



## ROZACEA

### **Kaj je namen izvročka ?**

Namen izvročka je razložiti nastanek rosaceje, razložiti kako zdravnik postavi diagnozo rozacea, kako jo zdravimo in kako si lahko pomagata sami.

### **Kaj je rozacea?**

Rozacea je zelo pogosta kožna bolezen, ki se kaže v prvi fazi kot reverzibilna rdečina obraza, kasneje rdečina ostane, kot dilatirane kapilare, rožnate bunčice (papule) ter gnojne vezikule (pustule). Predeleksijska mesta za rozaceo so lica, čelo, nos in brada. Prizadene vse starostne skupine, najpogosteje ženske srednjih let.

### **Kaj je vzrok za rozaceo?**

Pravega vzroka zakaj se pojavi zaenkrat ne poznamo. Nastanek rozacee povezujemo s hiperodzivnostjo krvnih žilic (kapilar), ki se ob zunanjih dražljajih (npr. Toplo in mrzlo okolje, topla pijača, hrana, začimbe, sončna svetloba) sprva začasno razširijo in privedejo do rdečine kasneje pa nepovratno razširijo, govorimo o tako imenovanih telangiektazijah.

### **Kako rozacea izgleda?**

Med oblike rozacee sodi že zardevanje. Po določenem času eritem ne izzveni, pridružijo se lahko rožnate bunčice in gnojne vezikule. V najhujših primerih rozacee prihaja do sebacealne hiperplazije, ki vodi v rhinophimo ipd. Občasno so prizadete tudi veke, te so otečene, pordele, prav tako so pordele veznice.

### **Kako postavimo diagnozo rozacea?**

Diagnozo postavi dermatolog glede na klinični izgled sprememb. Dodatni testi večinoma niso potrebni.

### **Je rozacea ozdravljiva?**

Gre za kronično bolezen. Nemalo krat je tudi zdravljenje dolgotrajno.

## **Kako poteka zdravljenje rozacee?**

Rozaceo zdravimo z lokalnih in sistemskih zdravil. Izbor zdravil zavisi od tipa rozacee. Po kliničnem izgledu ločimo blago, zmerno in hudo obliko rozacee.

### **Rozaceo zdravimo na naslednje načine:**

1. Topikalno zdravljenje (to je, kar nanašamo direktno na kožo)
2. Peroralno zdravljenje (to je, kar jemljemo v obliki tablet ali kapsul)
3. Peroralna kontracepcija
4. Isotretinoin v obliki kapsul
5. Druga zdravila

### **Topikalna terapija**

Topikalne pripravke uporabljamo za blago do zmerno hudo obliko rozacee. Večinoma predpisujemo magistralne pripravke metronidazola, cinkovega oksida v blagi nedražeči podlagi, včasih se poslužujemo tudi azelaične kisline. Pri lokalni terapiji je potrebno opozoriti, da lokalni pripravki delujejo na dolgi rok, prva izboljšanja opazimo več tednov po začetku zdravljenja.

### **Peroralni antibiotiki**

So aktivne učinkovine, ki vam jih predpiše dermatolog. To so tetraciklini (doksiciklin, monociklin, lamociklin), metronidazol, makrolidi (eritromicin). Antibiotike namenjene za zdravljenje rozacee se jemlje dva do šest mesecev, podaljšane zdravljenja se poslužujemo v rezistentnih primerih. Nekatere antibiotike jemljemo le z določeno hrano, zato je dobro prebrati navodila o jemanju.

Peroralno terapijo kombiniramo z lokalno terapijo. Na ta način je zdravljenje bolj učinkovito, učinek zdravljenja pa dolgotrajnejši.

### **Druga zdravljenja**

Izotretinoin se včasih uporablja za zdravljenje rozacee.

### **Kaj lahko sam naredim za svojo kožo?**

1. Dnevna uporaba krem z zaščitnim faktorjem.
2. Izogibanje vsemu kar povzroča rdečino. Bodisi da gre za okoljske vplive bodisi, da gre za hrano (pri hrani smo posebej pozorni na temperaturo pripravljene hrane, hrana ne sme biti prevroča).

3. . Posebna previdnost je potrebna tudi pri izbiri čistilnih in negovalnih preparatov. Izogibajte se preparatov, ki so namenjeni za zdravljenje aken, saj ti lahko dodatno nadražijo kožo.
4. Prav tako ni priporočljivo drgnjenje kože z brisačo, s čistilnimi krtačami in gobicami, ki še dodatno nadražijo kožo. Nega naj bo nežna, tudi izbira kozmetike za čiščenje obraza je pomembna. Pri tem pazimo, da izberemo blaga sintetična mila (sindete), izogibamo se preparatov na bazi alkohola, mentola. Tudi bio in eko izdelki lahko poslabšujejo rozaceo, če le niso skrbno izbrani. Naravni izdelki, ki vsebujejo previsoko koncentracijo eteričnih olj, lahko škodijo vaši občutljivi koži. Na splošno svetujemo izogibati se odišavljenim milom, čistilom in kremam.
5. Pomembna je tudi pacientova samopodoba, ličila niso nezaželena, v tem primeru imajo vlogo kozmetične kamuflaže. Izbiramo zelenkaste pigmente, ki so prekrivalni za rožnat odetenek kože.
6. Odsvetujemo rozaceo zdraviti s kortikosteroidi, saj na dolgi rok ti rozaceo poslabšujejo.

### **Dodatne informacije**

[Http://www.dermnetnz.org/dna.rosacea/ros.html](http://www.dermnetnz.org/dna.rosacea/ros.html)