



# PRESSEMITTEILUNG

## **Akne heutzutage gut behandelbar**

**Apothekerkammer Bremen rät zu Beratung durch Fachpersonal**

**Bremen, 15. Juni 2018 – Akne gehört zu den häufigsten Hautkrankheiten. Rund 85 Prozent aller Deutschen haben in ihrem Leben schon mit Mitessern, Pickeln oder Pusteln zu tun gehabt. Doch nicht nur Jugendliche und junge Erwachsene leiden darunter, auch Frauen und Männer um die 30 oder 40 können betroffen sein. Um die Hautprobleme zu behandeln, ist die richtige Pflege grundlegend. Die Apothekerkammer Bremen zeigt auf, welche Mittel rezeptfrei in der Apotheke erhältlich sind und welche Formen der Akne es gibt.**

Beginnend mit der Pubertät haben viele Jugendliche mit Unreinheiten und Pickeln zu kämpfen, da in dieser Zeit die ersten Hormonumstellungen stattfinden. Erbliche Veranlagungen können das Auftreten von Akne begünstigen. Die nicht ansteckende Erkrankung der talgdrüsenreichen Hautregionen äußert sich durch fettige Haut, Mitesser und entzündliche Knoten. Auch Frauen und Männer um die 30 können immer noch unter unreiner Haut leiden. Etwa 60 Prozent aller Betroffenen haben mit sogenannter „physiologischer Akne“ zu tun, die oftmals schnell ohne ärztliche Behandlung und mithilfe rezeptfreier Mittel bekämpft werden kann. „Eine Beratung in der Apotheke hilft, die richtigen Mittel zu finden. Aggressive Reinigung der Gesichtshaut ist der häufigste Fehler bei Akne“, so Uta Ense von der Apothekerkammer Bremen. Wachstumsfaktoren und Insulin regen ebenfalls die Talgüberproduktion an, weshalb auch die richtige Ernährung einen wichtigen Einfluss auf die Hautgesundheit hat: Milch und Molkeprodukte sowie „schnelle“ Kohlenhydrate wie Süßigkeiten, Weißbrot, Cola, Cornflakes oder weißer Reis regen die Insulinproduktion an und können das Hautbild beeinträchtigen. Es gibt drei Hauptarten der Akne: „Acne comedonica“, die leichte Form, die im Rahmen der Selbstmedikation eigenständig durch den Patienten therapiert werden kann. Die mittelschwere Form heißt „Acne papulo-pustulosa“: Sie äußert sich durch zahlreiche Pusteln, Knötchen und Papeln mit Entzündungen. Die schwerste Form ist die „Acne conglobata“ mit großflächigen Entzündungen, die Narben hinterlassen können. Darüber hinaus gibt es weitere, seltener auftretende Aknearten sowie beispielsweise durch Arzneimittel oder Make-up verursachte Formen.

### **Selbstmedikation**

Generell ist es ratsam, die betroffenen Hautregionen morgens und abends ausschließlich mit pH-neutralen und parfümfreien Seifen oder Waschlotionen zu reinigen. Anschließend sollte die Haut mit



Feuchtigkeitscremes auf Wasserbasis gepflegt werden. In der Apotheke erhalten Betroffene rezeptfreie Salben, Cremes, Waschlotionen und weitere Produkte zur eigenständigen Aknebehandlung zusammen mit einer fachkundigen, individuellen Beratung. Die Behandlung der leichten bis mittelschweren Akne erfolgt in der Regel topisch, also äußerlich. In diesen Fällen sind keratolytische (leicht schälende) und antibakteriell wirkende Produkte zu empfehlen. Hierzu gehören Mittel mit dem Wirkstoff Benzoylperoxid, die in der Apotheke rezeptfrei verkauft werden und bei allen Formen der Akne einsetzbar sind. Wichtig zu wissen: Benzoylperoxid kann farbige und dunkle Kleidung, Haare und Bettwäsche ausbleichen. Um Flecken zu vermeiden, sollten bei der Behandlung alte T-Shirts und Bettwäsche verwendet werden. Sulfonierte Schieferöle, die aus Ammonium-Bitumino-Sulfonat bestehen, sollen antientzündlich, antibakteriell und sebostatisch – also trocknend – wirken. Als Aknetherapeutikum zum Einnehmen kann Zink helfen, da es antientzündliche und antiandrogene Effekte zeigt.

### **Aknebehandlung bei schweren Symptomen**

„Wer unter einer starken Akne leidet, bespricht am besten als Erstes mit dem Hautarzt, welche Therapie geeignet ist“, rät Uta Ense. Schwere Verlaufsformen werden in der Regel mit rezeptpflichtigen Medikamenten wie Antibiotika, Mitteln mit Azelainsäure oder Gestagenen mit antiandrogener Wirkung sowie oral oder äußerlich anzuwendenden Retinoiden – wie beispielsweise Isotretinoin, Acitretin oder Adapalen – behandelt. Da Retinoide in vielen Fällen Nebenwirkungen hervorrufen können, ist vor der Anwendung eine Abklärung mit dem Arzt erforderlich. Schwangere und Stillende dürfen das Mittel beispielsweise nicht verwenden, da es Fehlbildungen des Fötus’ verursachen kann. Aus diesem Grund muss während der Anwendung eine doppelte Verhütungsmethode genutzt werden. Wer topische Retinoide verwendet, sollte intensives UV-Licht meiden. Während der Behandlung kann es zudem zu trockenen Augen und Lippen beziehungsweise Haut kommen. Retinoide werden folglich selten und bei hohem Leidensdruck verschrieben. Bei einer systemischen Aknebehandlung mit Tabletten werden in den meisten Fällen folgende Wirkstoffgruppen eingesetzt: Antibabypillen mit antiandrogenen Eigenschaften durch unterschiedliche Inhaltsstoffe – deren Wirkung tritt, immer in Kombination mit lokalen Mitteln, erst nach etwa sechs Monaten ein –, weiterhin Antibiotika, die in erster Linie die Entzündung bekämpfen und zusätzlich antibakteriell wirken, sowie Retinoide. Antibabypillen ohne antiandrogene Eigenschaften können Akne hingegen verstärken. Wichtig: Am Anfang der Behandlungstherapie wird die Akne oft schlimmer, doch Durchhalten lohnt sich: Nach einer Durststrecke folgt in der Regel eine wesentliche Verbesserung.

Weitere Informationen unter: [www.ak-bremen.de](http://www.ak-bremen.de)

Ansprechpartner: Dr. Isabel Justus



**Apothekerkammer Bremen**  
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Eduard-Grunow-Str. 11  
28203 Bremen  
Telefon: 0421/17 09 17

**Über die Apothekerkammer Bremen:**

Die Apothekerkammer Bremen vertritt die Anliegen der Apothekerschaft in Bremen und Bremerhaven. Sie vermittelt die Interessen der rund 540 Kammermitglieder im Land Bremen in der Politik, der Öffentlichkeit und den Medien. Hinter den Mitgliedern stehen etwa 180 öffentliche Apotheken und drei Krankenhausapotheken. Die Kammer engagiert sich für ein kostenbewusstes Gesundheitssystem, für hohe Qualität und Beratungskompetenz in den Apotheken.

**Pressekontakt:**

neusta communications GmbH  
Viola Lechle  
Konsul-Smidt-Straße 24  
28217 Bremen  
Telefon: 0421/79 06 84  
E-Mail: [v.lechle@neusta-communications.de](mailto:v.lechle@neusta-communications.de)