

Rumenec na tvári môže byť aj chorobou

Rosacea je chronické zápalové ochorenie kože, ktoré sa prejavuje sčervenením tváre a vznikom rozšírených cievok na tvári. Hovorí sa jej aj „ružovka“. Pozor, podobný názov ružienka znamená rubeolu, to je už niečo iné. **Rosacea nie je bežné sčervenenie.** Môže mať aj ťažší priebeh, ktorý veľmi zle vplýva na psychiku, so vznikom zapálených vriedok po celej tvári, prípadne zhrubnutím a zväčšením celých oblastí tváre (najmä nosa). Navyše až 60 % pacientov má aj očné prejavy.

Bianka Stuppacherová
bstuppacherova@pravda.sk

Bežný človek, ktorý rosaceou netrpí a nestretol sa s ňou ani u svojich blízkych, si často myslí, že ide len o nejaké nadmerné dočasné sčervenenie kože v zmysle akéhosi rumenca, niekdajšieho symbolu nevinnosti a hanblivosti mladých dievčat. Tomu sa hovorí reaktívne sčervenenie. Nie, rosacea je chronické zápalové kožné ochorenie, ktoré má významný vplyv na kvalitu života. Nejde len o estetický problém. Každý vie, že akýkoľvek zápalový proces prebiehajúci v organizme neprospeje. Ak sa k tomu pridajú komplikácie v zmysle očných problémov, kožných prejavov, ako je vznik rozšírených cievok, vriedok na koži dermatológmi nazývaných papuly či pustuly, veľkého červeného karfiolovitého nosa, na psychickej pohode to nikomu nepridá.

Stigma rosacey vedie ku zvýšenému výskytu depresii a úzkostných porúch.

Bludný kruh opakovaní zápalového sčervenenia

„Bohužiaľ, jednoznačné príčiny vzniku rosacey nepoznáme. Ide o multifaktoriálne ochorenie, keď kombináciou dvoch hlavných faktorov vzniká akýsi bludný kruh recidív (opakovaní ochorenia),“ vysvetľuje MUDr. Diana Višňovská, dermatovenerologička z Concept clinic v Bratislave. „Predpokladá sa, že zápalový proces ako prvý dôležitý faktor vzniku ochorenia je podmienený

poruchou vrodenej imunity vrátane poruchy bariérovej funkcie kože. To vedie ku hyperreaktivite pokožky v centrálnej časti tváre na bežné podnety. Výsledkom je sčervenenie a tvorba papúl a pustúl, čo sú v laickom jazyku červené pupienky (papuly) a hnisavé vyrážky (pustuly) malej až strednej veľkosti. Druhým dôležitým faktorom vzniku sú cievne (vaskulárne) abnormality, ktorých výsledkom je vytváranie pavučiniek drobných cievok nazývaných teleangiektázie - napríklad na nosových krídlach, na lícach. Dôsledkom neprimeranej cievnej reaktivity je aj vznik počiatočných prechodných sčervenaní tváre (tzv. flushov = návalov tepla) s následným postupným trvalým vznikom sčervenenia tváre (tzv. fixný erytém). Jednotlivé prejavy môžu postupne splyvať do ložísk, spôsobujú suchý vzhľad kože s ošupovaním až po zhrubnutie kože, väziva, mazových žliaz s vytváraním veľkých pórov. Postupne rosacea môže postihnúť aj oči, dokonca niekedy očné príznaky bývajú jej prvou predzvesťou,“ dodáva odborníčka.

Rosacea do 35 rokov postihuje rovnako často mužov aj ženy, od 36 rokov do päťdesiatky je však o čosi častejšia u žien a neskôr sa tento pomer pohľadávi opätovne vyrovná. Predispozíciu na toto ochorenie však majú najmä fototypy I a II, čiže svetlovlasí ľudia s modrými očami a bledou pokožkou, čo v našich zemepisných šírkach predstavuje približne 15 % obyvateľstva, pritom len 10 % z nich vyhľadá lekára.

„Nejde len o estetický problém. Každý vie, že akýkoľvek zápalový proces prebiehajúci v organizme neprospeje.“

Štyri podtypy rosacey

Podľa prejavov má rosacea štyri podtypy (alebo aj štádiá ochorenia), pričom ten najľahší je sčervenenie pokožky tváre s tvorbou drobných žiliek spojených so suchosťou kože a intoleranciou kozmetiky. Je výrazne citlivý na spúšťače typu stres, teplo, pikantné jedlá, niektoré lieky atď.

