

# Der *Pickelguide*

**WIE ENTSTEHEN PICKEL? TEIL 2** – Im ersten Teil erklärte Dermatologin Christina Drusio, wie Pickel entstehen. Im zweiten Teil geht es um kosmetische Behandlungsmöglichkeiten, was nur ein Arzt dabei darf und was bei Pickelmalen hilft.

TEIL 2



Foto: VIChizh/Shutterstock.com



Mitesser sollten immer professionell ausgereinigt werden, nicht vom Kunden selbst. Die Gefahr von Entzündungen, Narbenbildung oder Hyperpigmentierungen ist bei einer Eigenbehandlung sehr groß.

**K**osmetisch kann die Haut mit Mitessern, Papeln und Pusteln unter Berücksichtigung der folgenden Behandlungsbau- steine gut behandelt werden: gründliche Reinigung, Talgflussregulierung, Lösen bzw. Abtragen der Verhornungen (Vorbeugen von Follikelverstopfungen), Entzündungshemmung. Die Kombination von Heimpflege und kosmetischer Intensivpflege im Institut ist dabei essenziell.

## Profi-Behandlung

Die professionelle Behandlung richtet sich nach der Ausprägung und erfolgt ca. alle zwei bis vier Wochen im Institut, kann aber bei Verbesserung des Hautzustandes auch ausgeweitet werden auf sechs Wochen. **Wichtig sind regelmäßige Behandlungen, um langfristig das Hautbild zu verbessern und auch zu erhalten!**

Mitesser sollten immer professionell ausgereinigt werden, nicht vom Kunden selbst. Die Gefahr von Entzündungen, Narbenbildung oder Hyperpigmentierungen ist bei einer Eigenbehandlung sehr groß.

Die Kosmetikerin kann unter den richtigen Hygienemaßnahmen und mit geeigneten Hilfsmitteln (sterile Nadeln) leichte Unreinheiten, auch die mit moderater Eiterbildung, ent-

## WAS DARF NUR DER ARZT?

**Starke Entzündungen an der Haut, Knoten oder gar eitrige Geschwulste (Abszesse) gehören immer in die Hände des Dermatologen!**

Es kann notwendig sein, eitrige Geschwulste chirurgisch unter den entsprechenden Hygiene- und Betäubungsmaßnahmen zu öffnen, damit der Eiter abfließen kann.

Je nach Ausprägung der Akne können zur Behandlung medizinische Cremes eingesetzt werden oder sogar eine innerliche Tabletten- therapie über einen längeren Zeitraum erforderlich sein.

Unterstützend sollten jedoch auch bei einer ärztlichen Therapie begleitend regelmäßige Behandlungen bei einem medizinischen Kosmetikinstitut erfolgen.

fernen. Hier ist dann zudem die geeignete Nachbehandlung mit desinfizierenden Mitteln sichergestellt und Entzündungen werden verhindert. **Darüber hinaus empfiehlt die Kosmetikerin geeignete, auf das Hautbild abgestimmte Nach- und Heimpflege.**

Eine gute Reinigung und adstringierende, klärende Gesichtswässer bil-





Durch die abgelaufene Entzündungsreaktion können unschöne braun-rötliche, permanente Verfärbungen an der Haut entstehen.

den die Basis. Denn überschüssiges Hautfett und vorhandene Bakterien sollten regelmäßig entfernt werden. Zur täglichen Pflege ölfreie Gele oder leichte Emulsionen einsetzen. Wichtig ist, dass auch ölige Haut mit Wirkstoffen und vor allem Feuchtigkeit versorgt wird. Eine zu starke Austrocknung der Haut durch zum Beispiel zu viel Alkohol kann das Hautbild sogar verschlechtern.

**Keratolytische Wirkstoffe sind effektiv**, da sie an einem der vier Faktoren der Akne-Entstehung ansetzen: Sie beugen einer übermäßigen Verhornung am Haarfollikel vor.

Bei starken Unreinheiten sind **Masken, Peelings und Pickeltupfer** (zur lokalen Anwendung) sehr wirksam. Die Haut sollte jedoch nur einmal in der Woche gepeelt werden.

