

Merkblatt: Rosazea



Rote Flecken im Gesicht, sichtbare Äderchen und Pusteln: Viele Menschen kennen solche Probleme. Die Ursache dafür kann eine Rosazea sein – eine häufige Entzündung der Gesichtshaut. Für jede Hauterkrankung gilt, dass es schwierig sein kann, mit ihr umzugehen, und dass sie das Wohlbefinden und das Selbstbewusstsein beeinträchtigen kann. Rosazea ist da keine Ausnahme. Es gibt jedoch vieles, was man selbst tun kann. In diesem Merkblatt erfahren Sie, was eine Rosazea genau ist, wie man sie behandelt und welche Maßnahmen man ergreifen kann, um die Beschwerden zu lindern.

Was ist Rosazea?

Rosazea ist eine chronische Entzündung der Gesichtshaut, die über Jahre hinweg bestehen kann. Häufig entwickelt sie sich zu einem Hautausschlag mit Papeln, Pusteln und spinnennetzartig erweiterten roten Äderchen. Die Erkrankung verläuft in Schüben: Phasen, in denen sie sich verschlimmert, können mit Phasen wechseln, in denen sie von selbst abklingt oder sich bessert.

Die Rosazea beginnt meist nach dem 20. Lebensjahr. Etwa einer von zehn Erwachsenen ist betroffen – hellhäutige Typen häufiger als stärker pigmentierte und Frauen häufiger als Männer. Viele Menschen sind sich aber nicht bewusst, dass ihre ständig fleckig gerötete Gesichtshaut eine Hautkrankheit ist.

Man unterscheidet vier verschiedene Stufen der Rosazea:

- Grad 1: vorwiegend Hautrötungen,
- Grad 2: Papeln, Pusteln und Flecken,
- Grad 3: Ödeme (Schwellungen durch Wassereinlagerungen) und entzündliche Hautknötchen auf der Nase und
- Grad 4: Augenbeteiligung.

Die Krankheit schreitet aber nicht automatisch immer weiter fort; viele Menschen haben über lange Zeit gleichbleibende Symptome.

Unangenehm sind für viele Menschen vor allem Hautschwellungen und Knötchenbildung, die die Nase bei Männern zu einem sogenannten Rhinophym ("Knollennase") anschwellen lassen können.

Zu einer besonderen Belastung wird die Rosazea, wenn auch Augenlider oder Augen befallen werden.

Entzündungen von Bindehaut- und Lidrand, Trockenheit der Augen und Hornhautentzündung können schmerzhaft sein. Wenn die Augen wiederholt schwer betroffen sind, kann eine Rosazea sie in sehr seltenen Fällen stark schädigen.

Was sind die Ursachen?

Die Ursachen der Rosazea sind nicht genau bekannt. Manche Rosazea-Arten scheinen erblich zu sein. Häufiger betroffen sind Menschen mit hellerem Haar und heller Haut. Fest steht aber, dass sie nicht ansteckend ist. Obwohl sich Pusteln entwickeln können, handelt es sich bei der Rosazea nicht um eine Form der Akne. Akne ist durch eine starke Talgproduktion der Haut gekennzeichnet, was auf die Rosazea nicht zutrifft.

Es wird vermutet, dass Rosazea verschiedene Ursachen haben kann: krankhafte Veränderungen der Blutgefäße in der Haut, Sonnenlichtschäden des Bindegewebes und eine krankhafte Entzündungsreaktion. Rosazea kann auch eine unerwünschte Wirkung mancher Arzneimittel sein.

Was kann ich tun, um Rosazea-Schüben vorzubeugen?

Oft finden Betroffene mit der Zeit heraus, dass es bestimmte Auslöser gibt, die einen Schub verursachen. Allerdings können diese Auslöser von Person zu Person unterschiedlich sein. Allgemein gilt, dass alles, was zu einer Rötung des Gesichts führt, auch die Rosazea verstärken kann. Manche reagieren auf bestimmte Nahrungsmittel oder auf Alkohol, andere auf Kosmetika oder bestimmte Medikamente. Wenn man seine Auslöser kennt, hat man die Möglichkeit, zumindest einige Faktoren zu vermeiden. Nicht bekannt ist allerdings, ob eine Umstellung auf eine bestimmte Ernährung wirksam ist.

Zu den verdächtigsten Faktoren gehört ebenfalls Sonnenlicht: Auch wenn die Wirkung auf eine Rosazea im Einzelfall unterschiedlich sein kann, bedeutet Sonnenbrand eine zusätzliche Belastung oder sogar Schädigung der Haut.

