



Deutsche **ROSAZEA** Hilfe e.V.

Postadresse:
Deutsche **ROSAZEA** Hilfe e.V.
Postfach 20 23 18 · 20216 Hamburg

Geschäftsstelle:
Deutsche **ROSAZEA** Hilfe e.V.
Spaldingstraße 210 · 20097 Hamburg

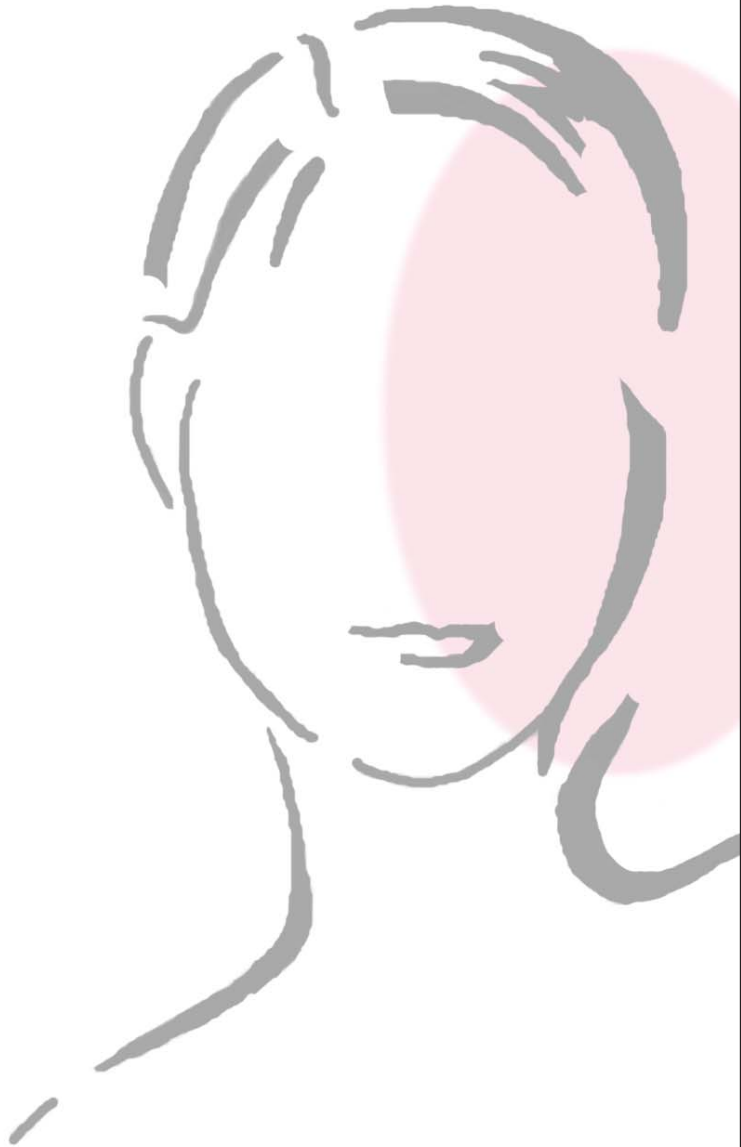
Tel.: 040 - 51 06 19 · Fax: 040 - 51 10 605
info@rosazeahilfe.de · www.rosazeahilfe.de

Patientenhotline (mittwochs 15 - 16 Uhr)
Tel.: 0180 - 55 22 933
(Anrufe aus dem Festnetz der dt. Telekom 12 cent/min)

A close-up photograph of a woman's face. She has light-colored eyes and blonde hair. Her right hand is raised, with her fingers spread, covering her eyes. The background is a plain, light color.

Das Versteckspiel hat ein Ende –
ROSAZEA
erfolgreich behandeln

Deutsche ROSAZEA Hilfe e.V.



© 1. Auflage 2004

Deutsche Rosazea Hilfe e.V.

Stand: Januar 2004

	Seite
Einführung	4
Krankheitsbild Rosazea	6
Was ist Rosazea?	6
Wie sieht Rosazea aus?	7
Welche Stadien gibt es bei Rosazea?	7
Wie entsteht eine Rosazea?	9
Wie kann man Rosazea rechtzeitig behandeln?	9
Was kann man gegen Rosazea tun?	10
Praktische Alltagstipps	11
Reinigung	12
Hautpflege	12
Dekorative Kosmetik	13
Entspannung: Die Haut als Spiegel der Seele	14
Auf einen Blick: Gegen das Phantom der Rosazea	16
Behandlung	16
Patienten-Tagebuch: Checkliste	17
Häufig gestellte Fragen zur Rosazea	18
Was Sie schon immer wissen wollten	18
Literaturempfehlungen: Rosazea zum Nachlesen	20
Glossar: Kleines Lexikon zur Rosazea	22



Anna M. hat seit 5 Jahren ein rotes Gesicht, das sie ihr "Phantom" nennt, denn es tritt plötzlich auf und verschwindet nach einigen Wochen wieder.

