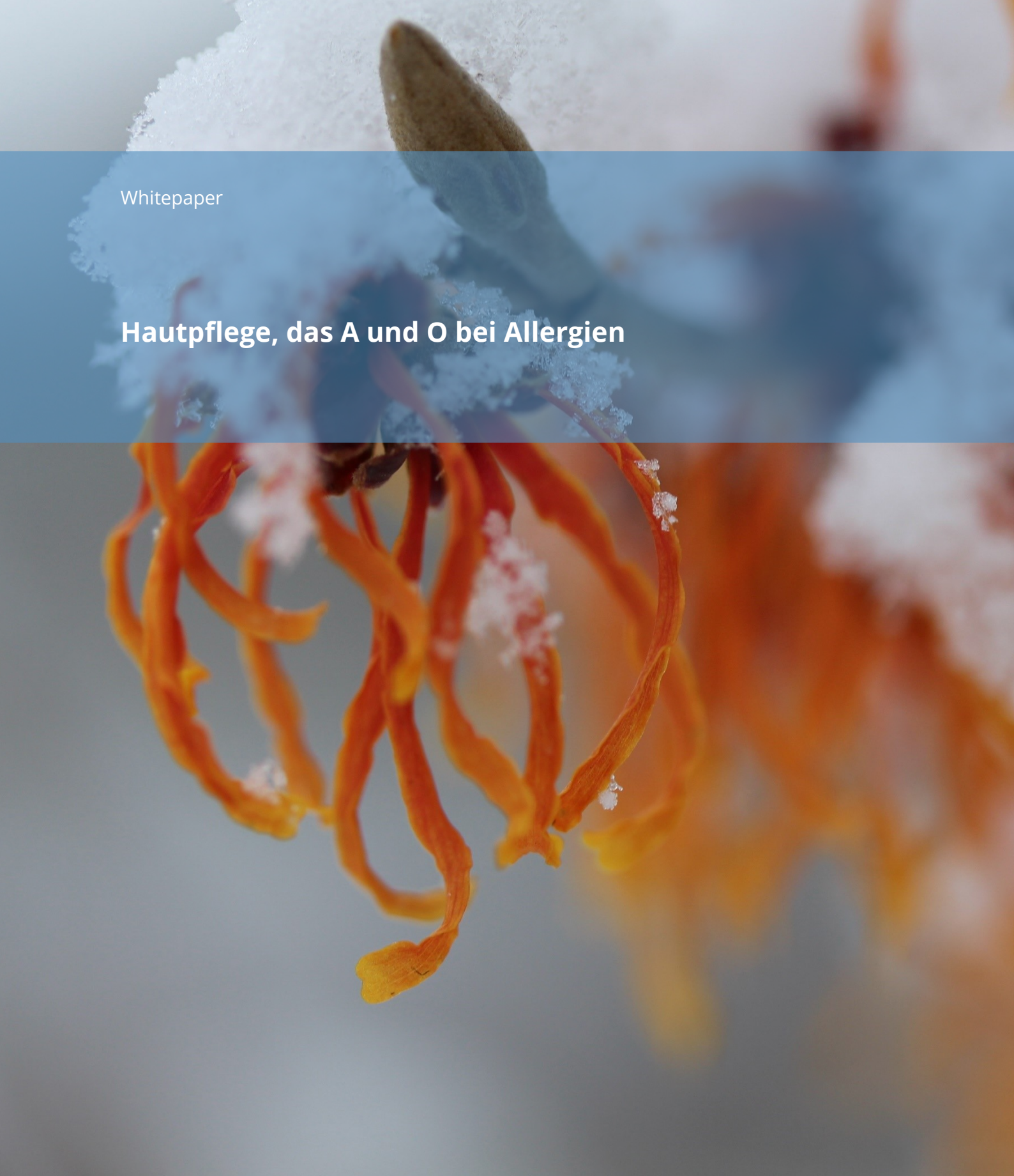




Whitepaper

Hautpflege, das A und O bei Allergien

Lebensmittel- und andere Allergien können auf verschiedene Organe wirken: auf die Schleimhäute, auf den Verdauungstrakt, auf die Atemwege oder den Kreislauf. Häufig sind es allergische Attacken, die sich auf der Haut manifestieren. Hier finden Sie Tipps für die richtige Hautpflege.

