Les conseils suivants peuvent vous aider dans la prise en charge de votre rosacée :

- Notez que le traitement permet de réduire les symptômes mais ne guérit pas la maladie, ce qui signifie que si vous arrêtez le traitement, les symptômes réapparaîtront.
- Évitez les savons trop gras et les fonds de teint couvrants.
- Lavez-vous le visage à l'eau tiède puis appliquez un émollient liquide (demandez conseil à votre pharmacien).
- Évitez les gommages et les peelings.
- Limitez votre consommation d'alcool et d'épices.
- Protégez-vous au maximum du soleil (en mettant de la crème solaire, en portant un chapeau, etc.).
- Évitez d'appliquer des dermocorticoïdes sur votre visage.

Pour en savoir plus sur la rosacée, **scannez le QR code.**

La couperose et la rosacée (Dermato-Info)