Anna M. leidet an Rosazea. Besonders stark, wenn sie in die Sonne geht oder Ärger mit ihrem Chef hat.

"Ich leide ziemlich unter der Rosazea, sie kommt so richtig raus, wenn ich im Stress bin. Obwohl ich mich schon stark danach richte – ich vermeide z.B. Alkohol und Sonne –, bin ich völlig frustriert. Manchmal ist es ganz dramatisch im Gesicht. Bei Besprechungen nehme ich so viel Make-up, dass man fast nichts mehr sehen kann... ich habe schon alles versucht, bis jetzt ohne Erfolg."





Deutsche ROSAZEA Hilfe e.V.

Liebe Leser!

So wie Anna M. geht es schätzungsweise über 4 Millionen Deutschen im Alter von 18 - 80 Jahren, die an Rosazea, einer entzündlichen Erkrankung der Gesichtshaut, leiden. Achtet man darauf, so sieht man die Rosazea häufig und überall. Dennoch wissen die wenigsten davon und nur jeder zehnte Betroffene ist in Behandlung! Eine mögliche Ursache der Erkrankung ist eine erbliche Veranlagung. Hinzu kommt eine Vielzahl von Faktoren, die einen Rosazea-Schub auslösen können: Hitze, Kälte, scharfe Gewürze, Alkohol, Kosmetika, Stress etc.

Eine Heilung der Rosazea ist bis heute leider nicht möglich. Dennoch kann man die Krankheit gut behandeln, die Symptome deutlich verringern und den Übergang von einem zum nächsten Stadium vermeiden.

Die Standardtherapie ist die äußerliche Behandlung mit dem Wirkstoff Metronidazol.

Durch neue Fertigarzneimittel wie Metrogel® und Metrocreme® wurden die Behandlungsmöglichkeiten deutlich erweitert und die Therapie verträglich gemacht. Fragen Sie dazu bitte Ihren Hautarzt.

Die vorliegende Broschüre möchte Ihnen, liebe Leser, das komplexe Krankheitsbild Rosazea sowie modernste Behandlungsmethoden näher bringen. Sie soll Mut machen, sich dem Phantom der Rosazea zu stellen und sich mit der Krankheit auseinander zu setzen.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg auf dem Weg zur Gesundheit!

Ihr Thomas Schwennesen

Vorsitzender

Deutsche Rosazea Hilfe e.V.

Meinungen...

„ Das geht schon wieder von allein weg.“



„ Das bisschen Rötung...das habe ich vor 3 Wochen auch gedacht...“



„ Das haben viele ältere Männer...“

„ Das kommt vom Alkohol.“



„Das ist doch keine Krankheit...“



„ Da kann man nichts machen...“

Was ist Rosazea?

Rosazea ist eine weit verbreitete Erkrankung der **Gesichtshaut**, an der über 4 Millionen Deutsche im Alter ab 18 Jahren leiden. Frauen sind etwas häufiger betroffen als Männer. Bei **hellhäutigen Personen** tritt sie öfter auf als bei anderen Hauttypen. Daher wird diese Krankheit manchmal als der „**Fluch der Kelten**“ oder im Volksmund auch als Kupferrose, Kupferfinne oder Rotfinne bezeichnet. **Rosazea ist nicht ansteckend und hat nichts mit mangelnder Hygiene zu tun.**

Am häufigsten erfolgt die Erkrankung bei **30 bis 50-Jährigen**, jedoch kann der Erkrankungsbeginn schon vor dem 20. Lebensjahr liegen. Kinder erkranken sehr selten.

Wie sieht Rosazea aus?

Rosazea hat viele Gesichter

Hauptsächlich betroffen sind die Hautpartien um Nase, Wangen, Kinn und Stirn. Es kommt durch **Erweiterung der Blutgefäße** zu Rötungen, die zunächst nur ein paar Stunden, später auf Dauer bestehen.

Später entwickeln sich Entzündungen wie kleine **rote Knötchen** (Papeln) und Eiterpickel (Pusteln).

Seltener betroffen sind die seitlichen Halspartien und das Dekolletee.

Im weiteren Verlauf werden die knotigen Veränderungen großflächiger bis hin zu einer **Vermehrung des Bindegewebes**. Im Spätstadium kann es vor allem bei Männern zu einer **Vergrößerung der Nase**, zu einem **Rhinophym**, kommen.