Team Diacosa

Inhalt

1. Zusammenhänge	4
2. Beschwerden lassen sich lindern	4
3. Im Zentrum steht die Hautpflege	5
4. Mit angenehmem Hautgefühl durch den Tag.....	5
5. Berufsbedingte Allergien	6

1. Zusammenhänge

Wenn das Immunsystem verrücktspielt, spiegelt sich das oft auf der Haut. Nahrungsmittel- und andere Allergien verursachen bisweilen Nesselsucht, Neurodermitis und andere Hauterkrankungen. Natürliche Produkte ohne synthetische Substanzen helfen, die Symptome zu verringern.

Rein biologisch betrachtet, sind die Menschen «Allesfresser». Unser Verdauungssystem wird problemlos mit pflanzlichen und tierischen Nahrungsmitteln fertig, vom Steak über Spaghetti und Weihnachtsguetzli bis zu Rüebli. Es verwertet die Nährstoffe effizient – so effizient, dass manchmal weniger mehr wäre.

In gewissen Fällen allerdings spielt die Verdauung verrückt. Gewisse Nahrungsmittel lösen im Immunsystem einiger Menschen einen Fehlalarm aus. Stoffe, die an sich harmlos sind und von den meisten Personen auch ohne weiteres vertragen werden, werden irrtümlich als Gefahr erkannt, was zu einer Überreaktion führt. Eine solche Allergie lösen häufig Haselnüsse, Sellerie, Äpfel, Baumnüsse und Kiwis aus. Erdnüsse, Meeresfrüchte und Nüsse verursachen besonders schwere Attacken. Nebenprodukte des Kampfes des Körpers gegen den vermeintlichen Feind zeigen sich etwa als Beschwerden auf der Haut und den Schleimhäuten, im Magen-Darm-Bereich, den Atemwegen oder dem Kreislauf. Dies kann bis zu einem lebensbedrohlichen anaphylaktischen Schock führen.

Neben Nahrungsmittelallergien gibt es auch Allergien gegen andere Stoffe. Viele Menschen werden von Pollenallergien (Heuschnupfen) geplagt. Bekannt sind Allergien gegen (Haus-)Tiere, Insektenstiche, Hausstaubmilben oder Schimmelpilze. Manche Menschen sind auf bestimmte Medikamente oder gewisse Zimmerpflanzen allergisch.

2. Beschwerden lassen sich lindern

Allergische Reaktionen auf der Haut zeigen sich beispielsweise als atopisches Ekzem (Neurodermitis, Psoriasis), Nesselfieber oder Rötung. Diese sind nicht nur unangenehm und lästig, sondern in gewissen Fällen auch entstellend und oft nicht heilbar. Die gute Nachricht ist, dass Beschwerden in vielen Fällen durch sorgfältige Pflege zumindest gelindert werden können.

Eine Neurodermitis tritt oft schon im Säuglingsalter auf. Neben Allergien spielen dabei eine Veranlagung und Umweltfaktoren eine Rolle. Auch Stress, chemische Stoffe oder das Wetter haben einen Einfluss. Anders als es der Name vermuten lässt, hat eine Neurodermitis nichts mit den Nerven zu tun. Vielmehr geraten bestimmte Aufbaustoffe in der Haut aus dem Gleichgewicht, was ihre Funktion als Schutzbarriere beeinträchtigt. Die Haut wird schuppig, durchlässiger für Wasser und trocknet aus. Zugleich können Allergene und andere Stoffe aus der Umwelt besser eindringen, was Entzündungen auslöst. An betroffenen Stellen entstehen Rötungen und starker Juckreiz. Es können nässende Stellen und Verkrustungen auftreten, das Hautbild verändert sich.

