

Der *Pickelguide*

WIE ENTSTEHEN PICKEL? TEIL 1 – Unreine Haut ist nicht nur ein Hautproblem von Jugendlichen, auch im Erwachsenenalter kann es zur Entstehung von Pickeln kommen. Doch wie entsteht eigentlich unreine Haut? Dermatologin Christina Drusio erklärt's.

TEIL 1



Foto: VIChizh/Shutterstock.com

Diese Frage ist gar nicht so leicht zu beantworten, da hier mehrere Faktoren eine Rolle spielen. Die wichtigsten sind:

- eine übermäßige Talgproduktion,
- eine Verhornungsstörung am Haarfollikel sowie
- eine bakterielle Besiedlung der Haut mit der Folge einer Entzündungsreaktion.

Hautkrankheit Akne

Akne ist eine follikelgebundene Hauterkrankung und dies bedeutet, dass der Entstehungsort der Pickel am Haarfollikel liegt. Die meisten unserer Talgdrüsen münden mit ihrem Ausführungsgang in den Haarfollikel. **Durch die Aktivität der Geschlechtsdrüsen in der Pubertät kommt es zu einer vermehrten Produktion von männlichen Geschlechtshormonen** (unter anderem Testosteron). Dies bedingt, dass die Talgproduktion am Haarschaft steigt und mit ihr das Nahrungsangebot für fettliebende Erreger wie unter anderem Propionibakterien. Die Erreger verstoffwechseln den Talg und hinterlassen Stoffwechselabfallprodukte (Fettsäuren), die wiederum die Porenwand reizen. Als Reaktion produziert die Hautpore vereinfacht gesagt mehr Porenwandzellen und es kommt zur **Aus-**

UNTERSCHIEDLICHE FORMEN

Je nach vorherrschender Hautveränderung kann man unterschiedliche Formen der Akne unterscheiden:

Bei einer Acne comedonica überwiegen Mitesser.

Bei einer Acne papulopustulosa bestimmen neben einigen wenigen Komedonen hauptsächlich Papeln und Pusteln das Hautbild.

Die schwerste Form der Akne wird Acne conglobata genannt. Außer Papeln und Pusteln bilden sich zusätzlich stark entzündete und schmerzhafte Knoten bis hin zu eitrigen Geschwulsten (Abszessen).

bildung von Hornpfropfen. Die Pore wird verschlossen, dehnt sich sackartig aus und es entsteht ein Mitesser, auch Komedo genannt. Unter Einfluss der Bakterien und dem stetig vermehrten Sebumfluss können sich im weiteren Verlauf daraus **entzündliche Knötchen (Papeln) und Knötchen mit Eiterspitze (Pusteln)** bilden und im schlimmsten Fall sogar eitriges Geschwulste und Fistelgänge.



Offene Komedonen sind kleine punktförmige schwarze Hautveränderungen. Daher der Name „Blackhead“.

Häufige Hautveränderungen

Die am häufigsten vorkommenden Hautveränderungen bei der Akne sind **Mitesser (Komedonen)**, die man in geschlossene und offene Mitesser unterteilen kann.

Geschlossene Komedonen erkennt man als weißliches, erhabenes Knötchen an der Hautoberfläche – deswegen werden sie auch „**Whiteheads**“ genannt. Durch den Verschluss der Pore kann der Talg nicht mehr richtig abfließen und es bildet sich eine Unterlagerung in der Tiefe, die sich in der Folge leicht entzünden kann. Der „Whitehead“ sollte jedoch nicht mit einem Knötchen mit Eiterspitze (Pustel) verwechselt werden!

Offene Komedonen sind insbesondere in der T-Zone als kleine punktförmige schwarze Hautveränderungen sichtbar. Die Pore ist durch den Horn-Talg-Pfropf aufgeweitet und durch das viele Melanin aus den Melanozyten an der Mündung des Ganges ist ein „schwarzer Kopf“ sichtbar. Daher rührt der Name „**Blackhead**“.