Ursprünglich wurde sie – unzutreffenderweise – als **Acne rosacea** bezeichnet, denn sie hat eine gewisse Ähnlichkeit mit der Akne. Im Gegensatz zur Akne treten in der Regel keine Mitesser auf.

Bei bis zu 60 Prozent der Rosazea-Patienten werden – unabhängig vom Schweregrad – die **Augen in Mitleidenschaft** gezogen. Die Folge sind Bindehautentzündung (Konjunktivitis) oder Lidrandentzündungen (Blepharitis), trockene Augen oder Hornhautentzündung (Keratitis).

Welche Stadien gibt es bei Rosazea?

Insgesamt unterscheidet man je nach Schweregrad folgende Stadien:

Anfangsstadium

Rosazea-Patienten entwickeln am Anfang häufig flushartige Hautrötungen (Erytheme) im mittleren Gesichtsdrittel (Nase, Wangen), die zunächst flüchtig sind und nur stunden- oder tagelang anhalten sowie von Blut- und Hitzewallungen begleitet werden.

Stadium 1

Die zunächst flüchtigen Rötungen entwickeln sich zu einer bleibenden Röte. Typisch ist außerdem die Bildung von erweiterten Blutgefäßen (Teleangiektasien). Die Haut ist sehr leicht reizbar und reagiert empfindlich auf äußere Einflüsse wie Sonne, Hitze, Stress, Alkohol oder scharfe Gewürze (siehe Ursachen).



Stadium 2



Im zweiten Stadium kommen noch entzündliche rote Knötchen (Papeln) und Eiterpickel (Pusteln) hinzu, die einzeln oder ganzflächig auftreten können und über Wochen andauern.

Wenn die Rosazea-Schübe verstärkt auftreten, kann sich die Rosazea über das ganze Gesicht bis hin zur Kopfhaut ausbreiten.

Stadium 3

*Im dritten Stadium kann es zu entzündlichen Knoten und flächigen Einlagerungen (Wasser im Gewebe) kommen. Die Haut ist **großporig und entzündlich verdickt**. Sie ähnelt dann der Schale einer Orange und wird auch als „peau d'orange“ bezeichnet.*



*Die entzündlichen Knoten und Einlagerungen können sich **mit den Jahren vermehren**.*

*Vor allem im Bereich der Nase können sich Bindegewebe vermehren, Talgdrüsen vergrößern und sich ein sogenanntes **Rhinophym** bilden.*

Wie entsteht eine Rosazea?

Ursachen

Die eigentliche Ursache der Rosazea ist noch nicht eindeutig geklärt. Man vermutet erbliche Faktoren. Es scheint, dass bei Rosazea-Patienten die Regulation der **Blutversorgung** zwischen Gehirn und Gesicht gestört ist.

Der Körper reagiert bei bestimmten äußeren Faktoren, sogenannten **Triggern**, mit einer verstärkten Durchblutung des Gesichts.

Der Einfluss dieser Trigger-Faktoren auf den Patienten ist individuell unterschiedlich. Oft ist auch von **psychischen Ursachen** wie Stress und Konfliktsituationen die Rede – sie können eventuell zum **Ausbruch** der Krankheit beitragen und die **Schwere** mitbestimmen.

Triggerfaktoren können sein:

- **Sonne**
- **Stress**
- **Heiße Umgebungstemperatur**
- **Alkohol**
- **Scharf gewürzte Speisen**
- **Anstrengung**
- **Heiße Bäder**
- **Kalte Umgebungstemperatur**
- **Heiße Getränke**
- **Hautpflegeprodukte**

Wie kann man Rosazea rechtzeitig behandeln?

Die Rosazea verläuft normalerweise über mehrere Jahre mit einem sich **chronisch** verschlechternden **Krankheitsbild** – wenn man die Krankheit nicht frühzeitig erkennt und behandelt!

Eine **frühe** und **regelmäßige medikamentöse Therapie** kann den Verlauf der Rosazea günstig beeinflussen und zu einer Besserung führen.

Ebenso wichtig wie die Behandlung mit Medikamenten ist es, die oben genannten **Auslösefaktoren (Trigger)** zu vermeiden.

Deshalb: Wenn Sie erste Anzeichen oder auch nur einen Verdacht auf Rosazea sehen, suchen Sie einen **Hautarzt** auf. Er wird Ihnen **Gewissheit** geben, ob es sich um **Rosazea** handelt und welche **Therapie** für Sie in Frage kommt.

Was kann man gegen Rosazea tun?

Wie gesagt, Rosazea ist eine **behandelbare** Hautkrankheit!

Die medizinische Therapie richtet sich nach dem Schweregrad der Erkrankung. In Stadium eins bis drei wird mit einer äußerlichen (lokalen) Anwendung begonnen.

