

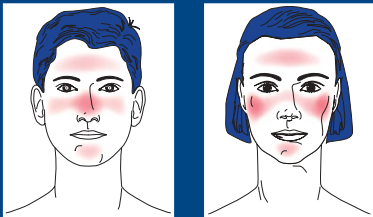


TRĄDZIK RÓŻOWATY



1. Co to jest trądzik różowaty?

Rozpoznany przez lekarza dermatologa trądzik różowaty nie jest chorobą zagrażającą życiu, jednak nieleczony może być dla Ciebie bardzo uciążliwy. Mimo podobieństwa nazw nie ma nic wspólnego z trądzikiem młodzieńczym, na który cierpią nastolatki. Trądzik różowaty dotyka dorosłych w wieku od 30-tego roku życia i dużo częściej występuje u kobiet. Choroba ta polega na zaczerwienieniu skóry, poszerzeniu naczyń, a także na tworzeniu się zmian zapalnych (zaczerwienionych miejsc, bolesnych przy dotyku). Zmiany te występują przede wszystkim na twarzy, ale również na szyi, klatce piersiowej i plecach.



Najczęstsza lokalizacja zmian na twarzy
w trądziku różowatym



Przykłady najczęstszych zmian skórnych w trądziku różowatym

zaczerwienienie
skóry



poszerzone naczynia
krwionośne



zmiany zapalne



zmiany zapalne
o dużym nasileniu



2. Jakie są przyczyny powstawania trądzika różowatego?

Przyczyna trądzika różowatego nie jest w pełni znana. Wiadomo, że podstawą tej choroby jest proces zapalny w naczyniach krwionośnych skóry. Jego skutkiem jest poszerzenie drobnych naczyń, które stają się widoczne gołym okiem oraz wystąpienie zaczerwienienia skóry. Mimo że choroba nie jest w pełni poznana, znane są skuteczne* metody jej leczenia.

3. Co może sprzyjać pojawieniu się trądzika różowatego i wpłynąć na przebieg choroby?

Wydaje się, że skłonność do przetłuszczania skóry, zaburzenia czynności układu pokarmowego, niedobory hormonalne i infekcje zwiększają ryzyko zachorowania na trądzik różowaty. Istnieje szereg czynników, które mogą niekorzystnie wpłynąć na chorobę. Są wśród nich: dieta, leki, stres, wysiłek fizyczny i klimat. W miarę możliwości, staraj się ich unikać.



PONIŻSZE CZYNNIKI MOGĄ NIEKORZYSTNIE WPŁYWAĆ NA PRZEBIEG CHOROBY:

Pokarmy stałe

- produkty zawierające ocet (np. marynaty)
- czekolada (w tym kakao)
- ser żółty i jaja
- owoce cytrusowe

Napoje

- gorące napoje
- kawa i mocna herbata
- alkohol

Czynniki klimatyczne

- promienie słoneczne
- wysoka i niska temperatura
- nadmierna suchość lub wilgotność otoczenia
- wiatr

Stres, wysiłek fizyczny, leki

- kortykosteroidy (przede wszystkim stosowane na skórę twarzy)
- leki rozszerzające naczynia
- leki obniżające ciśnienie krwi

4. Jakie są fazy rozwoju trądzika różowatego?

Trądzik różowaty rozpoczyna się zwykle niepozornie od pojawiania się częstych rumieńców na twarzy. Na tym etapie choroby wielu pacjentów nie zdaje sobie sprawy z konieczności leczenia i nie szuka jeszcze pomocy u dermatologa. Niestety, nieleczony trądzik różowaty stopniowo przechodzi w kolejne coraz bardziej zaawansowane fazy.



I. Faza początkowych objawów
(okresowo nawracające rumieńce, stałe zaczerwienienie twarzy oraz poszerzone naczynia krwionośne skóry)



II. Faza rozwoju choroby
(Pierwsze zmiany zapalne – zaczerwienione miejsca bolesne przy dotyku)



III. Faza zaawansowana
(znaczne zaczerwienienie twarzy, powiększenie nosa)



5. Czy trądzik różowaty można skutecznie leczyć?

Oczywiście tak. Jest wiele chorób dających podobne objawy, dlatego tak ważne jest prawidłowe rozpoznanie i leczenie trądzika różowatego.

