

Akne tarda – Hautprobleme im Erwachsenenalter

Akne ist eine unbeliebte Begleiterscheinung in der Pubertät. Doch leider bleibt es oftmals nicht dabei – gerade bei Frauen feiert die Akne in den Zeiten des hormonellen Wechsels ein Revival. Erfahren Sie in diesem Online-Seminar, was der Unterschied zwischen Pubertäts- und Erwachsenenakne ist und worauf Sie bei der Hautpflege achten sollten.

Stadien der Akneeffloreszenzen

- Komedonen sind die primäre, nicht entzündliche Leiteffloreszenz einer Akne
- White Heads
 - Geschlossene Komedonen
 - Weiße Poren
 - Beinhalten Talgfilamente
- Black Heads
 - Offene Komedonen
 - Talgfilamente oxidieren
 - Melanin
 - Schwarze Poren
- Papeln
 - Tastbar
 - Bis zu erbsengroß
 - Ohne Eiter
 - Können sich selbst limitieren
- Pusteln
 - Oberflächlicher Hohlraum
 - Mit Eiter gefüllt

Säuglingsakne: Akne infantum

Diese Form der Akne tritt im Alter zwischen 3 und 12 Monaten auf und ist der Hormonumstellung geschuldet. Männliche Säuglinge sind hier häufiger betroffen als weibliche. Diese Akne ist charakterisiert durch kleine, gelbliche Pusteln an Stirn und Wangen.

Empfehlungen bei Säuglingsakne:

- Muttermilch auf die Pusteln
- Atmungsaktive Kleidung
- Mildes, parfümfreies Waschmittel und Waschlotionen
- Viel frische Luft
- Kratzen verhindern
 - Baumwollhandschuhe wegen des Narbenrisikos
- Bei Unsicherheiten oder starker Ausprägung unbedingt den Kinderarzt aufsuchen

Akne vulgaris

Die wohl häufigste Form der Akne tritt bevorzugt im hormonellen Wandel der Pubertät auf. Ursache ist hier die testosteron-bedingte Seborrhoe, die sich durch das Auftreten von Papeln und Pusteln in der T-Zone des Gesichts, aber auch auf Rücken und Brust bemerkbar macht. Das aknefördernde

Bakterium **Propionibacterium acnes** findet sich in diesem fettreichen Hautmilieu häufig und gilt als verstärkender Faktor. Auch Umwelteinflüsse und Kosmetika können die Akne verstärken ebenso wie

- Medikamente
- Ernährung
- Stress
- Genetik

Verlaufsformen der Akne vulgaris

- **Akne comedinika**
 - Black Heads und leichte Entzündungen
 - Überwiegend im Gesicht
- **Akne papulopustulosa**
 - Komedonen, Papeln und Pusteln
 - Tiefsitzende, knotige Defekte
 - Gesicht, Hals, Oberarme, Rücken, Brust
- **Akne conglobata**
 - Schwere Verlaufsform
 - Auch Abszesse möglich
 - Gesicht, Brust, Rücken
- **Akne fulminans**
 - Schwerste Verlaufsform
 - Hämorrhagische Ulzeration
 - Häufig Brust und Rücken
 - Gesicht seltener
 - Einsatz von Biologika notwendig

Behandlung der Akne

Die Behandlungsmöglichkeiten sind so verschieden wie die Akne selbst, deshalb empfiehlt sich in jedem Fall eine dermatologische Abklärung. Auch die Beratung in der Apotheke durch z. B. spezielle Derma-PKA ist möglich.

Trigger zu filtern und zu meiden ist leichter gesagt als getan, Auslassversuche von Lebensmittelgruppen können aber hilfreich sein. Wichtig ist auch die gute Hautpflege! Hier bitte auf folgendes achten:

- Mildwirksame Tenside
 - Glucoside
 - Amphore Tenside (enden auf „-betain“)
- Hydrophile Creme
 - pH-Wert 5,5
 - Kein Alkoholanteil
 - Keine Duft- oder Farbstoffe



„Pickel“ ausdrücken oder nicht?