Bewährt hat sich hier der *Wirkstoff Metronidazol*, den es als **Gel** (Metrogel) und seit neuem auch als **Creme** (Metrocreme) gibt.

Ab Stadium drei wird zusätzlich "innerlich" (systemisch) behandelt (z.B. mit Antibiotika-Tabletten), und bei knotigen Bindegewebsvermehrungen kann eine **Laserbehandlung** helfen.



Anwendung

*Die metronidazolhaltige **Creme** oder das **Gel** wird **zweimal täglich** auf die betroffenen Stellen aufgetragen und hat sich in klinischen Studien bewiesen.*

*Unter der Anwendung der Präparate ist ein deutlicher **Rückgang** der roten Knötchen (Papeln) und Eiterpickel (Pusteln) nachzuweisen.*

*Seien Sie **geduldig**, eine Behandlung dauert im Schnitt 12 Wochen, nach 1-3 Wochen stellt sich i.d.R. ein erster **Behandlungserfolg** ein.*

*Voraussetzung hierfür ist eine **regelmäßige** Anwendung des Präparats.*

Auch Hautpflege will gelernt sein

Das Thema Reinigung und Pflege spielt eine wichtige Rolle bei Rosazea-Patienten. Die Hautbarriere ist empfindlicher und irritierbarer und reagiert auf **Reinigungsmittel** wie auch auf **Pflegemittel** oft sehr empfindlich, zum Teil bis hin zu Missempfindungen, wie **Brennen** oder **Reizungen** der Haut.

Ihr Hautarzt kann die Empfindlichkeit Ihrer Haut mit einem **Milchsäuretest** prüfen. Dazu wird nach einer standardisierten Reinigung mit Seife und lauwarmerem Wasser die Haut mit Dampf erwärmt und anschließend 5-prozentige Milchsäure auf einen kleinen Bereich einer Ihrer Gesichtshälften und auf der anderen Gesichtshälfte nur Wasser zur Kontrolle aufgetragen. Nach 2, 4 und 5 Minuten werden die Empfindungen der Haut gemessen, d.h. der Patient wird gefragt, ob die Haut brennt oder sticht und es wird geprüft, ob die Haut gerötet ist. Je stärker das Missempfinden, umso empfindlicher die Haut.

Einige Untersuchungen zeigen, dass bei ca. **85 Prozent der Rosazea-Patienten** der Milchsäuretest positiv ist. Bei einer normalen hautgesunden Gruppe war der Test nur bei 20 Prozent positiv. Die **Ursachen** dafür liegen möglicherweise darin, dass die epidermale Hautbarriere und die Durchblutung der Haut gestört sind und die Haut damit empfindlicher ist.

All dies sollte bei der **Auswahl** der **Reinigungs-** und **Pflegeprodukte** beachtet werden, um die Haut nicht noch mehr zu reizen oder den **Ausbruch** der Krankheit nicht zu verstärken.



Reinigung

Wichtig für die tägliche Pflege Ihrer Haut:

- 1.** Reinigen Sie Ihre Haut ausschließlich mit **lauwarmem Wasser**.
Vermeiden Sie eiskalte Wechselduschen, die zum Wachmachen dienen, denn dadurch werden die ohnehin schon empfindlichen Gefäße noch mehr stimuliert, die Durchblutung der Haut erhöht und die Haut wird damit **noch empfindlicher**.
- 2.** Benutzen Sie statt der klassischen Seife lieber **milde Reinigungsmittel** (z.B. **Cetaphil**) oder Reinigungsmilch. Klassische Seife hebt vorübergehend den pH-Wert vom leicht sauren **zum basischen Bereich**, dadurch wird die Barriere der Haut gestört.
- 3.** Bitte **keine Akne-Reinigungs-Produkte** verwenden, denn diese eignen sich zum Teil überhaupt nicht für die Rosazea-Haut, und die darin enthaltenen Tenside sind sehr **aggressiv**.
- 4.** Besonders wichtig ist zudem, dass keine zusätzlichen Gesichtswasser eingesetzt werden, denn diese enthalten meist Alkohol, der die empfindliche Haut reizt.
- 5.** Auch auf ein Peeling sollte verzichtet werden, beispielsweise mit Fruchtsäuren oder die typischen Akne-Abrasiva. Wenn überhaupt, verwenden Sie nur ganz milde Reinigungstücher (erhältlich in jeder Drogerie), die einen leichten Peeling-Effekt haben.