Skuteczność* leczenia zależy jednak będzie od ścisłego zastosowania się do zalecanej terapii. Nie ma jednak preparatów, które raz na zawsze wyleczą chorobę. Celem terapii jest więc zmniejszenie i usunięcie istniejących objawów, a następnie zapobieganie pojawieniu się nowych zmian. Podstawową grupą leków skutecznych* w trądziku różowatym są zewnętrznie stosowane leki przeciwbakteryjne, które jednocześnie działają przeciwzapalnie. W bardziej zaawansowanych fazach choroby stosuje się również leki doustne, przede wszystkim antybiotyki z grupy tetracyklin.

6. Leki stosowany zewnętrznie

Trądzik różowaty to przede wszystkim choroba o charakterze zapalnym i infekcyjnym. W związku z tym najkorzystniejsze są leki działające swoiście przeciwbakteryjnie i przeciwzapalnie. Istnieje bardzo niewielka ilość takich preparatów stosowanych zewnętrznie. Są one dostępne tylko na receptę, a decyzję o ich zastosowaniu podejmuje lekarz dermatolog. Dobierze on do każdego rodzaju skóry twarzy najwłaściwszą dawkę oraz najkorzystniejsze podłoże, tak aby leczenie było zarówno skuteczne* jak i dobrze tolerowane. Preparaty te dostępne są zarówno w postaci kremu, żelu jak i delikatnej emulsji. Należy je stosować dwa razy dziennie (rano i wieczorem). Najkorzystniej jest rozprowadzić i delikatnie wetrzeć cienką warstwę żelu, kremu lub emulsji w umytą i dokładnie osuszoną skórę. Skóra pacjenta cierpiącego na trądzik różowaty jest szczególnie wrażliwa, dlatego do jej mycia należy stosować bezmydłowe emulsje do pielęgnacji skóry wrażliwej (np. Cetaphil emulsja).

7. Antybiotyki stosowane doustnie

Ich działanie polega na niszczeniu bakterii oraz zmniejszaniu stanu zapalnego skóry. Takie działanie wykazują przede wszystkim antybiotyki doustne z grupy tetracyklin. Są one znacznie skuteczniejsze* od leków miejscowych, ale czas ich stosowania wynosi od 3 do 6 miesięcy. Ich zastosowanie jest konieczne w bardziej zaawansowanych stadiach choroby i jednocześnie niektóre nowe antybiotyki z tej grupy można stosować w niskich dawkach co pozwala na ich lepszą tolerancję.



8. Jak długo będzie trwało leczenie?

Leczenie trądzika różowatego przebiega w dwóch fazach. Pierwsza jest bardziej intensywna i polega na stosowaniu leków zewnętrznych (żele, kremy, emulsje) często wraz z preparatami doustnymi. Trwa ona zwykle około trzy miesiące, zaś pierwszych efektów możesz się już spodziewać po kilku (dwóch, trzech) tygodniach. Druga faza wymaga najczęściej zastosowania już tylko jednego leku – zewnętrznego, który może zapobiec ponownemu pojawieniu się objawów chorobowych. W tym okresie bardzo ważna jest też odpowiednia pielęgnacja skóry, czyli używanie bezmydłowych emulsji do pielęgnacji skóry wrażliwej oraz odpowiednie nawilżanie skóry (np. Cetaphil emulsja). Cały czas należy również pamiętać aby ściśle stosować się do zaleceń lekarza dotyczących modyfikacji diety oraz stosowania leków.

9. Ogólne wskazówki dotyczące leczenia trądzika różowatego

Na stan Twojej skóry wpływa wiele czynników, dlatego ważne jest, abyś stosował się do zaleceń lekarza. To od niego dowiesz się jak postępować, jakie leki stosować i czego używać do pielęgnacji. Konieczna zapewne będzie też modyfikacja Twojej diety. Pamiętaj, że stan skóry mogą pogorszyć urazy mechaniczne, ogniska zapalne, stres, alkohol, papierosy a oraz infekcje.

