin Svitek, KarmaKitchen-Koch aus Düsseldorf, köstliche Gerichte vor, die mit ihren vielen gesunden und dabei reizarmen Zutaten gut für Rosacea-Betroffene geeignet sind. Gestartet wird mit einer vegetarischen Geschmacksbombe: Kohlrabi-Pasta mit Kräuter-Sahne. Überzeugen Sie sich selbst auf [Youtube](#) und im [Blog](#)!

Weitere Informationen unter <http://www.rosacea-info.de> und <https://www.youtube.com/user/AktivGegenRosacea> sowie www.facebook.com/AktivGegenRosacea



Über Rosacea

Rosacea (Rosazea) ist eine chronische Entzündung der Haut. Die charakteristischen Hautveränderungen (Rötungen, sichtbare Blutgefäße, Papeln und Pusteln sowie knotige Verwachsungen der Talgdrüsen und des Bindegewebes) befinden sich vor allem in der Gesichtsmitte (Stirn, Nase, Wangen und Kinn). Meist tritt die Krankheit erstmals zwischen dem 20. und 50. Lebensjahr auf, ist aber am häufigsten bei Männern und Frauen ab 30 Jahren zu beobachten. Gesichtsröte, die durch Auslöser wie Sonne, Sport, Alkohol, Wetterumschwünge und heiße Duschen begünstigt wird, hat häufig einen negativen Einfluss auf das Sozialleben der Patienten. Stechende, brennende und empfindliche Haut und Unverträglichkeit von Kosmetika treten häufig auf, manchmal sind auch die Augen von Rosacea betroffen: Sie werden rot, trocken und jucken.

Die Ursache von Rosacea ist noch ungeklärt. Experten gehen davon aus, dass vielfältige Faktoren für die Hautkrankheit verantwortlich sind. Eine zentrale Rolle bei der Entstehung kommt nach heutigem Verständnis unter anderem lokalen Entzündungsreaktionen sowie einer Störung im angeborenen Immunsystem zu. Rosacea kann bis heute nicht geheilt werden, aber Medikamente zum Auftragen und Einnehmen sowie Laser-Behandlungen können die Symptome verringern. Patienten sollten außerdem ihre „Trigger“ meiden sowie Sonnenschutzmittel (LSF 30-50) und sanfte Pflegeprodukte nutzen. Eine frühe Diagnose der Erkrankung kann außerdem den Verlauf abmildern. Betroffene, die mehr über Rosacea erfahren möchten, oder vermuten, an der Hauterkrankung zu leiden, können sich auf www.rosacea-info.de ausführlich informieren. Die Seite gibt einen Überblick über Rosacea, die Trigger und Symptome sowie zusätzliche Informationen zur Krankheit.

Über „Anhaltende Gesichtsrötungen – Aktiv gegen Rosacea“

Rund 4 Millionen Deutsche leiden unter Rosacea. Doch viele wissen nicht, dass sie selbst, Angehörige oder Freunde von der Hauterkrankung betroffen sind. Um dies zu ändern, hat die Galderma Laboratorium GmbH (www.galderma.de) zusammen mit dem Berufsverband der Deutschen Dermatologen e.V. und der Deutschen (www.bvdd.de) Rosazea Hilfe e.V. (www.rosazeahilfe.de) die deutschlandweite Aufklärungskampagne „Anhaltende Gesichtsrötungen – Aktiv gegen Rosacea“ ins Leben gerufen. Diese feiert 2015 ihr fünfjähriges Jubiläum und verfolgt weiterhin erfolgreich ihre Ziele: Gut informierte Rosacea-Patienten, die dank ihres Wissens eine frühzeitige Behandlung erhalten und den Alltag mit der Erkrankung besser meistern können sowie mehr Verständnis für die Krankheit in der Öffentlichkeit.

Unter www.rosacea-info.de finden Ratsuchende und Interessierte ein breites Informationsangebot zu Ursachen, Diagnose und Therapie der Rosacea, zahlreiche Serviceangebote (z. B. Hautarzt-Suche, Rosacea-Schnelltest) sowie praktische Tipps von Dermatologen und Kosmetik-Experten zum Umgang mit der Krankheit im Alltag. Regelmäßige News sowie die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Rosacea-Patienten bietet „Aktiv gegen Rosacea“ mit einem eigenen Blog und einer Facebook-Seite, wo Deutschlands größte Rosacea-Community im täglichen Dialog aktiv ist. Auch bei Twitter und YouTube ist die Kampagne vertreten.

Über GALDERMA

Engagiert für die Zukunft der Dermatologie

Galderma ist eines der weltweit führenden Pharmaunternehmen im Bereich Dermatologie. Hauptsitz des Unternehmens ist Lausanne, Schweiz. Die deutsche Niederlassung befindet sich in Düsseldorf. Als Spezialist für Haut, Haare und Nägel vertreibt Galderma Präparate im Bereich Dermatologie. Galderma fokussiert sich in Deutschland auf drei Arbeitsgebiete. Dies sind verschreibungspflichtige Arzneimittel, Produkte zur Selbstmedikation und ästhetische Medizin. Zu den wichtigsten Indikationen gehören Akne, Mykosen, Haarausfall, Rosacea, heller Hautkrebs sowie die korrektive und ästhetische Dermatologie. Galderma ist eine hundertprozentige Tochter des schweizerischen Nestlé Konzerns und bildet das Fundament der Nestlé Skin Health, einem global führenden Unternehmen, welches sich darauf konzentriert, den weltweit zunehmenden Bedarf im Bereich Hautgesundheit mit einer breiten Palette an innovativen Produkten mit wissenschaftlich nachgewiesenem Nutzen zu decken.

Galderma zählt zu den führenden Unternehmen im Bereich der Dermatologie. Über 5.500 Mitarbeiter sind weltweit für Galderma tätig, davon ca. 190 in Deutschland. Insgesamt mehr als 1.850 wissenschaftliche Veröffentlichungen und 6.500 Patentanträge unterstreichen Galdermas wissenschaftliche Kompetenz auf dem Gebiet der Hautgesundheit, 55 alleine in 2014. Dazu betreibt Galderma Forschungs- und Entwicklungszentren in Frankreich, Schweden, der Schweiz, den U.S.A. und Japan. Die Produktionsstätten befinden sich in Frankreich, Schweden, Kanada, der Schweiz, Deutschland und in Brasilien.



Pressekontakt:

Galderma Laboratorium GmbH

Antje Saßenberg
Manager Communication
GALDERMA Laboratorium GmbH
Georg-Glock-Str. 8, D-40474 Düsseldorf
Telefon +49 211 58601-4243 Fax +49 211 9367 8811
E-mail: antje.sassenberg@galderma.com

Agentur:

medical relations GmbH

Marco Wenning / Eva Mispelbaum
Hans-Böckler-Straße 46, 40764 Langenfeld
Tel.: +49 2173 9769-71/-56 Fax: +49 2173 9769 49
E-mail: marco.wenning@medical-relations.de;
eva.mispelbaum@medical-relations.de