Hautpflege

Auch bei der Hautpflege sollten einige grundsätzliche Dinge beachtet werden:

- 1.** Die Pflegeprodukte sollten nicht zu fettend und natürlich gut verträglich sein.
- 2.** Verwenden Sie nicht parfümierte Cremes oder Lotions und nicht fettende Feuchtigkeitscremes. Zu empfehlen sind die Serien für empfindliche Haut, z.B. die Produkte von **La Roche Posay**, wie die **Pflegeserie Tolériane**.
Mischhaut: Tolériane Creme von La Roche Posay (56% Thermalwasser), trockene Haut: Tolériane Reichhaltig (48 % Thermalwasser u. 7 % Karité-Fett), fettige Haut: Physiane Emulsion von La Roche Posay (77 % Thermalwasser).

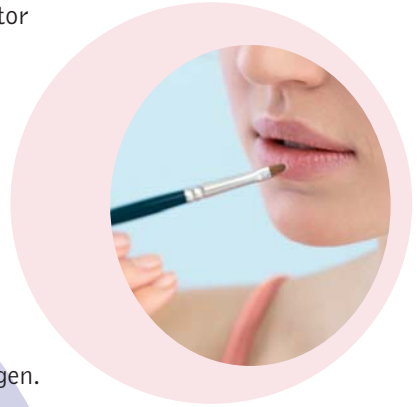


3. Thermalwasser zum Sprühen wirkt speziell bei **gereizter Haut** schonend und hautberuhigend nach der Reinigung, auch zwischendurch zur Erfrischung bei Hitze. Es wirkt kühlend, abschwellend, entstauend und reizlindernd und bietet **natürlichen Schutz** vor freien Radikalen. Wichtig: Thermalwasser kurze Zeit einwirken lassen und anschließend das Gesicht vorsichtig abtrocknen (z. B. mit einem Kosmetiktuch).

4. Der **Lichtschutz** ist bei Rosazea-Patienten ganz entscheidend, da ultraviolette Strahlung auch ein **Auslösefaktor für Rosazea** sein kann. Verwenden Sie gute **Sonnenschutzpräparate** mit einem UVB-Lichtschutzfaktor von mindestens 15 – besser Lichtschutzfaktor 30 bis 40 + UVA-Schutz.

Dekorative Kosmetik

1. Zu empfehlen ist, wie bei der Pflege, nicht fettendes Make-up, z.B. **Unifiance** – Teintkorrigierendes Make-up von **La Roche Posay** zur Abdeckung der Rötungen.
2. Behandeln Sie Ihre Haut mit der **metronidazolhaltigen Creme bzw. dem Gel**, bevor Sie das Make-up auftragen. Die Creme oder das Gel wird **2 x täglich (morgens und abends)** nach gründlicher Reinigung der Haut **dünn aufgetragen**. Lassen Sie die Creme oder das Gel einziehen und tragen Sie erst **anschließend das Make-up auf**.
3. Wichtig ist auch, welche **Inhaltsstoffe sich in Ihrem Make-up** befinden. Manche Kosmetika tragen die Bezeichnung "hypoallergen". So ausgezeichnete Mittel sollen **keine oder wenig** allergisierende Bestandteile wie **Konservierungs-, Duft- und Farbstoffe** enthalten. Manchmal findet man auch die Bezeichnungen "allergenarm" oder "mit reduziertem **Allergengehalt**". Da diese Bezeichnungen aber rechtlich nicht geschützt sind, gibt es keine festgelegten Kriterien, wann ein Produkt tatsächlich "hypoallergen" ist. Die so ausgezeichneten Mittel können daher besser verträglich sein, müssen es aber nicht.



4. Prinzipiell gilt: wenig Fett/Öl, Duft- und Konservierungsstoffe und nach Möglichkeit sollten die Produkte auch nicht wasserfest sein. Früher wurden Camouflage-Produkte verwendet, die wasserfest sind. Um diese zu entfernen, musste mit aggressiven Reinigungsmitteln gearbeitet werden, was der Haut der Rosazea-Patienten natürlich nicht dienlich war.
5. Auch Eyeliner und Wimperntusche sollten **nicht wasserfest** sein, da sie sich so leichter entfernen lassen.
6. Wenn Sie Augencreme benutzen möchten, empfehlen wir **Active C Augenpflege** bzw. **Active C XL** und **Respectissime Anti-Poches**, die Augencreme gegen Tränensäcke von La Roche Posay.
7. Selbstverständlich können Sie auch Rouge und Puder (**Unifiance Poudre Libre** von La Roche Posay) zum Schminken benutzen. Wichtig ist nur, diese am Abend auch wieder mit **Tolériane Reinigungsfluid** von La Roche Posay **sorgfältig abzuschminken**. Sollte Ihre Haut sehr entzündet sein, bitte nur zu notwendigen Terminen Schminke auftragen und danach wieder entfernen.

