

COUPEROSE / ROSACÉE

COMMENT PRENDRE SOIN DE VOTRE PEAU

Selon les recommandations du site dermato-info.fr* de la Société Française de Dermatologie



La rosacée est une pathologie très fréquente, 4 millions de personnes seraient concernées en France. Il s'agit d'une affection qui touche les petits vaisseaux du visage. Elle peut prendre différentes formes et se manifeste la plupart du temps par :

- des rougeurs
- des bouffées de chaleur
- l'apparition de petits vaisseaux rouges violacés

Dans les formes les plus sévères, des papules, pustules et un épaissement de la peau peuvent survenir.

LES BONS GESTES À ADOPTER



- ✓ La rosacée touche particulièrement les peaux claires, c'est pourquoi il est important de se protéger du soleil.
- ✓ Éviter toutes les expositions à des sources de chaleur : activité physique intense, saunas, hammams, bains chauds, boissons chaudes ...
- ✓ Éviter les aliments épicés et la consommation d'alcool de manière excessive et régulière.
- ✓ Suivre correctement la prescription et les conseils donnés par votre médecin.
- ✓ Éviter l'utilisation de produits agressifs comme les gommages.
- ✓ Pour refroidir durant les phases de poussées, appliquer du frais ou consommer une boisson glacée.

LES SOINS ADAPTÉS

NETTOYER



Utiliser un produit d'hygiène doux, sans alcool (type **eau micellaire**).

HYDRATER

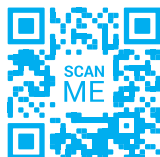


Appliquer 1 à 2 fois par jour une **crème hydratante** spécialement conçue pour les peaux souffrant de rosacée.

MAQUILLER



Si besoin, appliquer un **correcteur de teint** non comédogène.



SCANNEZ CE QR CODE
RETROUVEZ TOUTES
CES RECOMMANDATIONS
ET ENCORE PLUS DE CONSEILS
POUR PRENDRE SOIN
DE VOTRE PEAU

* <https://dermato-info.fr/>