



dr.chenkova

гайд

РОЗАЦЕА

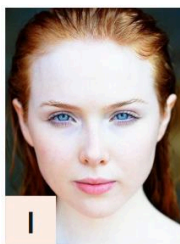
Когда покраснение — это не просто реакция на вино или стыд.



Что такое розацеа?

Важно понимать, что розацеа — это **генетическое заболевание**, связанное с наличием большого количества сосудов в коже.

Поэтому подвержены к нему те люди, которые имеют **светлую кожу** (1-2 фототип).

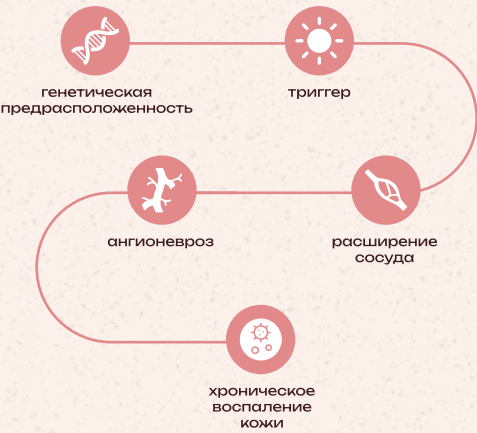


Розацеа, как генетическое заболевание проявляется под действием триггеров:



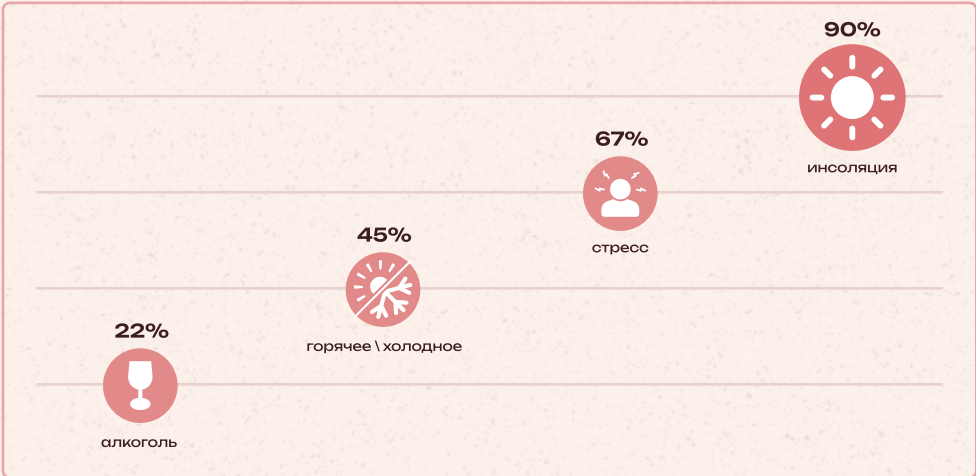
Почему возникает розацеа?

Обычные факторы (солнце, ветер) при определенных условиях могут привести к манифестации / обострению сосудистой патологии кожи.



Воздействие солнца	81%
Эмоциональный стресс	79%
Жаркая погода	75%
Ветер	57%
Сильные нагрузки	56%
Употреблениеалкоголя	52%
Горячие ванны	51%
Холоднаяпогода	46%
Острая еда	45%
Влажность	44%
Отопление	41%
Уход за кожей	41%
Горячиенапитки	36%
Косметика (с кератином)	27%

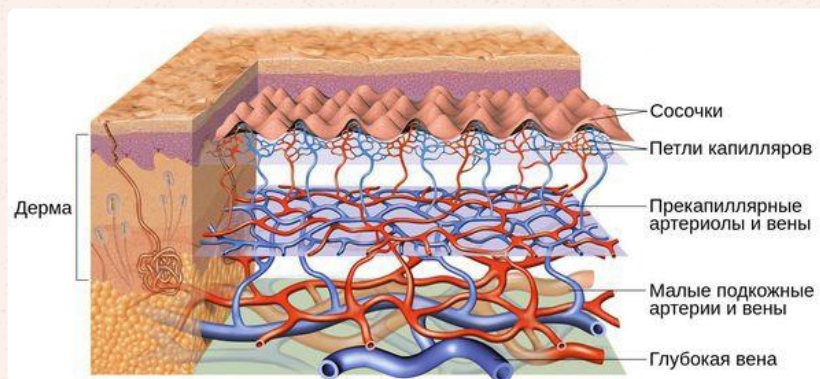
Моя статистика триггеров



Что происходит?

После воздействия триггера сосуд начинает расширяться. В первую очередь на этот эффект реагирует **наша нервная система**, а именно конечные веточки тройничного нерва, которые пытаются сузить наш сосуд.

Но когда у него это не получается, подключается **иммунная система**. Именно она разрушает патологический сосуд, и это приводит к постоянному покраснению, а далее — утолщению кожи.



Проявления розацеа бывают разные и зависят от формы:



Типичные **ошибки** в уходе

- ❌ Использование агрессивных очищающих средств и скрабов
- ❌ Частые пилинги и процедуры с нагревом (лазеры, RF без показаний)
- ❌ Игнорирование SPF
- ❌ Нанесение масел и плотных кремов, провоцирующих эффект “Одеяла”
- ❌ Маскирование проблем тональными средствами без лечения

Подход к **терапии**

01 \ Базовая стратегия:

Стабилизация
барьера: увлажнение,
восстановление pH

1

Удаление триггеров
(солнечная защита,
бережный уход)

2

3

Поддержка кожного и
кишечного микробиома

02 \ Медикаментозно (по назначению врача):

азелаиновая кислота

метронидазол

бримонидин — для сужения сосудов

ивермектин

доксциклин (при воспалительных формах)

03 \ Аппаратно (осторожно и по показаниям!):

IPL (в фазе ремиссии)



Nd:YAG 1064 (для сосудов)



Что должен **знать** пациент?



Розацеа — не лечится “раз и навсегда”, но **контролируется**.



Меньше всего она любит резкие меры.



Стресс и жара могут быть сильнее, чем неправильный крем.



Твой лучший союзник — терпение + последовательность.

Дневник розацеа

1. Проверьте, каким погодным условиям вы подверглись сегодня:

- ☐ Солнечно
 ☐ Ветрено
 ☐ Облачно
 ☐ Влажный
 ☐ Горячий
 ☐ Холодный
 ☐ Мягкий
 ☐ Сухой

2. Проверьте, какие продукты и напитки вы употребляли сегодня:

☐ Острая еда

Список:

☐ Алкоголь

Список:

☐ Горячие напитки

Список:

☐ Другой

Список:

3. Перечислите все средства, которые вы использовали для лица:

Дневник розацеа

4. Отметьте виды деятельности, которые вы выполняли сегодня:

☐ Эмоциональный стресс

Описать:

☐ Тяжелые упражнения

Описать:

☐ Горячая ванна/душ

Описать:

☐ Внутреннее отопление

Описать:

☐ Другой

Описать:

5. Соблюдали ли вы сегодня назначенную медикаментозную терапию?

☐ Да

☐ Нет

6. Каково состояние вашей розацеи на сегодняшний день?

☐ Никакого обострения

☐ Легкое обострение

☐ Сильная вспышка



Твой путь к контролю — маленькими
шагами