PRESSEMITTEILUNG

AKTIV GEGEN ROSACEA

Das A und O bei Rosacea: Sonnenschutz zu jeder Jahreszeit

Düsseldorf – 18. April 2023 – Nach dem Winter mit kurzen und dunklen Tagen lassen jetzt die ersten Sonnenstrahlen den lang ersehnten Sommer schon erahnen. Dabei nutzen viele das schöne Wetter für ein erstes „Sonnenbad". Doch gerade an sonnigen aber noch kühlen Frühlingstagen wird die Intensität der UV-Strahlung oft unterschätzt. Menschen mit Hautkrankheiten sollten daher jetzt im Frühling vermehrt auf wirksamen Sonnenschutz achten – insbesondere Rosacea-Betroffene. Denn UV-Strahlung ist für die meisten Menschen mit Rosacea ein wesentlicher Triggerfaktor und kann zu den typischen Rosacea-Symptomen wie anhaltenden Rötungen, Eiterpickeln und entzündlichen Knötchen im Gesicht führen. Wir haben für Sie Tipps zum Thema Sonnenschutz und Hautpflege – nicht nur in der warmen Jahreszeit – zusammengestellt.

Direkte Sonnen meiden

Jetzt im Frühling freuen wir uns besonders, dass die Sonne scheint. Aber für Menschen mit Rosacea ist Sonne auch immer eine Herausforderung, denn die UV-Strahlung und die Hitze führen immer zu einer Erweiterung der Blutgefäße und können somit den nächsten Rosacea-Schub auslösen. Daher gilt für Rosacea-Betroffene: die direkte Sonne meiden oder zumindest nur in Maßen genießen und immer an zusätzlichen UV-Schutz denken. Ein Sonnenhut mit möglichst breiter Krempe sowie ein geeignetes Sonnenschutzprodukt sollten zur Grundausstattung von Rosacea-Betroffenen gehören, um die Haut jederzeit gut schützen zu können. Am besten ist es, wenn Sie Hut und Sonnencreme immer bei sich tragen oder zum Beispiel griffbereit in das Handschuhfach ihres Autos legen.

Sonnenschutz das ganze Jahr

Rosacea-Betroffene sollten nicht nur im Frühling und Sommer, sondern während des gesamten Jahres Sonnenschutz verwenden – auch bei bewölktem Wetter. Besonders im Frühling, wenn es noch kühl ist und der Himmel bedeckt, kann dies schnell dazu führen, dass

die UV-Strahlung unterschätzt wird. UV-Strahlung begünstigt die Erweiterung der Blutgefäße und führt bei chronischer Exposition sogar zu Teleangiektasien[1] – und somit zu einer weiteren sichtbaren Verschlechterung des Hautzustandes. Achten Sie beim Kauf von Sonnenschutzprodukten unbedingt auf einen hohen bis sehr hohen Lichtschutzfaktor (LSF) oder Sun Protection Factor (SPF). Dieser sollte zwischen 30 und 50+ liegen. Daneben sollte das Produkt auch vor UVA-Strahlung schützen, was man gut am UVA-Logo auf den Sonnenschutzprodukten erkennen kann.

Empfindliche Rosacea-Haut richtig schützen

Neben dem Lichtschutzfaktor sollten Sie beim Kauf von Sonnenschutz darauf achten, dass sich das Produkt für Ihre empfindliche Rosacea-Haut eignet. Als besonders verträglich bei Rosacea erweisen sich in der Regel parfüm- und lipidarme Sonnenschutzprodukte. Gut geeignet sind leichte Produkte für empfindliche Haut, wie z. B. die *Cetaphil® Sun Liposomale Lotion SPF 50+* oder das *Cetaphil® Sun Regulierendes Multischutz-Fluid SPF 50+.* Auch eine richtige und regelmäßige Anwendung ist unerlässlich. Die empfohlene Auftragsmenge liegt bei ca. 1,5 g Sonnencreme für das Gesicht bzw. 2,5 g für Gesicht und Hals – insgesamt also ein halber Teelöffel. Hautärzt:innen empfehlen zudem, das Sonnenschutzprodukt ca. eine halbe Stunde vor Verlassen der Innenräume aufzutragen und gut einzuarbeiten/einzumassieren. Regelmäßiges Nachcremen ist ebenso wichtig, insbesondere bei starkem Schwitzen, Wasserkontakt oder Abrieb. Dabei gilt für Rosacea-Patient:innen folgende Reihenfolge bei der Gesichtspflege: zuerst das Rosacea-Medikament auftragen, dann die Pflegelotion oder -creme und anschließend das Sonnenschutzprodukt.

