

Rosacea

Charakteristika

Rosacea, česky růžovka, je častá kožní choroba, postihující hlavně nos, tváře, čelo a bradu. Zprvu vzniká přechodné začervenání, poté trvalé a objevují se rozšířené žilky – cévní forma. Později vzniká otok, pupínky a hnisavé puchýřky – zánětlivá forma. Na nose a přilehlých tvářích mohou zbytnělé mazové žlázy a bující vazivo vést ke ztluštění kůže – fymatózní forma. Rosacea může postihovat také oči anebo víčka – oční forma. Tyto formy se mohou vyskytovat samostatně či souběžně, nebo může jedna přecházet v druhou.

Příčiny

Příčina není jednotná – jedná se o odchylky cévní a vazivové, kdy tato kůže reaguje na běžné zevní či vnitřní vlivy začervenáním a zánětem. Značnou roli sehraává dědičný sklon k zánětu, zvýšená citlivost kůže a porušená funkce kůže jako bariéry. Spolupůsobícími faktory mohou být onemocnění trávicí soustavy (žaludek, žlučník, slinivka), dále vlivy dědičnosti, vysoký krevní tlak a kožní mikrobi (kvasinky a roztoči). Zhoršení způsobují tzv. spouštěcí faktory vedoucí ke zvýšenému prokrvení kůže.

Prevence

- Vyvarujte se horkých nápojů, kořeněných, ostrých jídel, kofeinu a alkoholu.
- Chraňte se před slunečním zářením – používejte klobouky, kšiltovky, brýle, ochranné krémy s SPF faktorem nad 15 proti UVA i UVB záření.
- Vyvarujte se pobytu v horkém (sauna, horká koupel) či naopak mrazivém prostředí; doma i v práci udržujte chladnější teplotu; sportujte po ránu nebo navečer.
- Zabraňte mechanickému či chemickému podráždění – pocení, tření, škrábání, masáže, peeling, dráždivé kosmetické a hygienické výrobky, např. aromatické spreje, laky na vlasy, mastné krémy, pleťové vody s obsahem alkoholu, mýdla atp.
- K mytí jsou vhodné speciální mycí emulze (micelární gely, lotia) či pleťové vody; mytí provádějte chladnější vodou, osušujte šetrně.
- K hydrataci, zklidnění a ochraně kůže na den používejte speciální krémy na růžovku:
 - patří mezi léčebnou kosmetiku, jsou k dostání v lékárnách bez předpisu;
 - o výběru pro Váš konkrétní případ je vhodné se poradit s dermatologem, optimálně s poskytnutím vzorku k otestování.

Léčba a praktické pokyny

- Léčbu zvolí dermatolog individuálně pro každého pacienta, nepoužívejte proto léčiva od jiných osob – co pomohlo jim, Vám pomoci nemusí, ba naopak může stav i zhoršit.
- Ve volbě léčiv mohou být oproti obvyklým postupům rozdíly, např. pokud má dotyčný souběžně ještě jinou obličejovou chorobu (akné, atopická či seboroická dermatitida atp.).

- Vše nové – léčebnou kosmetiku i zevní léky – nejdříve otestujte na malém okrsku kůže, např. před uchem po dobu 3 dnů; růžovka představuje totiž velmi citlivý terén a snášenlivost zevních prostředků se může lišit jak mezi pacienty, tak i u jedné osoby v různých fázích choroby; mírné pálení není důvodem k ukončení léčby; pokud je ale pálení intenzivní a spojené s přetrvávajícím zarudnutím, pak je vhodné aplikaci přerušit.
- Zevní léčiva (krémy, gely) jsou základními léky na zánětlivou rosaceu; u cévní formy lze použít léky stahující cévy (*brimonidin*), které zmírňují zarudnutí; na zánětlivé formy pak antimikrobiální, protizánětlivé léky (*metronidazol*, *ivermektin*).
- Aplikujte lék na osušenou kůži, tedy asi za 15–20 minut po čištění pleti.
- Nanášejte tenče, jemně; obvykle 1–2x denně, respektive četnost aplikace volí lékař individuálně podle formy růžovky, typu léku, snášenlivosti, průběhu atp.
- První efekt se začne projevovat obvykle po 4 týdnech, větší zlepšení se dostavuje po 2–3 měsících pravidelné léčby.
- Kromě výše uvedených se v zevní léčbě používají *tetracyklinová antibiotika*, která se připravují v lékárně a mají krátkou dobu použitelnosti; tradiční léčiva obsahující *ichthamol* a *síru* se používají jako doplňující léčba či jako přísada v léčebné kosmetice.
- V těžších případech a při očním postižení se používají celkové léky: *metronidasol* nebo *tetracyklinová* či *makrolidová antibiotika*; léčba obvykle trvá 3 měsíce. U fymatózní formy se podobně jako u těžké akné používají i retinoidy (*isotretinoin*).
- Rozšířené žilky a jimi způsobené začervenání lze částečně řešit elektrochirurgicky či laserem a preventivně je třeba kůži chránit speciální léčebnou kosmetikou; fymatózní projevy lze zmenšit laserovým či plasticko-chirurgickým výkonem.

Rosacea je chronické onemocnění, které nelze definitivně vyléčit. Moderní léky však dokáží akutní stav zhojit. Dlouhodobá udržovací léčba, dodržování prevence, omezování spouštěcích faktorů a používání vhodné léčebné kosmetiky k mytí a ochraně kůže průběh choroby výrazně zlepšují a stabilizují. Ke zhoršení choroby pak nedochází tak často a brání to i rozvoji pokročilejší formy. Postižení obličeje je pro každého člověka nepříjemné – moderní léčiva nabízí výraznou pomoc, jak rosaceu udržet pod kontrolou. Podstatné je zahájit léčbu a prevenci včas.

© MUDr. Nina Benáková, Ph.D. 2017

Edukační projekt České dermatovenerologické společnosti ČSL JEP. Materiál je chráněn autorskými právy a je určen členům ČDS ČLS JEP pro edukační účely v ordinacích. Není povoleno ho mimo tyto účely dále reprodukovat či jakkoliv rozšiřovat, včetně jeho částí. Pro jakékoliv jiné využití je třeba souhlasu autora a redakce Čs. dermatologie.