Um herauszufinden, was Ihre Auslöser sind, kann das Führen eines Tagebuchs für einige Wochen oder Monate hilfreich sein. In einem solchen Tagebuch halten Sie fest:

- wie viel von bestimmten Nahrungsmitteln (zum Beispiel scharfen Speisen oder Alkohol) Sie gegessen und getrunken haben,

- welchen sonstigen Einflüssen die Haut ausgesetzt war (etwa Sonne, Wind, Sport, heißem Wasser),
- wie stark die Rosazea war,
- zu welchem Zeitpunkt Sie Medikamente dagegen genommen haben, welche und wie viele.

Einen Vordruck für ein solches Tagebuch zum Herunterladen, Ausdrucken und Ausfüllen können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.510.de.html>) finden.

Wenn Sie vermuten, dass etwas Bestimmtes Ihre Rosazea auslöst, können Sie verfolgen, ob die Schübe tatsächlich damit zusammenhängen. Wenn Sie zum Beispiel den Verdacht haben, eine Hautcreme könnte ein Auslöser sein, und für eine Weile darauf verzichten, können Sie anhand Ihrer Tagebuch-Eintragungen sehen, ob sich die Häufigkeit und Stärke Ihrer Rosazea dadurch tatsächlich verringern.

Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Es gibt zahlreiche Cremes, Lotionen und Gels, die für die Behandlung der Rosazea empfohlen werden, aber bislang sind nicht alle ausreichend in Studien geprüft worden.

Am besten erprobt sind Cremes oder Gels mit den Wirkstoffen Azelainsäure oder dem Antibiotikum Metronidazol. Sie können die Rosazea nachweislich lindern. Bei der Anwendung kann es unter Umständen ein paar Wochen dauern, bis sich eine deutliche Verbesserung zeigt.

Zu den Medikamenten in Tablettenform, die bei Rosazea eingesetzt werden können, gehören unter anderem die Antibiotika Erythromycin, Clindamycin und Antibiotika aus der Gruppe der Tetrazykline. Von diesen Arzneien gibt es für das Antibiotikum Doxzyklin aus der Gruppe der Tetrazykline Hinweise, dass es die Hautrötungen bei Rosazea lindern kann. Andere Medikamente zum Einnehmen sind bislang nicht ausreichend erforscht. Medikamente, die eingenommen werden, wirken im ganzen Körper und haben daher auch mehr unerwünschte Wirkungen als Salben oder Cremes. Dazu gehören zum Beispiel Durchfall, Übelkeit und Lichtempfindlichkeit. Detaillierte Informationen über die Forschung zum Einsatz von Medikamenten bei Rosazea haben wir hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.85.de.html>) zusammengefasst. Was es bei der Einnahme von

Antibiotika grundsätzlich zu beachten gilt, können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.472.de.html>) erfahren.

Ein stark wirksames Mittel ist der hormonähnliche Wirkstoff Isotretinoin. Dieses Medikament ist in Deutschland jedoch nur für die Behandlung schwerer Akneformen zugelassen. Es wird in Form von Kapseln zum Einnehmen sehr zurückhaltend vor allem bei schweren Fällen der Rosazea verwendet, weil es zahlreiche, zum Teil schwere unerwünschte Wirkungen haben kann. Beispielsweise kann es selbst Haut- und Schleimhautreizungen auslösen. Außerdem darf es nicht von Frauen benutzt werden, die schwanger werden könnten, da der Wirkstoff Fehlbildungen an ungeborenen Kindern auslösen kann. Mehr über den Einsatz von Medikamenten außerhalb der in der Zulassung genannten Anwendungsgebiete – den sogenannten Off-Label-Use – können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.151.de.html>) nachlesen.

Ein besonderes Problem ist die Behandlung, wenn die Rosazea sich auf die Augen ausgedehnt hat. Keine Behandlung hat bislang wirklich bewiesen, dass sie bei dieser Form hilft. Schwere Formen von Knötchen und Schwellungen der Nase können operativ oder mit bestimmten Lasergeräten behandelt werden. Auch erweiterte Blutgefäße im Gesicht können durch eine Lasertherapie behandelt werden.

Welche Auswirkungen hat Rosazea und wie kann ich damit umgehen?

Auch wenn die Rosazea meist harmlos ist, können die Rötungen im Gesicht für Betroffene eine große psychische Belastung darstellen. Viele betroffene Menschen haben schon unangenehme Situationen erlebt: etwa neugierig angestarrt zu werden oder mit der Vermutung konfrontiert zu werden, eine rote Nase komme vom übermäßigen Alkoholgenuss. Meist liegt das einfach daran, dass die entsprechende Person nicht weiß, was eine Rosazea ist. Manchen Menschen hilft es, wenn sie offen mit der Erkrankung umgehen und in Familie, Freundeskreis und am Arbeitsplatz erklären, was es mit der Rosazea auf sich hat.

