



## Beratungsleitfaden

# Hautpflege bei Akne und zu Unreinheiten neigender Haut

### Definition:

Verhornungsstörung der Haut im Bereich der Talgdrüsen mit einer Überproduktion von Talg (Seborrhö), Hyperkeratose der Follikel und Entzündung

### Symptome:

Mitesser, Pickel, entzündliche Veränderungen der Haut (Papeln, Pusteln) primär im Gesicht, auf dem Rücken und im Brustbereich

### Fragen für das Beratungsgespräch:

Wer leidet unter den Beschwerden? Wie lange liegen die Beschwerden bereits vor?  
Wie stark sind die Beschwerden? Jucken die betroffenen Bereiche? Wird bereits etwas eingenommen?  
Wird die Haut konsequent und umfassend gepflegt? Liegen Unverträglichkeiten vor?

### Wann zum Arzt?

Für das Alter übermäßig starke Akne, Zusammenfließen der Pickel, Narben und Zerstörung des umliegenden Gewebes, keine Besserung der Beschwerden nach 8 Wochen

### Optionen in der Selbstmedikation:<sup>1,2</sup>

HAUTPFLEGE		
Reinigung und Tonisierung	Pflege	Peelings
<ul style="list-style-type: none"> <li>Entfernung überschüssigen Talgs und Schmutzes</li> <li>Keine stark rückfettenden Produkte verwenden</li> <li>pH-Wert idealerweise im sauren Bereich</li> <li>Nachreinigung und Entfettung mit leicht alkoholischen Produkten (5–10 % Alkoholanteil)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hydrophile Zubereitungen oder Hydrogels</li> <li>Zubereitungen ohne komedogene Inhaltsstoffe verwenden</li> <li>Leichte antientzündliche Tagescremes, idealerweise mit Sonnenschutz</li> <li>Fruchtsäuren am Abend zur Abschilferung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verbesserung des Abflusses von Talgdrüsensekreten</li> <li>Abschilferung der oberen Hornschicht → Eröffnung von Komedonen</li> <li>Anwendung max. 1- bis 2-mal pro Woche</li> <li>CAVE: nicht bei entzündeter Aknehaut oder eitrigen Pusteln (Gefahr von Schmierinfektionen)</li> </ul>

**Hinweise:** Im Entzündungsstadium möglichst Einmalwaschlappen oder jedes Mal einen frischen Waschlappen nutzen, keine eigenmächtige Öffnung von Komedonen, bei starker Belastung Kosmetiker aufsuchen, Zink und Pflegecremes mit Fruchtsäuren können zusätzlich unterstützen.

### DERMASENCE Seborra-Serie

Die DERMASENCE Seborra-Serie umfasst ein breites Produktportfolio für zu Unreinheiten und Akne neigende Haut mit keratolytischen, antiinflammatorischen und beruhigenden Wirkkomponenten:

Früher	Jetzt	PZN
	• Seborra Hautklärendes Serum	17867507
• PhytoClare	• Seborra Beruhigende Gelcreme	17867513
• Cream Soft	• Seborra Leichte Gelcreme	17867571
• Cream Soft LSF 30	• Seborra Leichte Tagespflege mit LSF 30	17867565
• AHA Body & Face Lotion	• Seborra Hautklärende Körperlotion	17867499
• Zinctan	• Seborra Zink-Repairschaum	17867536
	• Seborra Pickel-Akutroller	03286267



**Extratipp:** Vor der Pflege das Gesicht mit Mousse Reinigungsschaum (PZN: 00021367) und Tonic (PZN: 07366655) schonend reinigen.

**Weitere Informationen:** <https://www.dermasence.de/meine-haut/hauttyp/unreine-haut-akne>

<sup>1</sup> Lennecke K, Hagel K. Selbstmedikation; Leitlinien zur pharmazeutischen Beratung; 7. Auflage 2021; Deutscher Apotheker Verlag, Stuttgart  
<sup>2</sup> Neubeck N. Evidenzbasierte Selbstmedikation; 4. Auflage 2019; Deutscher Apotheker Verlag, Stuttgart