

BLOG.3

ROSACEA

- KRISTAL SKIN & LASER CLINIC -

21 APRIL 2020,

LIEVE LEZERS,

HEB JE WEL EENS GETWIJFELD OF JE LAST HEBT VAN ROSACEA? EN HEB JE WEL EENS TE HOREN GEKREGEN WAT HEB JIJ ALTIJD EEN 'GEZONDE' GLOED OP JE WANGEN OF BEN JE NOU AAN HET BLOZEN!? EN HEB JE DAARNAAST LAST VAN ONTSTEKINGEN OP WANGEN, NEUS, KIN EN VOORHOOFD. WACHT DAN NIET LANGER EN LEES HIER BENEDEN VERDER NAAR EVENTUELE TIPS EN MEER INFORMATIE! VEEL VAN DEZE TIPS ZIJN OOK HEEL HANDIG VOOR MENSEN MET COUPEROSE!

VEEL LEESPLEZIER!



Wat is ROSACEA?

Rosacea is een chronische aandoening waarbij vaak ontstekingen gepaard gaan. Het komt voor op de neus, wangen, voorhoofd en kin. Het komt het meest voor bij mensen (mannen en vrouwen) met een lichte huidtype. Ongeveer 5-6% van de bevolking heeft rosacea. Bij rosacea hebben zowel genetische als omgevingsfactoren (temperatuur, roken etc.) een belangrijke rol.

Vaak zijn de klachten bij rosacea roodheid, puistjes, zichtbare vaatjes en soms ook vocht in het gezicht.



Andere oorzaken kunnen zijn:

- ✧ UV straling.
- ✧ Overgevoeligheid van het immuunsysteem op de normale huidflora (micro-organismen, zoals schimmels en bacteriën op het huidoppervlak).
- ✧ Een mijt die normaal gesproken zonder er last van te hebben op je huid leeft (demoxed folliculorum), maar bij mensen met rosacea kan dat een ontstekingsreactie geven.

Factoren die Rosacea kunnen verergeren of uitlokken zijn:

- ◆ Stress (emotionele stress, werkstress enz.)
- ◆ Sporten of andere lichamelijke inspanningen.
- ◆ Temperatuursveranderingen (van koud naar warm of andersom).
- ◆ Sommige ingrediënten in producten, zoals zeep en chemicaliën.
- ◆ Spijsverteringsstoornissen.
- ◆ Soms kunnen alcohol, chocolade, zuivel of andere producten die we nuttigen een trigger zijn.
- ◆ Hormonen.
- ◆ Medicatie.

Wist je dat..

- ..mensen met rosacea vaak een tekort hebben aan vitamine D, A, K of zink. Indien het mogelijk is laat dit dus controleren. Eventueel kan het ook helpen om voedingssupplementen zoals: visolie, vitamine D of zink te gebruiken.
- ..rosacea ook kan voorkomen rondom en in de ogen. Dan kunnen er vaatjes en schilfering zichtbaar zijn op de ooglidranden en dysfunctie van de klieren rondom de oogleden. Mocht je dit bij jezelf vermoeden, laat het controleren door een arts.
- ..rosacea een grote invloed kan hebben op het kwaliteit van leven. Mocht je hier last van hebben geef dat altijd bij ons of de arts aan.
- ..vitamine B3 (niacinamide) ontstekingsremmend werkt en helpt bij het herstellen van de barrièrefunctie van de huid.

Behandelingen:

- ✓ IPL kan ervoor zorgen dat de diffuse roodheid minder wordt. Hierdoor zal ook de reactiviteit van de huid afnemen.
- ✓ Chemische peeling kan ervoor zorgen dat de tolerantie van de huid wordt opgebouwd, waardoor de huid wat meer tegen een stootje kan.
- ✓ Microneedling, heeft een positieve werking op de vaatjes en zorgt dat elastine en collageen in de huid meer in balans komt en dat heeft o.a. ook een positief effect op de huidbarrière.
- ✓ Er kunnen andere behandelingen uitgevoerd worden, dat wordt volledig op jouw huid aangepast, maar deze worden het meest gebruikt.



Adviezen:

- * Voorkom langdurig blootstellen aan de zon.
- * Gebruik het hele jaar door SPF (sun protection factor). Dat kan een SPF zijn die apart van de dagverzorging is, zorg dan wel dat die geschikt is voor je gezicht. Tegenwoordig zijn er ook dagverzorging met SPF (ook in de producten van Dermasence). Gebruik een SPF van minimaal factor 30.
- * Gebruik zeepvrije reinigingsproducten (Rosamin lijn of Barriopro lijn van Dermasence).
- * Kijk uit met grote temperatuurverschillen, zoals sauna's en te warm douchen enz.
- * Groen getinte verzorging kunnen helpen bij camoufleren van de roodheden (zoals de dagcrème van de Rosamin lijn van Dermasence) en gebruik geen waterproof make-up.
- * Eet veel groentes en fruit (bijv. broccoli, spinazie en avocado), want deze bevatten veel vit. C en E. Vervang zuivelmelk voor amandelmelk.

Producten:

- 😊 Rosamin lijn van Dermasence is speciaal ontwikkeld voor de couperose en rosacea huid (reiniger, gezichtsverzorging, serum enz.).
- 😊 Pro vitamine crème van Meditopics (perfect om in de avond aan te brengen, bevat ook veel vit. C en niacinamide wat het huidherstel kan bevorderen).
- 😊 Mocht de huid heel geïrriteerd en kwetsbaar zijn is de Barriopro lijn van Dermasence ook heel geschikt.