

Therapieplan Rosacea

morgens
Cetaphil redness control Creme zur Symptombehandlung mit LSF 15 ganzes Gesicht
Bei massiver Sonne: ca. 20 min NACH redness control: La Roche Posay invisible fluid ganzes Gesicht
abends
Cetaphil redness control Creme zur Symptombehandlung mit LSF 15 ganzes Gesicht

Rosacea ist eine gutartige, aber chronisch-entzündliche Erkrankung der Gesichtshaut, welche sich v.a. im Mittelgesicht mit schubweisen Hautrötungen sowie bei manchen Patienten auch Bildung von Pickeln äußert.

Mit der richtigen Gesichtspflege sowie dem Unterlassen von schädlichen Gewohnheiten (Sauna, Sonnenbäder) kann man sie zwar nicht heilen, aber so gut unter Kontrolle bekommen, dass die Rosacea praktisch unsichtbar ist.

Bei deutlichen Gesichtsrötungen empfiehlt sich evtl eine abdeckende Tagescreme, idealerweise mit Grün-Pigmenten wie zB Deruba Creme.

⇒ falls Pickelbildung: zusätzlich abends Soolantra Creme auf die pickeligen Areale für 2-3 Monate. Dies kann beliebig wiederholt werden. Einige Patienten mit schwerer Rosacea benötigen eine Dauerbehandlung mit Soolantra jeden Tag abends.

Therapie - Basismaßnahmen

Rosacea ist eine reizbare Erkrankung, alles was reizt oder Durchblutung fördert, verschlimmert die Rötungen. Daher schonende Gesichtereinigung: morgens und abends klares lauwarmes Wasser ohne Zusätze, keine Seifen, keine Waschlappen. Zum Trocknen nur vorsichtig abtupfen. Ausserdem meiden:

- zu fettige Hautpflegecremes. Es darf nichts ins Gesicht gecremt werden, wo nicht "für Rosacea geeignet" drauf steht.
- scharfe Speisen
- Alkohol
- Zugluft
- Hitze-Kälte-Wechsel (Extremfall Sauna!)
- Reibung
- Sonne (bei Vollsonne: optimal breitkrempigen Hut tragen, mindestens aber Sonnencreme anwenden. Achtung, diese darf nicht zu fettig sein, ein Gel oder eine Lotion ist günstig)
- NIE dürfen kortisonhaltige Cremes im betroffenen Bereich angewendet werden, diese verschlimmern das Problem!