



Hautpflege bei Rosacea im Winter

Düsseldorf – 13. November 2018 – In Deutschland leiden ca. 10 Millionen Menschen an der chronischen Hautkrankheit Rosacea, die hauptsächlich im Gesicht auftritt. Typische Symptome sind anhaltende Rötungen, Eiterpickel und Knötchen sowie Hautwucherungen. Rosacea-Haut benötigt besonders im Winter spezielle Pflege, da sie sehr empfindlich auf Umwelteinflüsse und kalte Temperaturen reagiert. Das nasskalte Winterwetter draußen und die warme Heizungsluft in Gebäuden kann für Betroffene eine echte Herausforderung sein. Worauf Rosacea-Patienten in der kalten Jahreszeit achten sollten, um einen Krankheitsschub zu vermeiden, erfahren Sie hier.

Sanfte Reinigung ist die Grundlage für gepflegte Haut

Die Gesichtsreinigung bei Rosacea muss sanft aber gleichzeitig sorgfältig sein, denn sie ist die Grundlage für die weitere Hautpflege. Dabei sollte das Reinigungs- und Pflege-Ritual immer sowohl morgens als auch abends durchgeführt werden. Waschen Sie sich zunächst gründlich die Hände, damit weder Schmutz noch Bakterien über die Hände an offene Hautstellen gelangen. Bei der Auswahl der Reinigungsprodukte sollten Rosacea-Betroffene genau auf die Inhaltsstoffe achten. Vermeiden Sie Seife sowie stark fetthaltige bzw. ölige Produkte, ebenso durchblutungsfördernde Substanzen wie Alkohol oder Hamamelis. Geeignet sind hingegen pH-neutrale Waschlotionen und -gele (z. B. Cetaphil® Redness Control Milder Reinigungsschaum). Für die Gesichtsreinigung sollten Patienten nur lauwarmes Wasser verwenden, da eiskaltes oder zu heißes Wasser die empfindlichen Blutgefäße im Gesicht reizt. Die Folge ist ein gerötetes Gesicht. Falls vom Hautarzt ein Medikament gegen die Rosacea verschrieben wurde, sollte dieses immer direkt nach der Gesichtsreinigung aufgetragen werden. Lassen Sie das Medikament einige Minuten einwirken. Anschließend können Sie Ihr spezielles Pflegeprodukt verwenden.

Optimale Hautpflege: viel Feuchtigkeit, wenig Fett

Auch im Winter sollten die Pflegeprodukte nicht übermäßig fetthaltig sein, denn besonders bei Rosacea ist es ein Irrglaube, dass sehr fetthaltige Cremes die Haut im Winter schützen. Stattdessen sollten Betroffene auf Pflegeprodukte mit einem hohen Wasseranteil achten. Denn es ist wichtig, dass Luft an die Haut kommt, nur so kann sie sich regenerieren. Und keine Angst: Die Haut friert dadurch nicht ein. Auch bei den Pflegeprodukten ist es wichtig, auf die Inhaltsstoffe zu achten. Verzichten Sie auch hier auf alle Produkte mit durchblutungsfördernden Inhaltsstoffen wie Menthol, Alkohol und Duftstoffen bzw. Parfüm.

Sonnenschutz ist auch im Winter Pflicht

Insbesondere im Winter vergessen viele Patienten einen Sonnenschutz zu verwenden, obwohl UV-Strahlung ein Hauptauslöser der Rosacea-Symptome ist. Vor allem bei Schnee wird die Sonne im Winter zusätzlich reflektiert; das verstärkt die UV-Strahlen. Tragen Sie das Sonnenschutzprodukt immer rechtzeitig auf, ca. 20 Minuten bevor Sie das Haus verlassen. Dabei ist ein Lichtschutzfaktor (LSF) von mindestens 25 empfehlenswert. Leichte Gele oder Fluide sind als Sonnenschutzprodukte gut geeignet, denn wie bei allen Produkten für empfindliche Rosacea-Haut gilt auch hier: keine durchblutungsfördernden Inhaltsstoffe, kein Parfüm und nicht zu fetthaltig.

Finger weg von den Töpfen des Partners!

Auch wenn die eigenen Pflegeprodukte leer sind, sollte keinesfalls auf die des Partners ausgewichen werden, alleine aufgrund der möglichen Bakterien-Übertragung. Denn woher kann man wissen, ob der Partner sich auch immer gründlich die Hände wäscht, bevor er die Cremes verwendet? Zudem benötigt Rosacea-Haut spezielle Pflege, und oftmals sind die Produkte des Partners viel zu fettig und enthalten Zusätze wie Duftstoffe oder Alkohol. Umgekehrt sollten Sie natürlich auch darauf achten, dass Ihr Partner, der wahrscheinlich nicht an Rosacea erkrankt ist, nur die eigenen Pflegeprodukte verwendet und nicht Ihre spezielle Rosacea-Pflege.

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 bei Google Play. 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/?pk_campaign=Presse&pk_kwd=Newsletter 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 10 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 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

Communication & Congress Manager D-A-CH Region

Galderma Laboratorium GmbH

Toulouser Allee 23a, D- 40211 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