

## Finger weg von den Pickeln: Was bei unreiner Haut zu tun ist

Leichte Gels und Cremes, Vitamin A, Antibiotika oder Cortison: Immer sollte der Facharzt über die Therapie entscheiden

80 Prozent aller Jugendlichen sind von Akne betroffen. Die psychische Belastung ist oftmals hoch. Umso wichtiger sind rechtzeitige Diagnose und möglichst frühzeitiger Behandlungsbeginn.

„Bereits ein Jahr vor Eintritt der Pubertät macht sich das unreine Hautbild bemerkbar, denn in diesem Zeitraum werden verstärkt männliche Geschlechtshormone gebildet – sowohl bei Jungen als auch bei Mädchen“, sagt Dermatologin Karin Nittmann vom Klinikum Wels-Grieskirchen. Durch diesen Einfluss wird die Talgproduktion angeregt, eine überschießende Verhornung der Haut erschwert das Ausscheiden von Talg und Fett. Durch natürlich vorkommende Keime auf der Haut kommt es zu Entzündungen.

Die Hauterkrankung kann auch bei Erwachsenen und selbst bei Neugeborenen auftreten, jeweils bedingt durch hormonelle Einflüsse.

Neben Hormonen spielen die Gene, Umwelteinflüsse sowie unangewogene Ernährung eine Rolle. „Die Ausprägung der Akne lässt sich in drei Hauptformen untergliedern – in eine leichte Form, die nur das Gesicht betrifft und sich durch fette Haut und Mitesser zeigt. Zur mittelschweren Form zählt die sogenannte Akne papulopustulosa, deren Pusteln sich auch auf das Dekolleté und den Rücken ausbreiten können. Die schwerste Form ist gekennzeichnet durch entzündete Knoten und Zysten. Insbesondere die letzten beiden Formen müssen unbedingt so früh wie möglich behandelt werden, um Narbenbildung zu verhindern“, so Nittmann.

### Vitamin-A-Präparate helfen

Jede Form der Akne müsse durch einen Hautarzt – bei Säuglingen durch den Kinderarzt – abgeklärt werden. Er stellt fest, welche Therapie am besten geeignet ist. „Bei



Viele Teenager leiden, wenn sie Akne bekommen.

Foto: colourbox

leichteren Formen sind Gels und Cremes hilfreich, um Entzündungen zu verringern und einer Narbenbildung vorzubeugen. Für einen stärkeren Effekt kommen lokale Kombipräparate mit Antibiotika und Vitamin A zum Einsatz“, sagt die Oberärztin. Bei schweren

Fällen ist die Gabe eines oralen Antibiotikums in Kombination mit einer Lokaltherapie notwendig. Bei jungen Frauen hilft auch die Pille. Besonders wirksam ist der Wirkstoff Isotretinoin, ein natürlicher Abkömmling von Vitamin A, auch bekannt als Retinolsäure. Cortison

ist nur in schwersten Fällen anzuwenden und muss vom Facharzt verordnet werden. Auf keinen Fall wird Cortison lokal verabreicht.

Bei leichten Formen ist eine Pflegeserie zur Reinigung und zur Versorgung mit Feuchtigkeit aus der Apotheke hilfreich. Zu vermeiden sind fettige und ölige Produkte – hier gilt besonderes Augenmerk auf die Wahl des Make-ups. Da es bei empfindlicher Haut zu Irritationen kommen kann, sollte man mit Hausmitteln wie Ringelblumen- oder Teebaumölprodukten vorsichtig sein.

„Da sich auf der Haut eine Vielzahl an unterschiedlichen Keimen befindet, heißt die oberste Devise: Finger weg von Pickeln. Durch das ‚Ausdrücken‘ können vor allem auf Dekolleté und Rücken sogenannte Keloide entstehen. Dabei handelt es sich um knotige Narbenbildungen, die durch den gestörten Heilungsprozess entstehen können“, so Nittmann.