Ein mechanisches Peeling mit feinsten Schleifpartikeln sollte nur bei



### MEHR ERFAHREN – ONLINE GEHEN!

**Exklusiv für Online-Abonnenten: Welche Wirkstoffe bei Akne und unreiner Haut helfen, lesen Sie auf unserer Internetseite unter [www.beauty-forum.com](http://www.beauty-forum.com). Geben Sie einfach den Webcode 154066 ein.**

nicht-entzündlicher Haut angewendet werden, da sonst die Gefahr einer Streuinfektion besteht.

Herrschen entzündliche Papeln und Pusteln vor, ist die bessere Wahl ein **enzymatisches Peeling**. Anschließend kann eine Maske mit Aktivkohle oder Ton aufgetragen werden, die die Unreinheiten quasi aus der Haut „zieht“ und so für einen ebenmäßigeren und matten Teint sorgt.

### Pickelmale

Die häufigsten Male, die durch Pickel entstehen, sind Narben und Hyperpigmentierungen. Die Ursachen liegen in der abgelaufenen Entzündungsreaktion der Haut, in der Intensität der Pickel (höheres Narbenpotenzial bei Akneläsionen), andererseits in unprofessioneller Behandlung (Selbstbehandlung bzw. unsachgemäßes „Ausdrücken“) der Pickel.

Starke Entzündungen an der Haut, Knoten oder gar eitrige Geschwulste (Abszesse) gehören immer in die Hände des Dermatologen!

Die Entzündungen werden dadurch verstärkt, Bakterien werden noch tiefer in die Haut gedrückt und es können Gewebedefekte (bis in die Lederhaut) entstehen, die dann unter Narbenbildung abheilen. Eine Regeneration („Reparatur“) der Defekte erfolgt im Rahmen der Wundheilung, als Folge bleibt jedoch eine Narbe bestehen.

**Bei Aknenarben handelt es sich am häufigsten um atrophe Narben, das heißt eingesunkene, unter dem Hautniveau liegende Narben.** Auf kosmetischem Weg können bei den eingesunkenen Narben Tiefenschälkuren, Mikrodermabrasion oder Mikroneedling eingesetzt werden.

Sowohl die Regeneration des Gewebes als auch die Wirkstoffaufnahme werden dadurch unterstützt. Nach wenigen Wochen können sogar verhärtete/ältere Narben elastischer und weniger auffällig werden. **Der Dermato-**

**loge kann atrophe Narben mit Hyaluronsäure unterspritzen.** Dadurch wird das Narbengewebe angehoben und liegt optisch wieder im Hautniveau. Durch den natürlichen Abbau der Hyaluronsäure muss die Behandlung aber in regelmäßigen Abständen wiederholt werden. Eine Alternative hierzu stellt eine **Laserbehandlung der Aknenarben** dar. Hierbei werden durch den Laser kleinste thermische Verletzungen an der Haut verursacht. Dadurch wird eine Regeneration mit Bindegewebsneubildung angeregt. Durch die abgelaufene Entzündungsreaktion können unschöne braun-rötliche, permanente Verfärbungen an der Haut entstehen, sogenannte postinflammatorische (= nach der Entzündung) Hyperpigmentierungen. Hautentzündungen wie Pickel können die Melaninproduktion anregen. Die dadurch entstehenden Hyperpigmentierungen können dann über Wochen und Monate bestehen bleiben.

In der Behandlung sind die Unterbindung des Pigmentierungsprozesses (Tyrosinasehemmung) und der Abbau vorhandener Pigmentansammlungen essenziell.

Wirkstoffe wie **Vitamin C, Niacinamide oder Hexylresorcinol** wirken vielschichtig: Sie spalten das Melanin auf, begünstigen dessen Abtransport und hemmen die Produktion des Farbstoffs. Um den Erfolg zu beschleunigen, können auch hier natürliche Schälkuren eingesetzt werden. □



#### CHRISTINA DRUSIO

Die Autorin ist Teil der Inhaberfamilie und Mitglied der Geschäftsleitung der Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik GmbH. Sie ist Fachärztin für Dermatologie und Venerologie und als Haut-Expertin geschätzte Referentin bei internationalen Vorträgen und Seminaren.