**Rosacea (růžovka) může způsobit i nepříjemné psychické problémy**

* **Kožní nemocí trpí stále více lidí (především žen)**
* **Trápí až 10 % populace. Povědomí o ni je přitom stále malé**
* **Jaké jsou moderní způsoby léčby?**

**Rosacea neboli růžovka je zánětlivé onemocnění kůže, které trápí okolo 5-10 % populace. Především pak žen. I když povědomí je o ní stále malé. Mnoho lidí si růžovku plete s akné či alergickým podrážděním kůže. Růžovka se totiž projevuje červenou až růžově zbarvenou kůži na obličeji, krku či dekoltu a přitahuje tak často nechtěnou pozornost okolí, která může u mnoha lidí způsobovat nepříjemné psychické problémy, například v podobě nízkého sebevědomí. Nejčastěji růžovka trápí ženy mezi 40 – 60 lety.**

**Prvním znamením je citlivá a svědivá kůže**

Přesný důvod vzniku růžovky není plně znám, ale často za ním může stát genetická predispozice, hypertenze (vyšší krevní tlak), změny hladiny hormonů během přechodu, či vliv UV záření. Spouštěčem mohou být i špatné stravovací návyky. Změna barvy pleti je pak způsobená rozšířenými cévami.

„První příznaky bývají nenápadné. Kůže začne být citlivá a svědí. Mnoho lidí proto nemoc zamění například jen s podrážděním či alergickými reakcemi. Červenání může být ze začátku jen chvilkové a mizet. Později se však většinou vrátí ve větší a dlouhodobější intenzitě a může docházet až k postupnému ztluštění kůže.“ říká dermatolog MUDr. Jan Kučera z Perfect Clinic Dermatology.

**Nemoc často způsobí zhoršené sebevědomí**

Podle průzkumu publikovaném v časopise Journal of the European Academy of Dermatology se třetina žen a mužů trpící růžovkou cítí kvůli svým příznakům stigmatizována a izolovaná. Podle studie se také až 54 % lidí s růžovkou více vyhýbá sociálním kontaktům. I když růžovka postihuje více ženy, tak psychický stud z příznaků více přiznávají muži (je to dáno i tím, že tolik nepoužívají make-up). S podobnými výsledky přišel i průzkum americké Národní společnosti pro rosaceu, který zjistil, že až u 90% dotázaných pacientů s růžovkou dochází k poklesu sebevědomí. A až 41 % z nich zamezilo své sociální kontakty. U 80% pacientů s výraznými projevy došlo ke zhoršení pracovní komunikace a někteří z nich kvůli nemoci odešli i ze svého zaměstnání.

**Pozor na pobyty v sauně a kořeněná jídla**

Pokud již trpíte na růžovku, tak její projevy mohou zhoršovat dlouhodobé pobyty na slunci či v mrazu, chemická až agresivní kosmetika, stres či příliš kořeněná jídla. „Důležité je pleť dobře hydratovat, protože pokožka postižená rosaceou je suchá a napnutá. Nutné je používat krémy s SPF faktorem na citlivou pokožku, které pleť dobře hydratují a chrání před UV zářením. Není dobré používat přípravky s obsahem alkoholu. Nedoporučuje se také návštěva sauny. Vysoké teploty pokožku prokrvují a projevy růžovky se tak mohou zhoršovat.“ vysvětluje MUDr. Jan Kučera.

**Pomůže laser i chemický peeling**

Projevy růžovky může zmírnit i vhodně zvolená léčba u dermatologa. Používat se mohou například antibiotika určená přímo a obličej (například Metronidazol) a nebo celkové léky také v formě antibiotik (například tetracykliny), které mají protizánětlivý efekt. Možností je také nově vyvinutý přípravek Bimonidin tartrát k potlačení příznaků u dlouhodobě přetrvávajícího začervenání kůže. „Další možností jsou dermatologické procedury, jako je ošetření cévním laserem, který odstraňuje dlouhodobě rozšířené žilky. “ uzavírá dermatolog MUDr. Jan Kučera.