Wenn der Talg nicht mehr ungehindert abfließen kann, vergrößert sich die Pore und es kann im weiteren Verlauf zur Ausschüttung von Entzündungsbotenstoffen kommen. Als Resultat ist die Haut gerötet, empfindlich und kann sich vorwölben. Diese sicht- und tastbare Veränderung, die über das Hautniveau hinausragt, wird Papel genannt. Die entzündliche Unterlagerung der Oberhaut ist nicht nur deutlich sichtbarer als ein Mitesser, sondern auch schmerzhaft.

Wenn sich bei der Papel zusätzlich Eiter bildet, sieht man dies an einer weißlich-gelben Eiterspitze. Diese



Geschlossene Komedonen erkennt man als weißliches, erhabenes Knötchen an der Hautoberfläche – deswegen werden sie auch „Whiteheads“ genannt.

Art des „Pickels“ wird Pustel genannt (vom lateinischen pus für Eiter). Die Pustel ist ein oberflächliches Eiterbläschen mit rötlichem Randsaum.

Weitere Ursachen

Auch einige Kosmetika können unter Umständen Akne verursachen. **Wenn man zu Akne neigt, ist es wichtig, die Pflegeprodukte auf den Zusatz „nicht-komedogen“ zu überprüfen.** Komedogenität bezeichnet im Allgemeinen die Eigenschaft eines Stoffes, die Bildung von Mitessern (Komedonen) zu fördern. Ursachen sind Lipide, die sich zusätzlich zum eigenen Hautfett in den Poren ablagern und sie „verstopfen“. Stoffe mit komedogenem Potenzial können zum Beispiel Paraffin, Fettalkohole, aber auch Kokosöl oder Kakaobutter sein. Aber Vorsicht! Es gibt bislang keine einheitliche gesetzliche Regelung bzw. Definition, wann ein Produkt den Hinweis „nicht komedogen“ tragen darf und wann nicht. Ein Blick in die Inhaltsstoffe der Pflegeprodukte ist daher immer ratsam! Ein wichtiger Punkt ist zudem, wie die Haut individuell reagiert. Nicht jede Reaktion auf einen Stoff ist bei jedem gleich, das heißt, der eine bekommt von einem bestimmten Öl (zum Beispiel Kokosöl) Komedonen, ein anderer nicht. Es existieren diverse Listen mit Stoff-



MEHR ERFAHREN – ONLINE GEHEN!

Exklusiv für Online-Abonnenten: Die stärkste Form der unreinen Haut, die Acne conglobata, trifft man fast ausschließlich bei Männern an. Wie sie behandelt werden kann, lesen Sie auf unserer Internetseite unter www.beauty-forum.com. Geben Sie einfach den Webcode 151188 ein.

fen, denen Komedogenität nachgesagt wird. Diese Listen sind allerdings so lang, dass man wohl kaum ein Produkt im Markt findet, welches keinen dieser Stoffe enthält.

Neben Kosmetika können auch bestimmte Medikamente eine vorbestehende Akne verschlimmern oder sogar eine Akne auslösen. Hierzu zählen unter anderem innerlich eingenommenes Kortison, Anabolika, zum Beispiel beim Bodybuilding, Antibiotika, einige Medikamente gegen Depressionen, aber auch hoch dosierte Vitamine (B₁, B₆ und B₁₂)! □



CHRISTINA DRUSIO

Die Autorin ist Mitglied der Inhabergefamilie und der Geschäftsführung der Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik GmbH. Sie ist Fachärztin für Dermatologie und Venerologie und als Expertin zum Thema Haut Referentin bei internationalen Vorträgen und Seminaren.



Lesen Sie im zweiten Teil unseres „Pickelguides“, welche kosmetischen Behandlungsmöglichkeiten es gibt, was nur ein Arzt darf und was bei Pickelmalen hilft. Er erscheint in einer der kommenden Ausgaben.