

# Kirkalt punetavad roosvinnid näol

Roosvinnid ehk roosvistrikud (*Acne rosacea*) on peamiselt keskealiste või vanemate naiste haigus, kuid mitte ainult.

**K**ui keskealistel naistel, kellel kunagi varem pole vistrikke esinenud, tekib põskedele ja ninale püsiv punetus ning mädased vinnid, võib tegu olla roosvinnidega.

See on krooniline visa kuluga rasunäärmete ja neid ümbritseva koe põletik, mis paikneb sümmeetriliselt näo keskosas. Sellele on iseloomulik nina, põsesarnade ning otsmiku püsiv kirkas punetus, väikesed laienenud veresooneid, punetavad või sinakaspunased või koguni mädased vinnid. Nahk on sageli rasune, sest kaasneb seborröa ehk naha rasunäärmete tavalisest suurem voolus ja sellest tingitud rasvasus.

Lööve ei levi rinnale, seljale või jäsemetele, nagu tavaliste vinnide puhul. Võib aga kaasneda silmahaigus keratiit ehk sarvkestapõletik.

Noorematel naistel tekib seoses roosvinnidega mõnikord suu ümbruses nahapõletik (punetus, sõlmekesed). Põhjused peituvad kosmeetika kasutamisega liialdamises, kortikosteroidsalvide kasutamises, isegi stressis.

Meestel täheldatakse vahel roosvinnide tüsistusena rinofüüni. See on nina rasunäärmete ja sidekoe vohang, mille tõttu nina võib muutuda vormituks mugulaks. Naistel esineb seda äärmiselt harva.

## NAHALESTAD OSALEVAD

Vinnide, eriti roosvinnide puhul on märgatud pärilikku soodumust. Arstid on pannud tähele, et haiguse algpõhjus on nii mõnigi kord seedeärrid,

näiteks vähenenud maomahla sekretsioon või spastiline jämesoolepõletik. Vähem olulised ei ole ka munasarjade funktsioonihäired, näiteks menopausi ehk kliimaksi ajal, samuti menstruatsioonihäired.

Haiguse tekkes osalevad nahalestad (*Demodex*), kes paiknevad nahanäärmetes, karvanääpsudes ja rasunäärmejuhades, aga ka bakterid – stafülokokid. Nahalestadele on suupärased kosmeetilised kreemid, eriti nendes sisalduvad rasvained.

On täheldatud, et mõnikord muutuvad tavalised vinnid roosvinnideks.

## ÄÄRMUSI TULEB VÄLTIDA

Lööbe ilmnemisel tuleb pöörduda arsti poole, kes selgitab haiguse põhjused ja määrab ravi.

Ravitakse seedekulglu haigusi, kliimaksinähte.

Toiduks sobivad roosvinnide puhul piima- ja taimetoidud.

Tuleb vältida pakast, kuumust, tugevat tuult, intensiivset päikesekiirgust, alkoholi ning vürtsiseid toite.

Haiguse algstaadiumis on ravi puhul tähtis osa leebetel nahapuhastusvahenditel. Nahka tuleb pesta lõhnastamata pehme happelise (madal pH) seebiga 1–2 korda päevas.

Näonahka puhastatakse ka spetsiaalsete vedelikega. Väga rasuse naha puhul aitab alkoholi sisaldav näovesi. Bakterivastaseid aineid sisaldavad seebid on kasutatud, sest nende toime ei ulatu rasunäärmete viimajuhadesse.

REPRO



Roosvinnide puhul tekib põskedel ja ninal punetus.

Kasutatakse välispidiseid ehk paikseid ning seepidiseid ravimeid. Paiksel ravitakse bensüülperoksiidi, metronidasooli, tretinoiini ja muude rohudega.

## Roosvinnide teket soodustavad:

- ebaregulaarne söömine ja ebasobiv toit – näiteks vürtsised, soolased või marineeritud toidud;
- kuum ja kange oahkohv, samuti kange tee, gaseeritud joogid, alkohol;
- suitsetamine;
- tugev päikesekiirgus;
- kuum saun või viibimine mingis muus kuumas ja niiskes keskkonnas;
- töö külmas või kuumas;
- stress;
- pikaajaline antibiootikumide, anaboolsete steroidide või mõningate muude ravimite tarvitamine;
- kosmeetiliste kreemide liigne kasutamine – näiteks suure rasvasisaldusega kreemid, päikesekaitsealvid jm;
- seebijäägid nahal.

NAOMI LOOGNA,  
professor

## Rahvatarkust akne raviks

Akne puhul võivad leevendust pakkuda kummelimahised. Keerake marlisse kummelit, valage üle kuuma vee-ga ja vajutage põletikulisele nahale. Hoidke 5 minutit.

Kohupiimakompress jahutab-toniseerib põletikulist ja aknest nahka. Määrige õhuke kiht väherasvast kohupiima põletikulisele alale. Katke marli või kõõgirätikuga ning hoidke peal, kuni kohupiim kuivab ja maha koorub.

Tehke mähist mitu korda päevas, kuni paistetus ja õhetus kaovad.

Aaskannikesest saate valmistada aknevastase teesegu. Segage 2 tl kannikest 2 tl põldosjaga ning valage segu üle 1 tassi keeva veega. Laske 10 minutit tõmmata ja kurnake. Jooge 3 tassi päevas vähemalt 4 nädalat.

Allikas: "Taimravileksikon", Maalehe Raamat, 2004