



Sonnenschutz ist für Rosacea-Patienten ein Muss

Düsseldorf – 13. März 2018 – Der Frühling steht vor der Tür und endlich können wir uns auf blauen Himmel und mehr Sonnentage freuen! Doch für Rosacea-Patienten kann die Sonne auch eine zusätzliche Belastung für die empfindliche Gesichtshaut sein. Denn Sonne und UV-Strahlen sind einer der Hauptauslöser für einen Schub. Rosacea ist eine nicht heilbare, aber gut behandelbare chronische Hauterkrankung, an der in Deutschland ca. vier Millionen Menschen leiden. Die typischen Symptome sind anhaltende Rötungen, Eiterpickel und entzündliche Knötchen im Gesicht. Die Ursache von Rosacea ist bislang noch nicht vollständig aufgeklärt. Allerdings gibt es eine breite Palette an sogenannten „Triggerfaktoren“, die für das Aufblühen der Symptome verantwortlich sein können. Hierzu zählen unter anderem scharfe Speisen, Alkohol, ungeeignete Kosmetik, Stress und körperliche Anstrengung sowie eben auch Kälte und Hitze und besonders auch UV-Strahlung. Rosacea-Patienten sollten sich daher vor allem im Frühling und Sommer beim Aufenthalt im Freien vor der Sonne schützen.

Das richtige Sonnenschutzprodukt finden

Sonnenlicht setzt sich u. a. aus UV- (UVA und UVB) und Infrarot-Strahlung zusammen. Die Infrarot-Strahlen erwärmen die Haut und können so die Blutgefäße erweitern. Da bei Rosacea die sensiblen Äderchen im Gesicht bereits geweitet sind, wirkt die Infrarot-Strahlung zusätzlich stimulierend. Aber auch die UVA- und UVB-Strahlen können die Blutgefäße erweitern und lassen zusätzlich die Haut altern. Darüber hinaus begünstigen UV-Strahlen die Entstehung von Hautkrebs.

Das optimale Sonnenschutzprodukt sollte deshalb sowohl einen ausreichend hohen Lichtschutzfaktor von 30 bis 50+ haben (ausgewiesen auf der Packung als LSF oder SPF für „sun protection factor“), als auch vor UVA- und den Folgen der Infrarot-Strahlen schützen. Viele Produkte schützen die Haut lediglich vor UVB-Strahlung. Achten Sie also beim Kauf auf Produkte mit einem ausreichend hohem LSF, dem UVA-Label sowie einem medizinisch nachgewiesenen Schutz vor den hautschädigenden Folgen der Infrarot-Strahlung.

Sonnenschutzprodukte ohne Duft- und Zusatzstoffe verwenden

Für Rosacea-Betroffene ist es zusätzlich wichtig, dass das Sonnenschutzprodukt möglichst wenig hautreizende Inhaltsstoffe enthält, die einen Schub auslösen könnten. Tabu sind z. B. Zusatz- und Duftstoffe wie Menthol, Kampfer oder andere durchblutungsfördernde Substanzen. Auch sollte der Sonnenschutz nicht zu fettig sein. Bevorzugen Sie

leichte Formulierungen, um die Haut nicht zusätzlich zu belasten. In der Regel werden mineralische UV-Filter besonders gut vertragen. Auch gibt es mittlerweile Produkte speziell für Rosacea-Betroffene, die mineralischen Sonnenschutz und kaschierende Pflege kombinieren (z. B. Cetaphil® RednessControl Getönte Tagespflege SPF 30).

Sonnenschutz sollte immer frühzeitig aufgetragen werden, bevor Sie nach draußen gehen, und bei längerem Aufenthalt im Freien regelmäßig erneut aufgetragen werden. Dies gilt auch an bewölkten Tagen. Dann ist die Sonne zwar nicht sichtbar, die UV-Strahlung ist aber dennoch aktiv.

