



Franziska Ring

### **Rosacea – Das hilft wirklich**

160 Seiten, ca. 10 Abbildungen  
15,5 x 21,0 cm, Softcover  
ISBN 978-3-86910-052-4  
EUR 19,99 [D] \* EUR 20,60 [A]

Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.

### **Rosacea richtig behandeln**

Rosacea ist eine chronisch verlaufende, entzündliche Hauterkrankung. Typisch sind Rötungen, Papeln und Pusteln. Zwar gibt es Medikamente zur Behandlung der Krankheit, doch helfen diese nicht allen Patienten gleich gut. Franziska Ring ist selbst von Rosacea betroffen und hat auf ihrem langen Weg von der Diagnose zu einer beruhigten Haut die sogenannte „3-Raum-Methode“ entwickelt. Sie umfasst das gesamte Lebensumfeld: Auf was ist bei Rosacea zu achten – in der Küche (Ernährung), im Badezimmer (Pflege) und im Wohnzimmer (Leben allgemein)? Die „3-Raum-Methode“ hilft effektiv dabei, Schübe zu verringern, Symptome abzumildern und die Haut in einen beruhigten Zustand zurückzuführen. Ein Ratgeber, der die Angst vor der Krankheit nimmt und Mut macht zur Eigeninitiative!

#### **Aus dem Inhalt:**

- Mein langer Weg zur Diagnose
- Was ist Rosacea genau?
- Selbsttest: Leiden Sie unter Rosacea?
- Die psychische Belastung
- Die ärztliche Behandlung
- Die 3-Raum-Methode – alle Selbsthilfetipps auf einem Blick
- Raum 1 – die Küche: Ernährung und Rosacea
- Raum 2 – das Badezimmer: Pflege und Rosacea
- Raum 3 – Wohnzimmer: Leben mit Rosacea
- Alternative Heilmethoden

#### **Die Autorin**

Franziska Ring lebt als freie Texterin in Wiesbaden. Erste Beschwerden traten bei ihr mit Anfang 20 auf. Doch erst einige Jahre sowie viele ärztliche Fehleinschätzungen später sollte endlich ein Dermatologe erkennen, was das Brennen sowie die Rötungen und Pusteln in ihrem Gesicht wirklich zu bedeuten hatten. Da sie von Dermatologen keine Selbsthilfetipps zum allgemeinen Umgang mit der Rosacea bekam, begann sie selbst zu recherchieren und entwickelte die „3-Raum-Methode“. Heute treten Schübe, in denen sie unter Rötungen und Pusteln leidet, nur noch höchst selten auf und klingen sehr schnell wieder ab.



#### Pressekontakt

Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG | 30130 Hannover  
PR & Werbung humboldt | Telefon 0511 8550-2562 | Fax 0511 8550-992562 | presse@humboldt.de

**Nach erfolgter Rezension bitten wir um einen Beleg. Gerne auch digital an: [presse@humboldt.de](mailto:presse@humboldt.de). Vielen Dank!**