Ďalší subtyp je už typický tvorbou spomínaných zápalových prejavov: pupienkov a hnisavých vriedok. Fymatózny podtyp zasa pochádza od slova phyma (edém, opuch) a je z estetického hľadiska asi najhorší, tu už vznikajú veľkoplošné zmeny, zväčšenie mazových žliaz, zhrubnutie, akoby opuch kože so vznikom veľkých pórov. Človeku sa doslova menia črty. Rosacea na špičke nosa môže spôsobiť až červené karfiolovité útvary a z nosa vznikne akási „bambula“. Posledný, štvrtý subtyp je očný, subjektívne pacienti pociťujú pálenie,



FOTO: SHUTTERSTOCK (3)

svrbenie, suchosť oka a akoby cudzie teleso v oku, môžu mať aj chronickú stafylokokovú infekciu v oku a sčervenenie spojiviek. V 20 % prípadov predchádzajú tieto očné prejavy kožným, ale očné prejavy má viac ako polovica pacientov s rosaceou. „Príčinná, tzv. kauzálna liečba rosacey neexistuje. Poznáme však rad terapeutických postupov, ktorých kombinácia môže kožný nález výrazne zlepšiť až znormlizovať,“ ubezpečuje MUDr. Višňovská.

Lieči aj slávny ivermektín

Dôležité je vyhnúť sa spúšťačím faktorom, kam patrí aj chronické vystavovanie sa UV žiareniu, poučiť pacienta o dermatokozmetike (vyhnúť sa dráždivému alkoholu, mentolu, gáfru, pilingom). V kozmetike možno používať prípravky pre citlivú a začervenanú pokožku s venotonickým efektom - s rutínom, hesperidínom, aescínom, niacinamidom, kofeínom. Takisto sú k dispozícii kamuflážne mejkapy. Samozrejme, stresu a teplu sa človek často nevyhne, saun však áno. Taktiež sa vie vyhnúť horúcim nápojom a jedlu, dráždivým štiplavým pokrmom, jedlu s vysokým obsahom histamínu. Samozrejmosťou je aj obmedzenie alkoholu, najmä kvapky (pivo, víno, sekt), ktorý nielenže rozširuje cievy, ale má aj vysoký obsah histamínu. Ten

tiež vedie k rozšíreniu ciev na tvári. „Dobrá správa je, že kofeín v káve neprekáza a dokonca cigaretový dym má na cievy stahujúci efekt, čím však rozhodne nechcem nikoho navádzať na fajčenie!“ upozorňuje odborníčka.

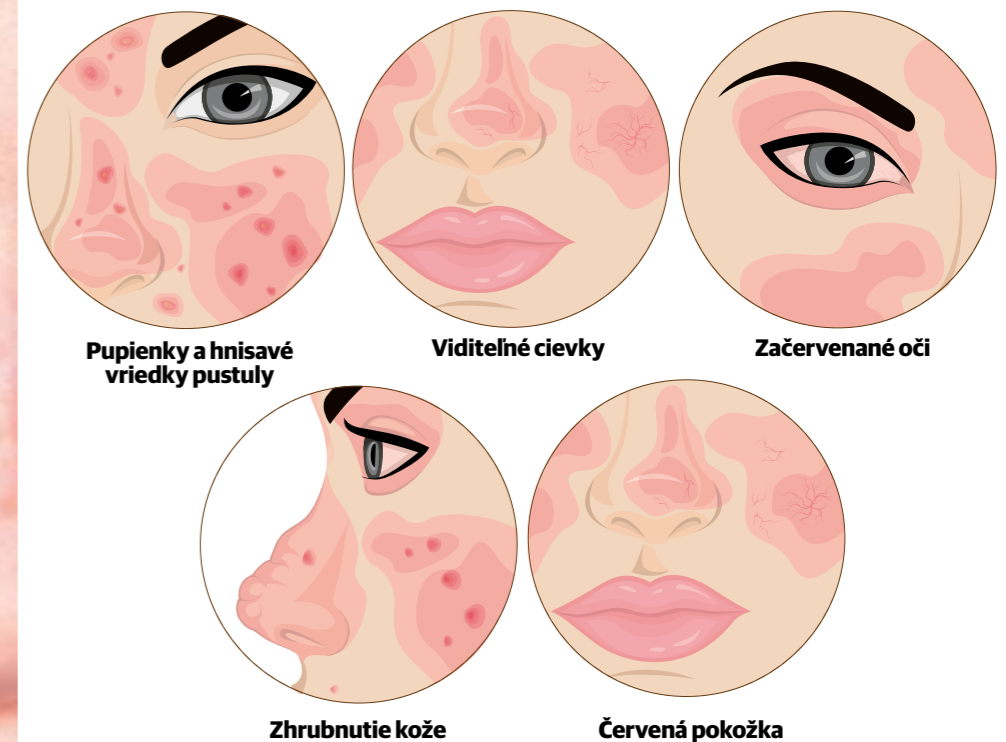
Známe sú prípady vzniku rosacey po dlhodobej aplikácii lokálnych či systémových steroidov. Ak je to možné, treba ich užívať čo najkratšie. Rosaceu zhoršujú aj niektoré lieky, napríklad liečivá navodzujúce vazodilatáciu, biologiká, chemoterapeutiká. Niekedy je možné po konzultácii s príslušným špecialistom zameniť užívaný liek za iný, čo nezhoršuje príznaky rosacey.