Obwohl Rosazea sehr häufig ist, wissen viele Menschen nur sehr wenig darüber. Andere häufige Hauterkrankungen wie Akne sind viel bekannter, und

entsprechend verstehen auch mehr Menschen, wie schwierig es sein kann, damit umzugehen. Vielleicht finden andere Personen Ihre Haut auch längst nicht so auffällig wie Sie selbst: Oft schauen wir unser eigenes Gesicht viel genauer und kritischer an, als es andere Menschen tun. Wenn die Rötung Ihres Gesichts sehr auffällig ist und Sie unsicher macht, können Kosmetika vielleicht helfen. Dabei ist jedoch Vorsicht geboten, damit Sie keine Kosmetika einsetzen, die die Rosazea-Beschwerden verschlimmern. Wenn die Symptome immer wiederkehren, ist es schon sehr hilfreich, wenn Sie manche Schübe verhindern können und ansonsten so gut wie möglich mit der geröteten Haut umzugehen lernen.

Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Nächste geplante Aktualisierung: April 2014. Mehr darüber, wie unsere Gesundheitsinformationen aktualisiert werden, erfahren Sie hier (URL: [http://www.gesundheitsinformation.de/index.643.de.html?bab\[subpage_id\]=0-8](http://www.gesundheitsinformation.de/index.643.de.html?bab[subpage_id]=0-8))

Glossar

Entzündung

(Abwehr-)Reaktion des Körpers auf eine Verletzung, Reizung oder Infektion. Um den Körper zu schützen, wird die betroffene Körperstelle stärker durchblutet. Dadurch fühlt sie sich wärmer an, schwillt an, rötet sich und wird meist empfindlich. Sind Schleimhäute entzündet, sondern sie zudem mehr Flüssigkeit ab als sonst. Dies hilft, eingedrungene Keime auszuschwemmen.

Off-Label-Use

„Off-Label-Use“ bedeutet sinngemäß: "Nicht bestimmungsgemäßer Gebrauch". Gemeint ist damit der Einsatz eines Arzneimittels gegen eine Krankheit, für die das Medikament von den Zulassungsbehörden keine Genehmigung hat – wenn also zum Beispiel ein Medikament, das nur zur Behandlung von Menschen mit Blutkrebs erprobt und zugelassen ist, auch zur Behandlung von Menschen mit Magenkrebs eingesetzt wird. Wenn ein Arzt ein Medikament im Off-Label-Use anwendet, ist fraglich, wer für eventuelle Nebenwirkungen haftbar ist. Die Haftung liegt normalerweise beim Hersteller des Arzneimittels. Patienten müssen über mögliche Konsequenzen aufgeklärt werden. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten für Medikamente, die im Off-Label-Use angewendet werden, nur in Ausnahmefällen. Mehr zu diesem Thema: „Off-Label-Use“: Worauf muss man achten?

Quellen

Die IQWiG-Gesundheitsinformationen stützen sich auf Forschungsergebnisse aus der internationalen Literatur. Wir identifizieren die zuverlässigsten aktuell verfügbaren wissenschaftlichen Erkenntnisse, insbesondere aus sogenannten „systematischen Reviews“. Darin werden wissenschaftliche Studien zum Nutzen und Schaden von Behandlungen und anderen Maßnahmen der Gesundheitsversorgung zusammenfassend analysiert, sodass Fachleute und Betroffene deren Vor- und Nachteile abwägen können. Mehr Informationen dazu, wie systematische Reviews aufgebaut sind und warum sie die zuverlässigsten Belege liefern, finden Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.61.de.html>) . Außerdem bitten wir stets die Autorinnen und Autoren der zentralen systematischen Reviews, auf denen unsere Informationen beruhen, um ihre Unterstützung, um die medizinische und wissenschaftliche Korrektheit unserer Produkte sicherzustellen.

National Rosacea Society (USA). Patients' perspectives: living with rosacea. *Dermatology Nursing* 2007; 19: 274-275.

Rebora A. Papulopustular rosacea. In: Williams H, Bigby M, Diepgen T, Herxheimer A, Naldi L, Rzany B (Red.) *Evidence-based Dermatology*. London: Blackwell Publishing und BMJ Books. 2. Auflage 2008: 105-110.

Van Zuuren EJ, Kramer S, Carter B, Graber MA, Fedorowicz Z. Interventions for rosacea. *Cochrane Database of Systematic Reviews*: Version 2011, Issue 3. CD003262 [Cochrane-Zusammenfassung (URL: <http://mrw.interscience.wiley.com/cochrane/clsysrev/articles/CD003262/frame.html>)]

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.