Die Psoriasis oder Schuppenflechte kann ebenfalls durch Allergien ausgelöst werden, doch häufig sind es andere Faktoren, die Schübe auslösen. An der Hautoberfläche erscheinen gerötete, schuppige Stellen, besonders an den Streckseiten von Ellbogen und Knien, an den Knöcheln, der Kopfhaut oder der Analfalte. Häufig verformen sich die Nägel und bilden kleinere oder grössere Dellen. Die Ursachen für eine Psoriasis sind nicht abschliessend geklärt, doch neben Allergien scheinen Infektionskrankheiten, Stoffwechselstörungen, Süchte und Stress eine Rolle zu spielen.

Wie die Psoriasis, kann auch eine Urtikaria durch Allergien ausgelöst werden, wobei auch andere Ursachen möglich sind. Der deutsche Name Nesselsucht beschreibt treffend die Symptome: Quaddeln, die an Brennesselstiche erinnern und entsprechend jucken.

3. Im Zentrum steht die Hautpflege

Die Therapien gegen die verschiedenen Symptome ähneln sich. Ist ein bestimmtes Nahrungsmittel, ein Hautpflegeprodukt oder eine andere Substanz der Auslöser der Allergie, liegt es auf der Hand, diese zu meiden. Manchmal können Betroffene ohne weiteres selber feststellen, was die Allergie auslöst. In anderen Fällen, aber auch, um den Toleranzwert festzustellen, macht eine genaue medizinische Diagnose Sinn.

Bei Symptomen, die sich auf der Haut manifestieren, ist die Basispflege das A und O der Behandlung. Grundsätzlich sollte auf Produkte mit natürlichen Zutaten geachtet werden. Bestandteile wie Konservierungs- und Duftstoffe oder ähnliches können zusätzliche Allergien verursachen oder bestehende verstärken. Sie sollten darum gemieden werden. Aus diesem Grund bestehen Diacosa-Pflegeprodukte grösstenteils aus natürlichen Zutaten. Bei schweren Verläufen oder wenn die Beschwerden über längere Zeit nicht verschwinden, sollte aber unbedingt ein Arzt oder eine Ärztin aufgesucht werden.

4. Mit angenehmem Hautgefühl durch den Tag

Bei einer Neurodermitis oder einer Psoriasis darf das Hautreinigungsmittel die Haut nicht weiter austrocknen. Eine gewöhnliche Seife oder ein Duschmittel kann die Symptome verschlimmern, da diese Produkte die natürliche Säure der Haut zerstören und überdies oft künstliche Zutaten enthalten. Romulsin Hamamelis Dusch hingegen reinigt sanft, ist pH-neutral und frei von Konservierungsstoffen. Neben Hamamelis enthält das Pflegedusch Extrakte aus Ginkgoblättern, Aloe Vera sowie Jojobaöl. Zu Romulsin Hamamelis Dusch passen Romulsin Hamamelis Shampoo und Pflegebad.

Hamamelis (Zaubernuss) war schon bei den Indianern Nordamerikas eine wichtige Heilpflanze. Sie hat eine entzündungshemmende Wirkung und lindert den Juckreiz. Letzteres dient nicht allein dem Wohlbefinden. Der Juckreiz kann so stark sein, dass der Drang, sich zu kratzen,

übermächtig wird. Doch das Kratzen fördert Entzündungen, was den Neurodermitis-Teufelskreis erneut anstösst.

