Hautpflege bei Rosacea

Ihre Apotheke informiert

Rötungen, sichtbare Äderchen, Pusteln, Schwellungen im Gesicht und brennende oder stechende Haut sind Symptome der chronischen Hauterkrankung. Neben Medikamenten sorgt konsequente Hautpflege dafür, dass Sie sich wieder wohl in Ihrer Haut fühlen. Bei Fragen sprechen Sie uns an.

Reinigen

- Dafür eignen sich seifenfreie, pH-neutrale Syndets, die Sie mit lauwarmem Wasser von der Haut spülen.
- Spannt die Haut nach dem Waschen mit Wasser, können Sie Reinigungsmilch oder micellares Gesichtswasser verwenden. Um dabei mechanische Reizungen zu vermeiden, sanft mit einem Wattepad über das Gesicht fahren.
- Verwenden Sie zum Abschluss immer ein alkoholfreies Gesichtswasser. Damit entfernen Sie Reinigungsmittelreste und bereiten die Haut auf das Auftragen der Pflege vor.

Pflegen

- Tragen Sie Pflegecremes täglich morgens und abends zur Stabilisierung Ihrer Haut auf.
- Bevorzugen Sie lipidarme Cremes und Lotionen. Zuviel Fett deckt die Haut ab, und sie juckt und brennt.
- Verwenden Sie Tagescremes mit einem mittleren (LSF 15, 20, 25) bis hohen Lichtschutzfaktor (LSF 30). Denn UV-Strahlen können Ihre Rosacea verschlimmern.
- Schützen Sie Ihre Haut bei Freizeitaktivitäten im Sommer oder beim Wintersport immer mit lipidarmer Sonnencreme (LSF 50+).
- Schützen Sie Ihr Gesicht mit einem Sonnenhut oder einer Kappe mit Schirm vor Sonneneinstrahlung.
- Achten Sie darauf, dass Pflegecremes und Lotionen keine reizenden Inhaltsstoffe wie Kampfer, Menthol oder Anti-Aging-Substanzen wie Retinol enthalten.
- Pflegende Kosmetika können Sie auch therapiebegleitend zu vom Arzt verordneten Medikamenten verwenden.
- Wichtig: Tragen Sie erst das Therapeutikum und nach etwa 30 Minuten das Kosmetikum auf.

Abdecken

- Make-up kaschiert störende Rötungen und Pusteln. Verwenden Sie Concealer und Foundations mit niederem Fettanteil.
- Mit Puderrouge können Sie Akzente setzen. Auf fettreiches Cremerouge verzichten Sie besser.
- Auch für Männer geeignet: Tagescremes mit Grünpigmenten. Diese neutralisieren die Farbe Rot optisch.

© Lipowski / Getty Images / iStock (Symbolbild mit Fotomodell)

Apothekenstempel

Mit Unterstützung der Zeitschrift

DAS PTA MAGAZIN

aktuell
informativ
unterhaltsam

2022