„Existuje lokálna, ale aj celková liečba - protizápalová i antieritematózna (redukuje sčervenenie stiahnutím ciev). V liečbe rosacey sa používajú lokálne prípravky (vo forme krému alebo gélu): metronidazol (antibiotikum), kyselina azelaová (známa z liečby akné a nežiaducich pigmentácií), brimonidín (ako liek sa používa na liečbu glaukómu v kvapkách, tu sa nanáša na pokožku a spôsobuje prechodné stiahnutie ciev), lokálne retinoidy (protizápalovo pôsobiace deriváty vitamínu A) či slávny ivermektín (v bledožltom kréme na tvár). V ťažších prípadoch sa systémovo užívajú antibiotiká (tetracyklíny) či systémové retinoidy v tabletkách. Dermatokozmetické centrá majú k dispozícii aj

intenzívne pulzné svetlo (IPL), vaskulárne lasery, elektrokoaguláciu, kryoterapiu, zmnožené tkanivo vedie redukovať CO₂ lasermi. A niektoré spomínané fymatózne prejavy, napríklad na špičke nosa, vie odstrániť aj plastický chirurg,“ vymenúva kožná lekárka.

„Rosacea je ochorenie, ktoré sa dá pri správnom dodržiavaní režimových opatrení, vhodne zvolenej dermatokozmetike a za pomoci moderných laserov a IPL dostať do dlhodobého zlepšeného stavu s výrazným ústupom prejavov. Netreba však zabúdať ani na pravidelné očné vyšetrenia,“ uzatvára primárka oddelenia estetickej dermatovenerológie z Concept clinic v Bratislave MUDr. Diana Višňovská. ● AUTORSKÉ PRAVA VYHRADENÉ

Prejavy rosacey



Čo je typické pre rosaceu

Je to spočiatku prechodné sčervenenie tváre trvajúce viac ako 10 minút, neskôr, vo vyšších štádiách, pretrvávajúci erytém trvajúci viac ako 3 mesiace, u jedného z typov aj výskyt pupienkov a hnisavých vriedok a tvorba siete drobných cievok až zhrubnutie kože, zväčšenie mazových žliaz, prípadne očné prejavy.

Vyskytuje sa obvyčajne po tridsiatke, v zásade rovnako u mužov i u žien s miernymi výkyvmi u jednotlivých pohlaví v jednotlivých dekádach života.

Multifaktoriálne príčiny vzniku: 30-40% výskyt v rodine (genetická predispozícia), UV žiarenie, hormonálne vplyvy, stres, baktérie: výskyt helikobakteria, syndróm bakteriálneho prerastania čreva (SIBO), parazít Demodex folliculorum, dlhodobé používanie steroidov.

Spúšťače: stres, teplo, cievy rozťahujúce (vazodilátne pôsobiace) požívatinu, lieky navodzujúce vazodiláciu, napr. nitráty, lieky na vysoký krvný tlak, železo, tamoxifén, steroidy, biologiká, hormóny štítnej žľazy (niektoré liečivá vyvolávajú nával krvi do tváre v kombinácii s alkoholom), kozmetika s obsahom alkoholu, gáfru, pilingy.