Entspannung: Die Haut als Spiegel der Seele

Rosazea-Patienten macht ihr Äußeres häufig zu schaffen. Die **Psyche** der Betroffenen spielt beim Verlauf der Krankheit **eine wichtige Rolle**. Bekanntlich ist die Haut der "**Spiegel der Seele**". **Stress, Nervosität** und psychische Belastung haben einen deutlichen Einfluss auf ihren Zustand und können bei Rosazea-Patienten sogar einen Schub auslösen.

Daher gilt: Lassen Sie sich nicht stressen und stressen Sie sich nicht selbst! **Seelische Ausgewogenheit** hilft Ihnen, besser mit Ihrer Krankheit umzugehen und diese nicht zu verstärken.

Eine **Rosazea-Massage** hat sich bei vielen Patienten bewährt. Die **Lymph-Drainage** können Sie entweder von einer **Kosmetikerin** machen lassen oder selbst durchführen. Dazu 2 x täglich 5-10 Minuten das Gesicht im Stirn-, Kinn-, und Wangenbereich mit **kreisenden Bewegungen massieren**. Genaue Studien über die Wirkungsweise gibt es nicht. Da im Gesicht des Rosazea-Patienten teilweise starke Schwellungen vorhanden sind, wird jedoch angenommen, dass die Massage den Lymphabfluss beschleunigt. **Einfach mal ausprobieren!**

Hier ein paar Tipps:

Gönnen Sie sich am Tag bewusst eine Stunde für sich!

Machen Sie etwas Schönes, z.B. :

- Autogenes Training**
- Yoga**
- Einen Spaziergang an der frischen Luft**
- Ein schönes Buch lesen**
- Entspannte Musik hören**
- Mit guten Freunden reden**
- Sich eine Massage gönnen**
- Hautpflege**
- Und viele Dinge mehr**



Behandlung

Je nach **Schweregrad** und **Stadium** der Erkrankung stehen dem behandelnden Hautarzt verschiedene äußerlich aufzutragende oder "innerlich" einzunehmende **Medikamente** zur Verfügung.

Eine Besserung der Erkrankung ist bei den meisten Patienten **1 bis 3 Wochen** nach Therapiebeginn zu erwarten. Bitte verwenden Sie keine weiteren Medikamente ohne Anweisung Ihres Hautarztes und führen Sie die Behandlung so **lange regelmäßig** fort, wie es Ihr Arzt für erforderlich hält!

Mit etwas Geduld, konsequenter Anwendung des verordneten Präparates und Befolgung der Tipps **bekommen Sie Ihre Rosazea in den Griff!** Neben der medikamentösen Behandlung ist das Vermeiden von auslösenden Faktoren wichtig.

Vermeiden Sie alles, was Ihre Haut reizt oder die Blutgefäße erweitert:

- **Hitze, starke Sonneneinstrahlung, UV-Licht**
- **Kälte, kalter Wind**
- **Starke Temperaturwechsel**
- **Heiße oder kalte Bäder**
- **Anstrengung, Stress, Aufregung**
- **Alkohol, heiße Getränke, scharfe Gewürze**
- **Pflegeprodukte auf alkoholischer Basis und**
- **andere hautreizende Produkte (z.B. Aftershaves)**

Verwenden Sie zur täglichen Pflege Ihrer Haut:

- **Milde Reinigungsmittel, z.B. Reinigungsmilch, Reinigungstücher**
- **Nicht hautreizende und nicht fettende Feuchtigkeitscremes**
- **Nicht fettendes Make-up**
- **Sonnenschutz-Präparate (LSF 15) bei Aufenthalt in der Sonne**

Übrigens: Sie können Pflegeprodukte oder dekorative Kosmetika ca. **10 Minuten** nach Anwendung der **metronidazolhaltigen Fertigprodukte Creme und Gel** auftragen. Die Wirkung wird nicht beeinflusst und die **Kombination** mit anderen kosmetischen Produkten ist **problemlos!**

Patienten-Tagebuch: Checkliste

Diese Checkliste soll Ihnen helfen herauszufinden, welche möglichen Triggerfaktoren die Rosazea bei Ihnen auslösen. Einfach jeweils eine Kopie von dieser Seite machen, jeden Abend ausfüllen und dann mit Ihrem Hautarzt besprechen.