Nach der Reinigung sollte ein Pflegeprodukt – auch dieses auf der Basis natürlicher Bestandteile – aufgetragen werden. Vor allem im Winter, wenn die Luft kalt und trocken ist, soll dieses einen hohen Fettanteil aufweisen. Romulsin Hamamelis Emulsion enthält hochwertiges Öl des Jojoba-Strauches sowie Aloe Vera Saft. Die Pflege-Emulsion ist besonders für Menschen mit empfindlicher Haut, mit Neurodermitis oder Psoriasis geeignet.

Die vielfältigen positiven Wirkungen der Aloe Vera sind seit Jahrtausenden bekannt. Der Saft des Liliengewächses wirkt heilend und lindernd bei Nesselfieber (Urtikaria), aber auch bei Neurodermitis oder Psoriasis, zudem bei Insektenstichen, Sonnenbrand und anderen leichten Verbrennungen. Romulsin Aloederm Fluid und Gel pflegen darum besonders schonend sensible und irritierte Gesichts-, Hand- und Körperhaut.

Auch wer wegen einer Allergie mit einer überempfindlichen Haut zu kämpfen hat, möchte im Alltag gepflegt auftreten. Herkömmliche Deos enthalten häufig Stoffe wie Parabene, Aluminiumsalze, Farb- und Konservierungsstoffe. Die Deo Sprays Citrus und Orange-Sandelholz von Romulsin jedoch wirken ohne diese chemischen Substanzen erfrischend und desodorierend.

5. Berufsbedingte Allergien

Manche Berufsgruppen wie etwa Coiffeusen und Coiffeure, Reinigungs- oder Pflegepersonal sind regelmässig mit chemischen Substanzen, aber auch mit Stoffen wie Latex im Kontakt. Sie sind deshalb häufig von allergischen Hautirritationen an den Händen betroffen. Es ist kein Wunder, dass Hautkrankheiten zu den häufigsten Berufskrankheiten zählen. Auch für diese Betroffenen gilt in erster Linie: den Kontakt zur betreffenden Substanz vermeiden.

Doch das ist oft einfacher gesagt als getan, will man den Beruf nicht gleich an den Nagel hängen. Schutzhandschuhe sind zwar nicht immer praktisch, doch sie schützen die Hände gegen allergene Substanzen. Sie sind allerdings oft aus Latex, was für manche Menschen ebenfalls ein Problem ist. Es gibt Handschuhe aber auch aus anderen, unbedenklicheren Materialien. Der bei uns erhältliche Untersuchungshandschuh Nitril LIOX etwa ist nicht nur besonders hautverträglich. Seine Oberfläche beugt auch Infektionen vor, da sie Mikroben abtötet. Gegen Nesselfieber (Urtikaria) hilft oft eine feuchtigkeitsspendende Lotion oder Creme. Bei einem Handekzem können Betroffene ihre Hände mit den speziellen Romulsin Hautschutzcremes schützen. Auch hier gilt: die Hände schonend waschen, natürliche Mittel verwenden und nach dem Händewaschen gründlich eincremen.

Weiter Tipps bei Hautallergien

Darüber hinaus gibt es eine Reihe weiterer Massnahmen, die Linderung bringen können. Kühlen der betroffenen Stellen kann den Juckreiz lindern. Darum sollte auch keine zu warme Kleidung getragen werden. Kleider aus Baumwolle sind geeignet, da sie kaum kratzen, hautverträglich sind und die Luft gut zirkulieren lassen. Weichspüler sollten durch etwas Essig ersetzt werden, da sie oft allergene Bestandteile enthalten. Weil Stress einen Einfluss auf Hauterkrankungen hat, können auch Entspannungsübungen, Yoga, Meditation oder einfach ein Spaziergang an der frischen Luft helfen.

Das wär's! Wir hoffen, dass Ihnen unsere Expertentipps helfen. Bitte lassen Sie uns wissen, was Sie von diesem Dokument halten. Sind Ihnen weitere Tipps für Kosteneinsparungen bei / mit Pflegeprodukten geläufig? Wir würden sie gerne von Ihnen hören.

Kontaktieren Sie uns hier:

