

Pickel lassen sich behand

Etwa 85 Prozent der Teenager leiden an Akne. Die Dermatologin Daniela Kleeman behandelt den 14-jährigen Fritz. Text **Petra Seeburger** Illustration **Anoushka Matus**



Dr. med. Daniela Kleeman
Dermatologin
in Zürich

66

Fritz geht in Begleitung seiner Mutter an einem Mittwochnachmittag in die Sprechstunde. «Akne ist eine entzündliche Erkrankung der Talgdrüsenfollikel», erklärt ihnen Dr. Kleeman. «Die Hormonumstellung während der Pubertät steigert die Talgproduktion. Gekoppelt mit einer Verhornungsstörung verstopfen die Gänge der Talgdrüsen, es entstehen Mitesser, so genannte Komedone.» Wie er denn selber seine Haut beurteile, fragt sie Fritz. Anfangs seien die Pickel zwar zahlreich, aber klein gewesen, erklärt er der Ärztin. Nun seien es richtige Pusteln geworden. Nebst dem Gesicht ist auch der ganze Rücken übersät. Die Mutter fügt an, dass sich Fritz oft schäme: «Er duscht neuerdings nach dem Sport lieber zu Hause.» Sie würde gerne als erstes das Hautbild beurteilen, erklärt Daniela Kleeman, und bittet Fritz in den Untersuchungsbereich. Sie zeigt Fritz die Unterschiede zwischen Mitessern, Bibeli und den Pusteln, die mit Eiter gefüllt sind. An Wange und Stirn sieht sie einige tiefe Knoten und weist Fritz auf Kratzspuren hin. Dies begünstige die Vermehrung der Aknebakterien. Er solle versuchen, nicht mehr zu kratzen.

Risiko der Narbenbildung

«Das sieht nach einer eher schweren Akne mit einer Tendenz zur Vernarbung aus», diagnostiziert die Dermatologin. Die schwere oder auch tiefe Akne mit entzündeten Knoten führe oft zu Narbenbildung. Dies sei das grösste Risiko der Akne. «Ziel der Behandlung ist es, in erster Linie diese Narbenbildung zu verhindern.» Die Hormonumstellung gehöre ja zur Pubertät und könne nicht verhindert werden. Meistens heile die Akne bis

zum 20. Lebensjahr spontan aus. Auf die Frage, wie er sich denn pflege, erzählt Fritz, dass er verschiedene Produkte aus der Apotheke anwende, jedoch nicht immer so diszipliniert sei. «Anfangs hat dies etwas gebracht, doch jetzt nützt nichts mehr.»

Vitamin A hilft

Die Ärztin empfiehlt eine zweistufige Behandlung: «Vorerst würde ich eine Kombinationstherapie mit einer benzoylperoxidhaltigen Waschlotion, einem Antibiotikum zum Einnehmen und einer Vitamin-A-Salbe über Nacht verordnen.» Diese Therapie verbessere die lokalen Entzündungen. Während dieser ersten Behandlungsphase hätten Fritz und seine Mutter Zeit, sich über eine Therapie mit Isotretinoin-Tabletten Gedanken zu machen. «Isotretinoin ist das derzeit erfolgversprechendste, aber auch stärkste Medikament in der Aknebehandlung», informiert Daniela Kleeman. Das Vitamin-A-Säure-Präparat hemmt die Aktivität der Talgdrüsen dauerhaft, bedingt allerdings eine Langzeittherapie über mehrere Monate. Diese Behandlung hat jedoch auch Nebenwirkungen, weshalb sich die Jugendlichen ihre Blutwerte regelmässig kontrollieren lassen müssen. «Wichtig ist, dass Fritz bereit dazu ist», sagt die Ärztin, nachdem sie die Wirkung und die Nebenwirkungen des Medikaments genau erklärt hat. Sie gibt dem Teenager Informationsbroschüren mit auf den Weg. In sechs Wochen soll er zu einer Kontrolle erscheinen. Der Junge ist erleichtert: «Endlich geht etwas!»

Petra Seeburger ist Journalistin und Kommunikationsleiterin am Universitätsspital Zürich. Sie besucht mit Fritz und Fränzi regelmässig den Arzt.

eln!

FAKTOREN, DIE BEI DER ENTSTEHUNG DER AKNE EINE ROLLE SPIELEN

- Genetische Disposition für fettige Haut
- Verstärkte, hormonell gesteuerte Talgproduktion
- Talgstau durch Verstopfung der Talgdrüsengänge
- Vermehrung von Aknebakterien (*Propionibacterium acnes*), dies wird zusätzlich durch Ausdrücken oder Kratzen begünstigt
- Anwendung von komedogenen Substanzen: Kosmetika, Öle, Chlor usw.
- Einnahme bestimmter Medikamente: Vitamin-B, Lithium, Barbiturate etc.
- Rauchen, Stress, Schlafmangel

BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

- Die Behandlung einer Akne sollte unbedingt durch eine Fachärztin / einen Facharzt erfolgen.
- Die medikamentöse Therapie versucht, die Talgproduktion zu reduzieren, den Verhornungsvorgang im Ausführungsgang des Talgdrüsenfollikels zu normalisieren, Bakterien zu bekämpfen und die Entzündungsreaktion günstig zu beeinflussen.
- **LOKALE THERAPIEN** (auch in Kombination)
 - Antibiotika: bakteriozid und entzündungshemmend
 - Benzoylperoxid: antibakteriell und keratolytisch
 - Salicylsäure: wirkt keratolytisch und antibakteriell
 - Fruchtsäurepeelings
- **SYSTEMISCHE THERAPIEN**
 - Isotretinoin (Vitamin-A-Derivate, bspw. Roaccutan): reduziert Talgproduktion meist dauerhaft. Eine Schwangerschaft muss für die Zeit der Therapie inklusive eines nachfolgenden Sicherheitsabstands ausgeschlossen sein, da beim Ungeboeren schwere Fehlbildungen auftreten könnten.
 - Hormone (östrogenhaltige Ovulationshemmer): Östrogene reduzieren die Talgproduktion.

IRRTÜMER UND VORURTEILE

- „Akne ist ein Zeichen mangelnder Körperhygiene.“
- „Sexuelle Gedanken und Handlungen führen zu Akne.“
- „Mitesser und Pickel sollte man ausdrücken.“
- „Akne wird von Nahrungsmitteln verursacht, die der Körper nicht verträgt.“



Anzeige

Verhaltensauffälliges / hyperaktives Kind in der Familie? Computer-Lernspiel TAIL hilft!

Still sitzen in der Schule. Konzentrieren bei den Hausaufgaben. Keine Geduld beim Spielen. Über 1 Mio. Kinder im deutschsprachigen Europa leiden unter diesem Defizit; sie sind Zappelphilippe, reagieren häufig ungeduldig und unkontrolliert.



Besonders das familiäre Umfeld wird hierdurch enorm belastet. Häufig fühlen sich Kinder und Eltern ausgegrenzt, selbst in Kindergarten und Schule. Die kleinen Zappelphilippe stören den Unterricht, können sich nicht konzentrieren und sind aggressiv. Unzureichende schulische Leistungen sind vorprogrammiert. Mit TAIL (Training von Auf-

merksamkeit und Impulskontrolle als Lernspiel) lernen die Kinder ihre Handlungen zu planen und ihre Impulse zu kontrollieren. Sie helfen so der Spielfigur Phil, alle Gefahren bei der Suche nach einem geheimnisvollen Piratenschatz zu meistern.

Erfahrungen von Anwendern und wissenschaftliche Studien belegen: Kinder verbessern ihre Aufmerksamkeitsleistungen im Elternhaus und in der Schule bereits nach einem vierwöchigen Training mit TAIL signifikant. Die Kinder erfahren ihre Selbstwirksamkeit und bekommen das Gefühl:

„Ich kann das, ich schaff's“!
www.stop-adhs.ch