Erholsamer Sommerurlaub mit Rosacea

Für die Urlaubsplanung mit Rosacea gilt: Achten Sie bei der Auswahl des Urlaubsortes darauf, dass Sie tagsüber die Möglichkeit haben, sich draußen im Schatten aufzuhalten, z. B. unterm Sonnenschirm, in der Strandmuschel, im Baumschatten oder auf einer überdachten Terrasse. Vor Ort können Sie Ihren Tag ganz normal planen, allerdings sollten Sie die pralle Mittagssonne meiden. Längere Aufenthalte im Freien, z. B. am Strand oder beim Baden, planen Sie bevorzugt am Morgen oder am späten Nachmittag ein. Verwenden Sie draußen immer ein Sonnenschutzmittel – und vergessen Sie nicht, es vor allem nach dem Baden oder starkem Schwitzen zu erneuern. Bei Spaziergängen oder Wandertouren können ein schicker Sonnenhut und eine große Sonnenbrille das empfindliche Gesicht zusätzlich schützen. Darüber hinaus bieten dünne Tücher einen guten Sonnenschutz für Nacken und Dekolleté.

Neue App „Rosacea-Tagebuch“ jetzt verfügbar

Um individuelle Rosacea-Auslöser kennenzulernen und langfristig vorbeugen zu können, sollten betroffene Männer und Frauen ein Rosacea-Tagebuch führen. Die praktische App „Rosacea-Tagebuch“ dazu gibt es im iOS App Store und im Google Play Store. Weitere Informationen zu der App finden Sie hier: <http://www.rosacea-info.de/rosacea-app>. Sie hilft Rosacea-Patienten, ihre Auslöser zu dokumentieren und somit zu lernen, besser mit der Erkrankung umzugehen.

Rosacea-Newsletter für aktuelle Infos und Tipps. Melden Sie sich an!

Neuigkeiten rund um das Thema Rosacea bietet auch der „Rosacea-Newsletter“. Zuverlässig, kompakt und aktuell erhalten die Abonnenten per E-Mail regelmäßig Nachrichten von „Aktiv gegen Rosacea“ inkl. praktischer Tipps zum Umgang mit der Hautkrankheit. Den „Rosacea-Newsletter“ können Sie ganz einfach abonnieren: Tragen Sie unter <http://newsletter.rosacea-info.de/anmeldung> Ihre E-Mail-Adresse ein und bleiben Sie immer gut informiert! Mehr Informationen gibt es auch auf der Website von „Aktiv gegen Rosacea“ unter <http://www.rosacea-info.de/>, bei Facebook (<http://www.facebook.com/AktivGegenRosacea>) und YouTube (<https://www.youtube.com/user/AktivGegenRosacea/videos>).

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 25-50) 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 feierte 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

Galderma, der Geschäftsbereich für Medizinische Lösungen innerhalb der Nestlé Skin Health, wurde 1981 gegründet und ist heute mit einem umfangreichen Produktportfolio für die Hautgesundheit in über 100 Ländern präsent.

Galderma arbeitet seit Jahren mit erfahrenen Ärzten, Wissenschaftlern und anderen Experten auf dem Gebiet der Dermatologie zusammen, um die dermatologischen Bedürfnisse aller Menschen über die Spanne ihres gesamten Lebens zu erfüllen. Galderma ist führend in der Forschung und Entwicklung neuer wissenschaftlich erforschter und medizinisch geprüfter

Lösungen für Haut, Haare und Nägel.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website von Galderma unter www.galderma.de

Galderma Pressekontakt

Antje Saßenberg

Teamlead Communication & Congresses

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

medical relations GmbH (Agentur)

Wiebke Fernbacher / Jeanna Mäurer

medical relations GmbH

Hans-Böckler-Straße 46, 40764 Langenfeld

Telefon +49 2173 9769-53/-41, Fax +49 2173 9769 49

E-mail wiebke.fernbacher@medical-relations.de;

jeanna.maeurer@medical-relations.de