Welchem Wetter waren Sie heute ausgesetzt:

- Sonne Hitze Kälte Feuchtigkeit Wind

Welche Nahrungsmittel haben Sie heute zu sich genommen:

- Scharfe Gerichte Auflistung: _____
- Alkohol Auflistung: _____
- Heiße Getränke Auflistung: _____
- Früchte Auflistung: _____
- Milchprodukte Auflistung: _____
- Gemüse Auflistung: _____
- Andere Auflistung: _____

Welchen Aktivitäten und welchem Stress waren Sie heute ausgesetzt:

- Emotionaler Stress Beschreibung: _____
- Körperliche Anstrengung Beschreibung: _____
- Heißes Bad Sauna
- Körperliche Beschwerden Auflistung: _____
- (Errötung, Chronischer Husten, Hitzewallungen, Fieber etc.)

Mit welchen Kosmetika bzw. Substanzen sind Sie heute in Berührung gekommen:

- Hautpflegeprodukte Auflistung: _____
- Kosmetika Auflistung: _____
- Seife Auflistung: _____
- Parfum Auflistung: _____
- After Shave Auflistung: _____
- Shampoo Auflistung: _____
- Haushaltsreiniger Auflistung: _____
- Andere Auflistung: _____

In welchem Zustand ist Ihre Rosazea heute:

- Keine Zustandsveränderung
- Leichte Zustandsveränderung (Verbesserung/Verschlechterung)
- Starke Zustandsveränderung (Verbesserung/Verschlechterung)

Haben Sie heute Ihre Medikamente/Cremes/Gels etc. angewendet:

- Ja
- Nein

Wenn ja, welche: _____

Häufig gestellte Fragen zu Rosazea

Was Sie schon immer wissen wollten



Warum erkranken vor allem hellhäutige Menschen an Rosazea?

Warum dies so ist, ist noch nicht erforscht worden. Für ganz Europa ist jedoch ein Nord-Süd-Gefälle zu beobachten. In den skandinavischen Ländern, besonders aber auch in Irland und England, wo der hellhäutige, rothaarige, keltische Typ vorherrscht, sind ca. 10% der erwachsenen Bevölkerung betroffen, bei uns in Deutschland ca. 5% und am Mittelmeer sind es "nur noch" 2%.



Ist Rosazea ansteckend?

Nein, auf keinen Fall. Rosazea kann nicht übertragen werden.



Welche Nebenwirkungen haben metronidazolhaltige Fertigpräparate wie Creme und Gel?

Nur sehr wenige. Bei der Anwendung wurde nur von einem vorübergehenden leichten Brennen und Wärmegefühl berichtet. Die **Creme** und das **Gel** sind **gut verträglich**, praktisch und hygienisch.



Hat die Rosazea-Erkrankung etwas mit dem Hormonhaushalt zu tun bzw. würde es besser werden, wenn ich Hormone einnehme?

Bei einigen Rosazea-Patientinnen spielen **hormonelle Faktoren**, z.B. während der Menstruation oder Schwangerschaft, eine Rolle. Es wurden **prämenstruale Verschlechterungen** beobachtet, die sich vor allem durch Papeln am Mund- und Kinnbereich äußerten.

● **Meine Haut brennt und juckt so. Kann ich die metronidazolhaltige Creme öfter als zweimal täglich anwenden? Oder kann ich zusätzlich juckreizstillende Salben verwenden?**

Die Creme sollte nur zweimal am Tag, **morgens** und **abends**, dünn auf die gereinigte Haut aufgetragen werden. Grundsätzlich sind die Duft- und Konservierungsstoff-freien Produkte von **La Roche Posay** besonders geeignet. Bitte kontaktieren Sie Ihren **Hautarzt**, er wird Ihnen empfehlen, welche Produkte Sie für Ihren Hauttyp in Kombination verwenden können.

● **Kann ich eine Gesichtsmaske trotz meiner Rosazea verwenden?**

Prinzipiell ist von **austrocknenden Gesichtsmasken** (wie z.B. Heilerde) **abzuraten**. Wenn eine Maske antrocknet, bildet sich ein Hitzestau und die Hautdurchblutung wird angeregt, die Haut damit wieder empfindlicher. Wenn Sie eine Maske machen wollen, dann nur **Feuchtigkeitmasken**. Decken Sie diese z.B. mit Plastikfolie ab, um das Austrocknen zu verhindern.





Rosazea – Klinik und aktuelle Therapie

von Helmut Schöfer (HG.)

104 Seiten - Thieme-Verlag

ISBN 3-13-132741-3

Preis: 19,90 €

Kurzbeschreibung:

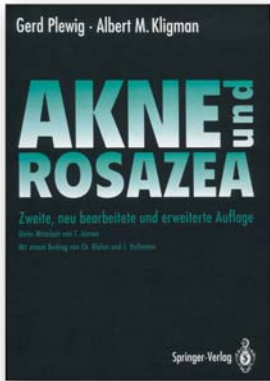
Bei der Rosazea, dem „*Fluch der Kelten*“, handelt es sich um eine *chronische Erkrankung des Gesichtes*.