Wenn immer möglich, sollte auf das Ausdrücken von Pickeln verzichtet werden. Ist dies nicht möglich, sollte auf folgende Hygienemaßnahmen geachtet werden:

- Gesicht und Hände gründlich waschen
- Desinfizierte Nadel (vorsichtiges Anstechen der Eiterblase) oder Komedonenquetscher nutzen
- Anschließend ein antibakterielles Gesichtswasser verwenden

Acne inversa – keine klassische Akne

Die Acne inversa gehört zu den Krankheiten mit autoimmunem Charakter und ist nicht mit der Akne vulgaris zu vergleichen. Bei der Acne inversa schüttet das Immunsystem fälschlicherweise der entzündungsfördernde Botenstoff TNF-Alpha aus, was zu Entzündungen und Verstopfungen des Haarbalges führt. Diese Krankheit wird in drei Hurley-Grade eingeteilt und geht ab Grad II immer mit tiefen Fistelgängen und schweren Entzündungen einher. Mehr zu diesem Thema erfahren Sie in unserem Online-Seminar: „Der Feind in meinem Körper – Acne inversa“.

Akne tarda – Akne im Erwachsenenalter

20 % aller 25- bis 45-Jährigen leiden an Akne tarda. Oftmals tritt sie erst im Alter von über 40 Jahren auf und betrifft überwiegend Frauen. Diese sehr hartnäckige und schwer therapierbare Akneform zeigt sich sowohl häufig ohne Komedonen als auch submandibulär, in der sogenannten U-Zone des Gesichts (Kinn, untere Wangenregion). Unschöne, manchmal auch juckende und schmerzhafte Pusteln und Papeln führen zu einem unreinen Hautbild. Die Betroffenen fühlen sich in ihrer Haut nicht mehr wohl.

Zu den Auslösern der Akne tarda gehören zahlreiche Faktoren wie z. B.:

- Hormonschwankungen
- Zu fetthaltige Hautpflege
- Schlechter pH-Wert der Haut
- Stress
- Genetische Veranlagung
- Nikotin und Alkohol

Therapiemöglichkeiten

Topische Therapie

- Langzeittherapie mit Adapalen und Benzoylperoxid oder auch Clindamycin und Tretinoin; erythromycinhaltige Salben
- Wirkeintritt nach einigen Wochen
- Nebenwirkung: Haut trocknet aus → gute Feuchtigkeitspflege ist unerlässlich

Systemische Therapie

- Bei ausbleibendem Erfolg der topischen Therapie
- 4–8 Wochen dauernde antibiotische Therapie mit Tetracyclin

- Photosensibilisierend → Sonneneinstrahlung meiden

oder

- Behandlung mit Isotretinoin (ähnlich Vitamin A)
 - Stark teratogen (Folge: schwere Missbildungen beim Fötus) → **Vor und während der Therapie eine Schwangerschaft ausschließen!**
 - Starke Austrocknung der Haut (Talgdrüsen werden „von innen“ lahmgelegt)

Physikalische Therapie

- Lichttherapie
- Laserbehandlung
- IPL
- Photodynamische Therapie

Bei Hautpflege beachten:

- Leichte Feuchtigkeitspflege statt Make-up
- Inhaltsstoffe überprüfen
- Hyaluronsäure und Retinol A empfehlenswert
- Keine Produkte für jugendliche Hautprobleme verwenden
- Gesichtswasser mit Alkohol und Öle, Silikone, mineralölbasierte Fette meiden

Fazit

Akne kann in jedem Lebensalter auftreten. Die Haut von Frauen in den Wechseljahren hat andere Ansprüche als „Pubertätshaut“, sodass hier andere Maßstäbe gesetzt werden müssen. Scheuen Sie nicht den Gang in die Arztpraxis oder in die Apotheke! Akne tarda ist nicht schön, aber oft gut behandelbar.

Quellen

- Pschyrembel
- <https://www.netdoktor.de/krankheiten/neugeborenenakne/>
- <https://www.hautinfo.at/babyakne-neugeborenenakne>
- <https://www.netdoktor.de/symptome/unreine-haut/>
- <https://www.aerzteblatt.de/archiv/23232/Acne-fulminans-Schwere-Akne-mit-ungewöhnlichem-klinischen-Verlauf>
- <https://www.pharmazeutische-zeitung.de/die-seele-leidet-mit-123788/seite/4/>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2018/daz-35-2018/unreine-haut-ade>
- <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2016/daz-32-2016/wieder-aufgebloeht>
- <https://www.hautinfo.at/spaetakne-altersakne-erwachsenenakne-behandlung>