



# Rosacea

Wenn die Haut „blüht“

Rötungen?

Durchscheinende Äderchen?

Eventuell einhergehend mit Pickeln?

Dr. Spiller-Spezialprodukte zur Pflege bei Rosacea – zum Kaschieren, Beruhigen der Haut und Straffen der Gefäße.

Fragen Sie jetzt danach!

**GRATIS**  
zum  
Mitnehmen!

*Dr. Spiller*

Biomimetic SkinCare

## Rosacea

Obwohl die Rosacea zu den häufigsten Hauterkrankungen zählt, sind die Ursachen bisher nicht völlig geklärt. Eine rechtzeitige Behandlung sowie etwas Eigeninitiative bringt die „Kupferrose“ aber meist rasch zum Abklingen.



Als „Fluch der Kelten“ wird die Rosacea im Volksmund bezeichnet, denn sie betrifft besonders häufig hellhäutige, lichtempfindliche Menschen. Übersetzt bedeutet Rosacea „Rosenblüte“. Doch auch diese wohlklingende Bezeichnung tröstet die Betroffenen nicht darüber hinweg, dass sie unter einer chronischen Hauterkrankung leiden, die bei jedem Dritten auch die Augen in Mitleidenschaft zieht. Meist zeigen sich erste Anzeichen der Erkrankung im Alter zwischen 30 und 50 Jahren. Frauen sind zwei- bis dreimal häufiger betroffen als Männer.

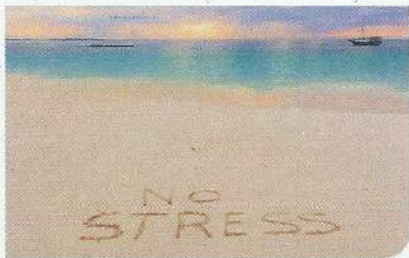
### Was können Betroffene selber tun?

Prof. Dr. Michaela Axt-Gadermann, Hautfachärztin und Professorin für Gesundheitsförderung an der Hochschule Coburg und Autorin zahlreicher Fach- und Sachbücher (u. a. des Bestsellers „Schlank mit Darm“, Südwest Verlag), empfiehlt:



1. Finden Sie Ihre individuellen **Auslösefaktoren**, die zu einer Verschlechterung des Hautzustands führen, heraus und meiden Sie diese konsequent.
2. **Bleiben Sie kühl:** Tragen Sie nicht zu warme Kleidung, verzichten Sie auf Saunabesuche, drehen Sie die Heizung etwas herunter.
3. Finden Sie eine Hautpflege, die Ihrer Haut guttut. Bei Rosacea sollte diese nicht zu lipidhaltig sein. Eine **leichte Creme** oder ein kühlendes, **feuchtigkeitsspendendes Gel** wird oft gut vertragen.
4. Legen Sie öfter **kühle Kompressen** auf die betroffenen Stellen. Diese können Sie auch mit starkem, kühlem Schwarztee tränken – das beruhigt die Haut und lindert die Entzündungen.
5. **Verzichten Sie auf Alkohol.** Alkohol regt die Hautdurchblutung an und verschlechtert eine Rosacea.
6. **Meiden Sie scharfe Gewürze**, auch diese regen die Durchblutung an.
7. Lassen Sie **heiße Getränke** wie Tee oder Kaffee etwas **abkühlen**, bevor Sie diese trinken.

8. Eine **vorsichtige Lymphdrainage** kann dazu beitragen, gestaute Gewebeflüssigkeit zu mobilisieren. Massieren Sie deshalb regelmäßig mit leicht kreisenden Fingerbewegungen Nase, Wangen und Stirn. Führen Sie diese Massage morgens und abends jeweils etwa 3 Minuten lang durch.
9. Verwenden Sie bei Bedarf ein deckendes Make-up, eine **Tönungscreme**, Camouflage oder eine grüne Grundierung, um die Rötungen zu kaschieren und zu neutralisieren. Das ist bei Rosacea erlaubt und schützt auch die Haut vor äußeren Einflüssen.



10. Lassen Sie Ihre **Augen kontrollieren!** Bei etwa jedem dritten Rosacea-Patienten kommt es zu einer Mitbeteiligung des Auges, deren Ausmaß von einer leichten Entzündung bis hin zu schweren Augenschäden reichen kann. Wurde bei Ihnen eine Rosacea festgestellt, sollten Sie Ihre Augen von einem Augenarzt kontrollieren lassen.
11. **Reduzieren Sie Stress**, lernen Sie Entspannungsverfahren wie autogenes Training oder machen Sie Yoga.
12. **Ernähren Sie sich ausgewogen** mit viel Obst, Gemüse und Vollkornprodukten. Verzichten Sie auf Fertiggerichte und Fast Food.



## Spezialisten von Dr. Spiller

Diese Produkte haben sich bei Rosacea bewährt:

### 1. Reinigung

- **Aloe Sensitiv Reinigungsgel**  
Mildes, fettfreies Reinigungsgel.
- **Aloe Sensitiv Tonic**  
Mildes Gesichtswasser zur Durchfeuchtung und Hautberuhigung.



### 2. Wirkstoffkonzentrat / Intensivpflege

- **Aloe Vera Gel**  
Universeller, kühlend wirkender Feuchtigkeitsspender mit reinem Aloe-vera-Blattsaft.
- **SENSICURA Feuchtigkeitskomplex**  
Erhöht die Widerstandskraft der Haut und beruhigt.
- **Vitamin C-Plus Serum**  
Lindert Hautreizungen und wirkt sich günstig auf das Hautbild bei Rosacea aus.
- **Anti Couperose Gel**  
Fettfreies Gel zur Stärkung erweiterter Äderchen.
- **Anti Couperose Ampullen**  
Wirkstoffkonzentrat zur Kurpflege und Intensivierung des Anti Couperose Gels.

### 3. Tagespflege

- **Hydro Color Tönungscreme**  
Getönte Tagescreme mit leichtem Lichtschutzfaktor. Erhältlich in Dunkel und Hell.
- **Color Artist® Cover Stick**  
Kaschiert Hautrötungen. Erhältlich in drei Farbnuancen.

### 4. Nachtpflege

Dr. Spiller bietet eine große Auswahl an Light Cremes an. Hierbei berät Sie Ihre Kosmetikerin gerne persönlich.

Exklusiv bei Ihrer Kosmetikerin

- **Anti Couperose Peel Off Maske**  
Kühlende Maske zur Minderung von Rötungen.  
*Professionelles Kabinenprodukt, ausschließliche Anwendung durch die Kosmetikerin.*

Sehr gerne steht Ihnen Ihr Dr. Spiller Beauty-Experte zur Verfügung:

