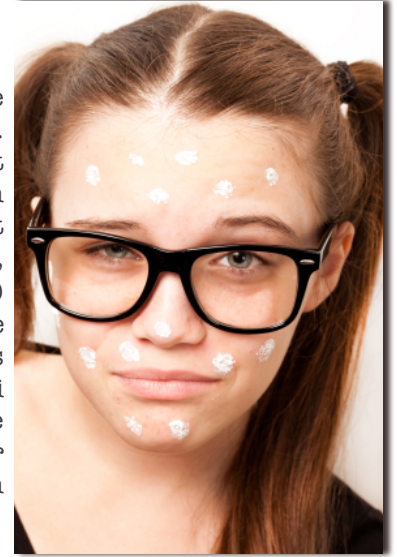




AKNE (Acne vulgaris)

Wenn wir über Akne sprechen, so meinen wir meistens die "gewöhnliche Akne". Für den Mediziner gibt es noch weitere z.T. Sonderformen der Akne. Zu ca. 80% be- trifft sie junge Leute in der **Pubertät**. Schon seit langem ist bekannt, daß die **Talgbildung** bei Aknepatienten unter dem Einfluß von **Testosteron** und eines seiner Abbauprodukte vermehrt ist. Dabei spielt nicht nur allein der Blutspiegel des männlichen Hormons eine Rolle, sondern auch das **Verhältnis** zu den übrigen (auch **weiblichen**) Sexualhormonen und zusätzlich eine anlagebedingte, gesteigerte **Empfindlichkeit** der sogenannten **Testosteron-Rezeptoren** (Wirkort des Testosterons) an den **Talgdrüsen**. Da männliche Geschlechtshormone bei Frauen wie Männern vorkommen, können beide Geschlechter Akne bekommen, doch ist der Verlauf bei **Knaben** oft **schwerer**. Nach der hormonellen Umstellung klingt die Akne meistens ab, kann jedoch in einigen Fällen noch jahrelang Probleme bereiten.



WIE ÄUSSERT SICH AKNE ?

Leichtere, beginnende Aknefälle äußern sich in **Mitessern** (Komedonen), die entweder geschlossen (weiß) oder offen (schwarz) sein können. Die schwarze Färbung kommt durch den Hautfarbstoff **Melanin**, nicht durch Schmutz zustande. Bei stärkerer Ausprägung entstehen **eitergefüllte Bläschen** (Pusteln). In schweren Fällen treten zusätzlich **entzündete Knoten** und schließlich **Narben** auf. Fast immer besteht gleichzeitig ein vermehrter **Talgfluß**. Die Haut ist fettig und glänzt, besonders in den mittleren Gesichtspartien. Die Hautveränderungen treten besonders an den talgdrüsenreichen Hautpartien auf, im Gesicht, am Rücken und in der mittleren Brustregion.

WIE ENTSTEHT AKNE?

Bei der Entstehung von Akne kommen immer mehrere Faktoren zusammen. Die erste Voraussetzung für die Akne ist eine **gesteigerte Talgproduktion** durch die vergrößerten Talgdrüsen. Talg wird gemeinsam mit abgestorbenen Hautzellen durch die Poren der Haut abgesondert und bildet auf der Haut einen Schutzfilm gegen Umwelteinflüsse. Eine Talgüberproduktion und eine **Verhornungsstörung** können den Talgabfluß behindern, zu einer Verstopfung des Haarkanals führen und zur Entstehung von Mitessern beitragen. Bakterien vermehren sich leicht, zersetzen den Talg, und gewebschädigende Stoffe werden frei, was zur Entzündung führt. Stark entzündete Hautveränderungen können auch Narben hinterlassen.

VORURTEILE RUND UM DIE AKNE

Noch immer kursieren Vorurteile, daß Akne keine richtige Erkrankung sei, daß Streß, schlechte Ernährung, schlechte Hygiene Akne verursachen können. Bei den heutigen Behandlungsmöglichkeiten ist die Aussage, gegen Akne kann man sowieso nichts machen, längst passe.

WAS KANN MAN SELBST TUN?

- Da Akne heute bereits sehr erfolgreich behandelt werden kann, sollten Sie sich nicht davor scheuen, rechtzeitig den Apotheker bzw. in schwereren Fällen den Hautarzt aufzusuchen. Die Aknetherapie ist von längerer Dauer und erfordert daher ein wenig Geduld, die aber nach zwei bis drei Monaten mit einer deutlich verbesserten Haut belohnt wird. Eine lokale Hautbehandlung darf sich nicht auf einzelne Hautveränderungen beschränken, sondern muß den ganzen betroffenen Bereich umfassen.
- Vermeiden Sie es, Mitesser selbst zu drücken oder zu quetschen, da dies zu größeren Eiterungen und letztlich zu Nar- ben führen kann. Es gilt der Grundsatz: "Hände weg von Pickeln!"
- Reinigen Sie Körper und Gesicht regelmäßig und gründlich mit hautschonenden, seifenfreien Mitteln. Meiden Sie fetthaltige Cremes oder Salben. Übertrieben häufiges Duschen, Baden und Waschen bringt der Haut eher Schaden als Nutzen. Falls Sie Sonnenschutz (hoher Lichtschutzfaktor) verwenden oder auf gewisse Kosmetika nicht verzichten wollen, dürfen diese nicht komedogen und hautreizend sein. Zur direkten Abtönung von Mitessern und Pickeln gibt es gefärbte, speziell bei Akne anwendbare Produkte. Erkundigen Sie sich bezüglich Hautpflege bei uns.
- Akne ist nicht ansteckend und mangelnde Körperhygiene hat keinen Einfluß auf den Hautbefund.
- Die früher propagierte Aknediät entbehrt jeglicher wissenschaftlichen, therapeutischen Grundlage. Trotzdem sollten Sie auf eine gesunde Ernährung und Lebensführung achten und Nahrungsmittel, auf die eine bekannte, individuelle (allergische?) Reaktion zu erwarten ist (z.B. Schokolade, Ketchup, Nüsse, coffeinhaltige Saft drinks), meiden. Außerdem können Nahrungsmittel wie Milch, Milchprodukte etc. die Wirkung mancher Antibiotika (Tetracycline) abschwächen und dadurch die Therapie stören.

- Sonnenbestrahlung (in Maßen genossen) soll eine deutliche Besserung der Akne bewirken (geeigneten Sonnenschutz nicht vergessen!). Beachten Sie bei bestimmten Arzneimitteln, die Sie zur Aknebehandlung anwenden, daß Sie die Sonnenbestrahlung meiden sollen. Wir werden Sie in diesem Falle darauf hinweisen.
- Bevorzugen Sie einen Kurzhaarschnitt und nicht die Stirn bedeckende Frisuren. Waschen Sie fette Haare öfters mit einem milden Shampoo aus der Apotheke.
- Benutzen Sie bei stark entzündeter Akne möglichst keinen Waschlappen zur Hautreinigung oder falls doch, kochen Sie diesen nach jeder Hautreinigung aus, da die Gefahr einer bakteriellen Übertragung auf nicht infizierte Hautpartien besteht.

ERSCHEINUNGSTYPEN

Die Akne zählt zu den häufigsten chronischen Hauterkrankungen und ist hauptsächlich auf Gesicht, Schultern, Rücken und Brust zu finden. Verstärkte **Sebumproduktion** („Talg“), besonders durch die Einwirkung von **Testosteron**, verstärkte **Verhornung** der Haut über der Haarwurzel, **Bakterienkolonisation** (*Coryne bacterium acnes*) und eine z.T. dadurch hervorgerufene **Entzündung** spielen dabei eine große Rolle. Je nach Entwicklungsstadium lassen sich verschiedene Erscheinungstypen der „Acne vulgaris“ unterscheiden:

Die **Acne comedonica** („Komedom-Akne“) ist durch mehr oder weniger zahlreiche Komedonen (Mitesser), die entweder geschlossen (weiß) oder offen (schwarz) sein können, gekennzeichnet. Die schwarze Färbung kommt durch den Hautfarbstoff Melanin, der durch eine Reaktion mit Luftsauerstoff oxidiert, zustande. Im späteren Verlauf entstellen aufgrund von entzündlichen Veränderungen der Mitesser zu Papeln und Pusteln die **Acne papulopustulosa**. Dieser Erscheinungstyp bleibt über einige Jahre bis zur spontanen Abheilung mit Narbenbildung bestehen. Die schwerste Akneform (**Acne vulgaris conglobata**) ist durch extrem ausgeprägte Fälle gekennzeichnet. Neben Komedonen, Pech und Pusteln treten äußerst schmerzhafteste, harte Knoten auf. Auch im Abheilungsstadium können Narben verbleiben.

Akne kann auch durch verschiedene Substanzen wie z.B. in Kosmetika, Bohröl, Rohöl, Teer, Chlorphenole ausgelöst werden. Bestimmte Arzneimittel wie z.B. Glukokortikoide (Cortisone), Tetrazykline (Antibiotikum), Antiepileptika, Sedativa, Vitamin B6 und B12, Jodide, Bromide, männliche Geschlechtshormone und Lithiumsalze können zur Entstehung von Akne führen. Meist im oberen Brustbereich/Dekollete und an den Armen manifestiert sich durch stärkere Sonneneinstrahlung möglicherweise in Kombination mit anderen Faktoren die sg. **Mallorca-Akne**.

THERAPIE

Die Aknebehandlung sollte rechtzeitig d.h. möglichst im **Stadium der Mitesser** beginnen, damit nicht stärkere Entzündungen auftreten und entstellende Narben zurückbleiben. Eine Aknetherapie kann mitunter mehrere Monate dauern und eine kurzfristige Verschlechterung des Krankheitsbildes nach Therapiebeginn ist möglich. Die Aknetherapie beruht auf der **Entfernung der Komedonen** („Mitesser“), der **Reduzierung der Talgproduktion** und der Bekämpfung der **Bakterien** im Follikelgang und in der Aknepustel. Bei der lokalen Therapie (bei leichteren Akneformen) können Komedonen entweder mit einem Komedonenquetscher nach Hautaufweichung (Dampfbad, Wärmepackung) oder durch Schälfung der Haut entfernt werden.

- **Benzoylperoxid** (wirkt über den Abbau der Bakterienflora auf der Haut und direkt entzündungshemmend. Achtung: Dieser Arzneistoff kann farbige Textilien bleichen!
- **Retinoide** (Vitamin A Säuren) und Adapalen werden vorwiegend bei Akne mit Pustelbildung eingesetzt. Vor Sonnenbestrahlung bzw. UV- Therapie (Gefahr der Hautirritation) ist wie beim Benzoylperoxid zu warnen. Abendliches Auftragen und ausreichender Sonnenschutz ist anzuraten.
- Weiters haben Arzneistoffe, wie **Resorcin**, **Salicylsäure** (1.3%) und kolloidaler **Schwefel** einen hautschälenden Effekt. Ichthyol-Natrium hemmt die Talgdrüsensekretion, wirkt entzündungshemmend und schwach antibakteriell. **Azelainsäure** führt zur Reduktion der nicht entzündlichen Akne, wirkt antimikrobiell und vermindert zusätzlich die weitere übermäßige Verhornung.
- Über eine antimikrobielle und Fettsäuren reduzierende Wirkung an der Hautoberfläche verfügen die **Antibiotika** Tetrazyklin, Erythromycin und Clindamycin (Nachteil: Resistenzenentwicklung!), die überwiegend in Kombination mit Benzoylperoxid oder Vitamin-A-Säuren verordnet werden.
- Besteht eine mittelgradig bis schwere Akne, ist eine innerliche Therapie mit Antibiotika (v.a. Tetrazykline: Doxycyclin, Minocyclin; aber auch Erythromycin) ratsam. In niedrigerer Dosierung wird bei Langzeittherapie (mindestens sechs Monate) zur regelmäßigen ärztlichen Untersuchung geraten.
- **Östrogene** („Pille“) plus Testosteron-Blocker (Cyproteronazetat) werden empfohlen, wenn auch Verhütungswunsch gegeben ist.
- Antibiotika und Hormone sollten mit einer lokalen Behandlung kombiniert werden. Bei Patienten mit schwersten Akneformen hat sich die Behandlung mit **Isoretinoin** unter Berücksichtigung der Fruchtschädigung, Austrocknung der Schleimhäute von Lippen und Auge und erhöhten Lichtempfindlichkeit bewährt. Konnte durch frühzeitige und korrekte Behandlung der Narbenbildung nicht vorgebeugt werden, besteht auch die Möglichkeit der Narbenbehandlung durch den Dermatologen (z.B. Kollageninjektionen, Fruchtsäuretherapie)