10. Prawidłowa pielęgnacja skóry w trądziku różowatym

Skóra z trądzikiem różowatym jest skórą wrażliwą, wymagającą specjalnej pielęgnacji. Jest podatna na podrażnienia i dlatego wymaga stosowania preparatów, które pomogą odbudować jej uszkodzoną warstwę ochronną, a także zabezpieczą ją przed kolejnymi podrażnieniami. Do codziennej pielęgnacji i mycia twarzy wybieraj tylko specjalne preparaty do skóry wrażliwej, zawierające substancje nawilżające i zmiękczające. Stosuj kosmetyki utrzymujące fizjologiczne pH skóry, aby nie niszczyć ochronnej warstwy lipidowej. Gdy sięgasz po nowy kosmetyk, sprawdź na małym fragmencie skóry czy nie wywołuje podrażnień. Korzystaj z rekomendacji lekarza dermatologa – on poradzi Ci, który dermokosmetyk jest najlepszy do mycia oraz nawilżania Twojej skóry. Unikaj stosowania zbyt dużej liczby kosmetyków



Pamiętaj!

Twoja skóra wymaga ciągłej i systematycznej opieki. Pierwsze efekty można szybko zobaczyć, ale specjalne preparaty pielęgnacyjne należy stosować stale, nawet wtedy, gdy skóra wygląda zdrowo.

11. Czego należy unikać w pielęgnacji skóry z trądzikiem różowatym?

- Stosowania mydeł lub detergentów syntetycznych, ponieważ działają drażniąco i wysuszająco oraz niszczą warstwę ochronną naskórka.
- Kosmetyków i leków miejscowych, które zawierają substancje drażniące.
- Kosmetyków zawierających środki zapachowe, gdyż mogą podrażnić skórę.

12. Co stosować do mycia i pielęgnacji skóry z trądzikiem różowatym?

Preparatem, rekomendowanym przez dermatologów na całym świecie, do codziennej pielęgnacji i mycia twarzy jest Cetaphil emulsja. Został on gruntownie przebadany, również w testach porównujących go do innych preparatów.

Wszystkie badania potwierdzają jego doskonałą tolerancję.

Jest delikatny i wygodny w codziennej pielęgnacji, nie zawiera mydła ani innych drażniących substancji, nie wymaga dodatkowego stosowania wody.

ZAPAMIĘTAJ

- LEK STOSOWANY ZEWNĘTRZNIE (żel, krem, emulsja) POWINIEN BYĆ UŻYWANY DWA RAZY DZIENNIE (RANO I WIECZOREM).
- ROZPROWADZAJ I DELIKATNIE WCIERAJ CIENKĄ JEGO WARSTWĘ W UMYTĄ I DOKŁADNIE OSUSZONĄ SKÓRĘ.
- ANTYBIOTYK DOUSTNY POWINIEN BYĆ STOSOWANY DOKŁADNIE TAK JAK ZALECIŁ LEKARZ
- STOSUJ TYLKO TE KOSMETYKI, KTÓRE ZALECIŁ CI TWÓJ LEKARZ DERMATOLOG.
- POPRAWY MOŻESZ SIĘ JUŻ SPODZIEWAĆ PO KILKU TYGODNIACH LECZENIA, ZAŚ USTĄPIENIA WIĘKSZOŚCI OBJAWÓW PO 3-4 MIESIĄCACH. JEŚLI UZNASZ WTEDY, ŻE CHOROBA JEST WYLECZONA I PRZESTANIESZ STOSOWAĆ LECZENIE, **TWOJE OBJAWY**



MOGĄ POWRÓCIĆ! DZIEJE SIĘ TAK DLATEGO, ŻE TWOJA CHOROBA MA CHARAKTER PRZEWLEKŁY.

- ABY UNIKNĄĆ PONOWNEGO POJAWIENIA SIĘ OBJAWÓW TRĄDZIKA RÓŻOWATEGO, REGULARNIE STOSUJ LEK, KTÓRY ZALECI CI TWÓJ LEKARZ DERMATOLOG, PIELĘGNUJ SKÓRĘ ODPOWIEDNIM DERMOKOSMETYKIEM ORAZ UNIKAJ CZYNNIKÓW ZAOSTRZAJĄCH CHOROBE.

ZALECENIA LEKARZA:

Nazwa leku:

Lek należy stosować

razy dziennie

Nazwa leku:

Lek należy stosować

razy dziennie

Nazwa leku:

Lek należy stosować

razy dziennie



- * Przez skuteczne leczenie rozumiemy takie leczenie, które u większości pacjentów pozwala na znaczące zmniejszenie bądź całkowite ustąpienie objawów choroby.

Galderma Polska Sp. z o.o.,
ul. Łączyny 4, 02-820 Warszawa
tel. (22) 331 21 80,
faks (22) 331 05 41

GALDERMA 
Committed to the future
of dermatology