Beim Make-up gilt: weniger ist mehr

Ein weiterer Tipp für Sie: Auch abdeckendes Make-up verträgt sich mit Hitze nicht immer gut. Die empfindliche Rosacea-Haut kann unter einer dicken, wasserfesten Make-up-Schicht nicht mehr atmen und errötet umso schneller. Daher empfiehlt es sich, das Make-up dünn aufzutragen. Hierfür eignen sich leichte Foundations mit einem hohen Wasseranteil. Wer sich beim Schminken zusätzlich vor UV-Strahlung schützen möchte, kann ein Make-up mit Lichtschutzfaktor auftragen oder getönte Sonnenschutzprodukte verwenden.

[1]Universitätszentrum Düsseldorf, Hautturmorzentrum. Prävention. Das Sonnenlicht und seine Schattenseiten. https://www.uniklinik-duesseldorf.de/patienten-besucher/klinikeninstitutezentren/hauttumorzentrum/praevention (Letzter Zugriff am 15.02.2023).

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 Abonnent:innen per E-Mail regelmäßig Nachrichten von „Aktiv gegen Rosacea“ inklusive praktischer Tipps zum Umgang mit der Hautkrankheit. Den **„Rosacea-Newsletter“** können Sie ganz einfach abonnieren: Tragen Sie unter https://newsletter.rosacea-info.de/ Ihre E-Mail-Adresse ein und bleiben Sie immer gut informiert!
Mehr Informationen gibt es auch auf der Website von „Aktiv gegen Rosacea“ unter www.rosacea-info.de, bei Facebook (www.facebook.com/AktivGegenRosacea), YouTube (www.youtube.com/user/AktivGegenRosacea/videos) und Instagram (www.instagram.com/aktivgegenrosacea/).

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, scharfes Essen, Wetterumschwünge und heißes Duschen begünstigt wird, hat häufig einen negativen Einfluss auf das Sozialleben der Patient:innen. 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. Expert:innen 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 bis zur vollständigen Erscheinungsfreiheit therapieren. Patient:innen sollten außerdem ihre „Trigger“ meiden sowie Sonnenschutzmittel (LSF 30-50+) 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 „Aktiv gegen Rosacea”
Laut aktueller Studienlage sind in Deutschland zwischen 2 – 12% der Bevölkerung von Rosacea betroffen – das sind bis zu 10 Mio. Menschen (weitere Infos unter www.rosacea-info.de/was-ist-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 „Aktiv gegen Rosacea“ ins Leben gerufen. Diese verfolgt seit 2010 erfolgreich ihre Ziele: Gut informierte Rosacea-Patient:innen, 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 (zum Beispiel Hautarztsuche, Rosacea-Schnelltest) sowie praktische Tipps von Dermatolog:innen und Kosmetik-Expert:innen zum Umgang mit der Krankheit im Alltag. Regelmäßige News sowie die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Betroffenen bietet „Aktiv gegen Rosacea“ mit einem eigenen Blog und einer Facebook-Seite, auf der Deutschlands größte Rosacea-Community im täglichen Dialog aktiv ist. Auch bei YouTube und Instagram ist die Kampagne vertreten.

Über Galderma
Galderma ist ein führendes Dermatologie-Unternehmen und in etwa 90 Ländern vertreten. Wir bieten ein innovatives, wissenschaftlich fundiertes Portfolio von Premium-Marken und -Dienstleistungen an, das die gesamte Breite des schnell wachsenden Dermatologie-Marktes abdeckt – von ästhetischen Injektionsbehandlungen über Hautkosmetik bis hin zur therapeutischen Dermatologie. Seit unserer Gründung im Jahr 1981 richten wir unser Engagement und unseren Fokus auf das größte Organ des menschlichen Körpers – die Haut – und erfüllen die individuellen Verbraucher- und Patientenbedürfnisse in partnerschaftlicher Zusammenarbeit mit Angehörigen der Gesundheitsberufe und mit überragenden Ergebnissen. Wir wissen, dass unsere Haut die eigene Lebensgeschichte prägt. Darum ist unser Ziel die Weiterentwicklung der Dermatologie – für jede Hautgeschichte.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.galderma.com

Galderma Pressekontakt
Antje Saßenberg
Teamlead Communication & Congress
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