Sie ist gekennzeichnet durch einen *stadienhaften Verlauf* mit vielen klinischen Varianten und Schweregraden. Eine Heilung kann den Patienten, trotz Fortschritten im Wissen um die letztlich noch ungeklärte Ätiologie dieser Erkrankung, nicht versprochen werden.

Die Rosazea gilt heute jedoch als *gut behandelbar*. Bei der topischen Therapie nimmt *Metronidazol* eine zentrale Stellung ein. Diese Substanz wird bereits seit zwei Jahrzehnten in Magistralrezepturen verordnet und ist seit kurzem in *neuer Galenik* auch als *Fertigarzneimittel* erhältlich.

Für die Wirksamkeit des *Metronidazols* bei der Rosazea spielt keineswegs eine antibiotische Wirkung die entscheidende Rolle, sondern vielmehr eine *Verminderung reaktiver Sauerstoffspezies*.

Das vorliegende Buch gibt den behandelnden *Ärzten* und interessierten *Patienten* einen Überblick über den *aktuellen Stand* der topischen, systemischen und chirurgischen Behandlung der Rosazea sowie nicht zuletzt auch zu den Aspekten der *kosmetischen* und *psychologischen* Betreuung der oft besonders belasteten Patienten.



Akne und Rosazea

von Gerd Plewig, Albert M. Kligman

Gebundene Ausgabe -
740 Seiten - Springer Verlag
2. Auflage, vollst. überarb. u. erw. Aufl. 1994

ISBN 3540557636

Preis: 49,95 €

Kurzbeschreibung:

Das vorliegende Buch ist die deutsche Übersetzung der zweiten, erweiterten und überarbeiteten englischen Auflage.

*Das reich illustrierte Buch umfasst alle Aspekte der Akne und akneähnlicher Erkrankungen sowie – zum ersten Mal – **Rosazea**, einschließlich ihrer **Physiologie**, **Pathologie**, **Bakteriologie** und **Endokrinologie**.*

Vervollständigt wird der Text durch die ausgewählte Bibliographie und ausgezeichnete histopathologische Abbildungen.

*Das Buch ist für all jene **Ärzte** bestimmt – praktische Ärzte, Allgemeinmediziner, Kinderärzte, Gynäkologen, Pharmakologen, Dermatologen –, die tagtäglich mit der Behandlung der verschiedensten Formen dieser Krankheiten befasst sind.*

Die Autoren schildern im Detail ihre persönlichen Methoden, diese Krankheiten erfolgreich zu behandeln.



Autogenes Training

Autogenes Training bedeutet Entspannung durch Konzentration. Dabei werden Entspannungsübungen durchgeführt, die von bestimmten Aufforderungen begleitet werden, z.B. „Die Haut fühlt sich ganz normal an“ – der Patient stellt sich dabei vor, dass die Haut im gesunden Zustand ist.



Blepharitis

Entzündung des Augenlidrandes



Dermatologe

Facharzt für Hautkrankheiten



Erythem

Rötungen der Haut



Keratitis

Entzündung der Hornhaut (Auge)



Konjunktivitis

Entzündung der Bindehaut (Auge)



Lokale Therapie

Äußerliche Behandlung (z.B. mit Creme oder Gel)



Papeln

Kleine rote Knötchen



Pusteln

Eiterpickel



Rhinophym

Verdickte Nase: aufgrund vermehrten Gewebes Knollenbildung auf der Nase



Schub

Rosazea kommt meist in so genannten Schüben – Intervalle, ausgelöst durch verschiedene Faktoren



Systemische Therapie

Innere Behandlung (z.B. mit Tabletten)



Teleangiektasien

Erweiterte Äderchen



Trigger

Auslösende Faktoren

Vorname: _____

Name: _____

Straße: _____

Ort: _____



Deutsche ROSAZEA Hilfe e.V.

Bitte
mit
45 Cent
freimachen

Antwort

Deutsche ROSAZEA Hilfe e.V.

Postfach 20 23 18

20216 Hamburg



Deutsche ROSAZEA Hilfe e.V.

Nehmen Sie Kontakt auf

Antwortkarte zum Heraussternen

Bitte schicken Sie mir die Unterlagen für den Mitgliedsantrag zu.

Hiermit möchte ich weitere Broschüren für Verwandte und Bekannte anfordern:

(Name, Adresse)

Hiermit möchte ich weiteres Material, das in Zukunft zur Verfügung stehen wird, anfordern.

Meine Tipps – Von Patienten für Patienten:

Das tue ich noch gegen meine Rosazea:
