

# It burns, burns, burns...

Das Gefühl der aufsteigenden Gesichtsröte kennt jeder. Wird dieser Zustand zu einer chronischen Hautrötung im Gesicht und schränkt es sogar die Lebensgewohnheiten ein, kann es sich um **Rosacea** oder **Couperose** handeln.

**B**ei der Rosacea oder Kupperose handelt es sich um eine in Schüben verlaufende, chronisch entzündliche Hauterkrankung. Zu Beginn der Erkrankung kommt es zu anhaltenden Erythemen, also Hautrötungen. Später bilden sich häufig Papeln (Knötchen), Pusteln (Bläschen), sichtbare Gefäßerweiterungen und Gewebeneubildungen (Phymen). Die

Auslöser für den sogenannten „Flush“, den Rötungsschub, sind neben starken Temperaturschwankungen auch scharfe Speisen, Alkohol, Medikamente und Kosmetika, UV-Strahlung, Kaffee/Tee sowie Rauchen und Stress. Die Hauptursache ist vermutlich eine genetisch bedingte Störung von immunologischen, neuralen und vasalen Prozessen. Dadurch werden Produk-

tion und Aktivierung eines hauteigenen Peptids gestört. Dieses Peptid ist bei einer gesunden Haut für die Immunabwehr und für die Bildung von Gefäßen verantwortlich. Ebenso wurde eine stark erhöhte Ansiedlung von Demodex-Milben auf der erkrankten Rosacea-Haut festgestellt.

**Drei Erscheinungsbilder** Beim Schweregrad 1 sind lediglich Gefäß-



© RusN / iStock / Getty Images



## PRAXISTIPP

Auch wenn es schwerfällt: Eine entshaltsame Lebensweise kann sich positiv auf den Schweregrad und das Fortschreiten beider Erkrankungen auswirken. Empathie in der Beratung ist hier gefragt, denn der Leidensdruck der chronischen Hauterkrankungen ist für die Betroffenen sehr hoch.

erweiterungen zu sehen, beim Schweregrad 2 treten zusätzliche Bläschen und Knötchen auf. Ist auch die Nase betroffen, die dann rot, grobporig und größer wird, spricht man vom Schweregrad 3.

Neben der Vermeidung der Triggerfaktoren (Ernährung und Lebensweise), sind eine medikamentöse Therapie und die Wahl der richtigen Kosmetikprodukte oft symptomlindernd. Wird die Rosacea nicht behandelt, kommt es zu einer Verschlimmerung der Beschwerden. In der lokalen Antibiotikatherapie kommen bei einer ausgeprägten Kupferrose Metronidazol, Azelainsäure (Reduzierung des Keratozytenwachstums) und Clindamycin zum Einsatz. Minocyclin und Doxycyclin dienen als Mittel der ersten Wahl in der systemischen Behandlung, da sie, über mehrere Wochen genommen, den Magen- Darmtrakt nicht so sehr belasten wie Erythromycin und Clarithromycin.

### Kosmetische Behandlung der

**Rosacea** Eine besonders milde Reinigung und sanfte Pflege sind angesagt. Peeling-Produkte sollten auf jeden Fall vermieden und reizenden Stoffe, wie Menthol oder Kampfer nicht verwendet werden, auch wenn sie kühlen. Die Haut nie trocken rubeln, nur sanft trocknen, tupfen oder streicheln. Pflegeprodukte sollten einen hohen Wasseranteil enthalten (Cremes und Lotion). Generell sollte man auf Duft- und Farbstoffe verzichten. UV-Produkte sollten eher mineralische Filter enthalten und keine chemischen, um die Haut nicht zusätzlich zu irritieren. Wichtig ist ein hoher Lichtschutzfaktor (50+).

Um den Leidensdruck der Betroffenen abzuschwächen hat man gut deckende Make-ups entwickelt, die sich sanft entfernen lassen und keine hautreizenden Zutaten enthalten. Als Inhaltsstoff in Kosmetikprodukten gegen Rosacea eignet sich Vitamin C zur dauerhaften Stabilisierung des Bindegewebes sowie Niacinamid gegen Irritationen und zur Immunstärkung der Haut. Ebenso werden

häufig Wirkstoffe verwendet, welche die Gefäßwände stärken und somit Rötungen und sichtbare Äderchen mildern. Squalen, Sheabutter und Glycerin spenden Feuchtigkeit und verbessern die Barrierefunktion. Thermalwasser eignet sich hervorragend, um einen kühlenden Effekt zu erzielen.

einzelne gefärbte Adern aufweisen, bis hin zu einem gesamten Geflecht an roten und blauen Kapillargefäßen. Überwiegt die blaue Verfärbung, sind vor allem venöse Gefäße betroffen und man spricht von Venektasien. Bei Teleangiektasien überwiegt der rote Ton, da vorwiegend die arteriellen Gefäße betroffen sind. Die Couperose-Haut zeigt zudem extreme Trockenheit, Spannungsempfindlichkeiten, Brennen und Juckreiz. Die gestörte Hautbarriere macht die Haut empfindlich. Oftmals verlaufen die Grenzen zwischen Couperose und dem ersten Stadium der Rosacea fließend.

### Kosmetische Behandlung der

**Couperose** Alle aufgeführten Empfehlungen der Rosacea-Behandlung gelten auch für die Couperose. Vor allem fettfreie Cremes sind sehr wichtig, um den Hitzestau zu vermeiden. Dieser würde die Blutstau-

## Bei chronischer Gesichtsröte gilt es die Haut zu beruhigen und Triggerfaktoren zu meiden.

**Zunächst ähnlich** Auch die Couperose oder Kupferfinne äußert sich durch Rötungen im Gesicht. Diese ebenfalls nicht ansteckende, jedoch chronisch verlaufende Hauterkrankung kann sich bereits im Alter von 30 Jahren zeigen. Wie bei der Rosacea sind Frauen häufiger betroffen. Eine mögliche Ursache ist eine konstitutionsbedingte Bindegewebsschwäche. Im Anfangsstadium der Couperose kommt es zu leichten Rötungen im Gesicht, vor allem im Nasen- und Wangenbereich. Immer wieder auftretende Rötungen führen zu einer Blutstauung, die zu einer Erweiterung der Kapillargefäße führt. Dieses wird durch rötliche oder bläuliche nach außen scheinende Äderchen sichtbar. Die Ausprägung des Krankheitsbildes kann

ungen in den erweiterten Kapillargefäßen verstärken. Mit grünen Farbpigmenten, enthalten in den leichten Feuchtigkeitstexturen der Pflegeprodukte, kann man die sichtbare Rötung reduzieren. Grün ist die Komplementärfarbe von Rot, drum neutralisieren sich die Farben. Dexpantheol und Bisabolol sind häufig verwendete, hautberuhigende Inhaltsstoffe. ■

*Sandra Holzhäuser,  
PTA und Kosmetikerin*