



Pressemitteilung

Hautpflege im Winter bei Rosacea

Acht Pflegetipps für empfindliche Winterhaut

Düsseldorf, 09. November 2015. Draußen klirrende Kälte und eisiger Wind, drinnen trockene Heizungsluft – der Winter geht uns allen unter die Haut. Besonders betroffen sind Rosacea-Patienten: Der ständige Temperaturwechsel ist häufig Auslöser für neue Schübe mit anhaltender Röte, Papeln oder Pusteln im Gesicht. Daunenjacke, Mütze und Schal schützen zwar unseren Körper vor der Kälte, aber gerade die sensible Gesichtshaut ist ständig der Witterung ausgesetzt. Daher gilt besonders auch bei Rosacea: Eine konsequente Pflege im Winter hilft, die empfindliche Gesichtshaut zu schützen. Wir haben für Sie die acht wichtigsten Tipps für empfindliche Winterhaut zusammengestellt.

1) Verwenden Sie lauwarmes Wasser und seifenfreie Syndets!

Um Ihre Haut nicht unnötig zu reizen, sollten Sie lauwarmes Wasser zur täglichen Gesichtereinigung verwenden. Zusätzlich ist es ratsam, seifenfreie Syndets zu benutzen: Diese synthetischen, waschaktiven Substanzen sind besonders schonend und daher zum Beispiel auch für Allergiker geeignet. Meiden Sie hingegen „echte“ Seife, denn sie erhöht den pH-Wert der Haut, wodurch diese bei Rosacea-Patienten mit zusätzlichen Rötungen reagieren kann.

2) Trocknen Sie Ihre Haut nach der Reinigung sanft ab!

Nach der Reinigung sollten Sie Ihre sensible Haut vorsichtig abtupfen. Verwenden Sie dazu ein sauberes und vor allem weiches Handtuch oder Kosmetiktücher. Kräftiges Frottieren kann die Haut reizen und ist daher tabu!

3) Benutzen Sie fettarme, reizfreie Pflegeprodukte als Creme oder Lotion!

In der kalten Jahreszeit werden häufig stark rückfettende Cremes empfohlen, die den Feuchtigkeitsfilm der Haut wiederherstellen sollen. Für Rosacea-Patienten sind diese Pflegeprodukte allerdings ungeeignet. Lieber sollten Betroffene darauf achten, Cremes oder Lotionen mit einem deutlich höheren Wasser- als Ölanteil zu verwenden. Außerdem freut sich Ihre Haut über Pflegepräparate mit Silikonölen, welche keinen hautverschießenden Film bilden. Auf die Bedürfnisse der empfindlichen Rosacea-Haut abgestimmt und dafür speziell getestet sind zum Beispiel Produkte der Cetaphil®-Pflegeserie, wie z. B. Cetaphil® Feuchtigkeitscreme, Lotion und Reinigungslotion, die Sie in der Apotheke erhalten.

4) Meiden Sie Produkte, die die Durchblutung fördern!

Durchblutungsfördernde Präparate machen rot. Daher: Finger weg davon! Einen großen Bogen sollten Sie um Produkte für unreine Haut und Anti-Aging-Kosmetika machen. Diese enthalten hautreizende Substanzen wie Vitamin A oder Fruchtsäu-



ren. Ebenfalls sollten Sie Hautpflegeprodukte meiden, welchen Kampfer, Menthol, Salbei oder Zinksulfat zugesetzt sind. Salbei und Zinksulfat gehören zu den tonisierenden Stoffen und regen die Durchblutung zusätzlich an.

5) Denken Sie auch im Winter an Sonnenschutz!

Auch im Winter kann die Sonne noch kräftig strahlen und bei empfindlicher Haut Sonnenbrand auslösen. Besonders wenn Schnee liegt, und dieser die einfallende UV-Strahlung reflektiert, ist Vorsicht geboten! Tragen Sie den Sonnenschutz frühzeitig auf, bevor Sie ins Freie gehen. Empfehlenswert sind hierbei Sonnenschutzprodukte in Form eines leichten Gels oder Fluids mit geringem Fettgehalt und einem Lichtschutzfaktor von 50+.

6) Benutzen Sie grünliches Make-up!

Grünliches Make-up hört sich vielleicht zunächst nach Karnevalsschminke an. Doch weit gefehlt! Zahlreiche speziell für empfindliche Haut entwickelte Make-ups enthalten einen leichten Grünton, der Rötungen perfekt kaschiert. Neben den grünlichen Tönen sind zusätzlich Hauttöne enthalten, die für einen ebenmäßigen Teint sorgen.

7) Benutzen Sie nicht die Pflegeprodukte Ihrer Liebsten!

Auch Männer können unter der Rosacea leiden. Doch gerade für sie ist das Thema „Hautpflegeprodukte“ oftmals ein Buch mit sieben Siegeln. Die Folge: Bei der täglichen Pflege machen sie es sich ganz einfach und benutzen die Produkte ihrer Partnerin. Doch hier gilt ebenso wie für Frauen: Rosacea-Haut benötigt eine spezielle Pflege. Schon aufgrund der Bakterienübertragung sollte man es generell vermeiden, in fremde Cremetiegel zu greifen. Oftmals sind diese darüber hinaus viel zu fettig und mit Zusätzen wie Duftstoffen angereichert. Lassen Sie sich von einer geschulten Kosmetikerin oder Ihrem Hautarzt beraten, welche Produkte für Ihre Rosacea-Haut geeignet sind.

8) Rasieren Sie trocken anstatt nass!

Für Männer mit Rosacea zudem wichtig: Eine Nassrasur reizt die Haut und kann zu neuerlichen Rötungen führen. Daher ist es ratsam, auf eine Trockenrasur umzusteigen. Diese ist schonender und beugt zusätzlichen Hautreizungen vor.

Weitere Informationen zum Thema Hautpflege und Kosmetik bei Rosacea oder zum Beispiel eine Hautarztsuche gibt es 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) 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. (www.bvdd.de) und der Deutschen 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

medical relations GmbH

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