



# Kurze Frage, Herr Doktor!



**DR. DIRK GRÖNE**  
Dermatologe &  
La-Roche-Posay-  
Experte, www.  
dr-dirk-groene.de

Was Sie schon immer von Ihrem Hautarzt wissen wollten: **IN** sprach mit einem Experten und beantwortet die wichtigsten Fragen



**CAMERON DIAZ**  
Wer wie die Schauspielerin unter Akne leidet, lässt sich von einem Hautarzt beraten

## Wie behandelt man Akne richtig?

Öliger Teint, Pusteln und Mitesser: Akne ist eine der am häufigsten auftretenden Hautkrankheiten und entsteht durch eine Überproduktion des Sebums sowie Verstopfung der Talgdrüsen. Wichtig ist eine schonende Reinigung mit **milden Waschsyndets**, die das **überschüssige Fett aufsaugen**. „Anschließend sollte die Haut auf keinen Fall mit fettigen Cremes versorgt werden, da diese die Poren verstopfen. Besser geeignet sind **Feuchtigkeitscremes auf Wasserbasis**“, rät Dr. Gröne, der Experte von La Roche-Posay.

Bekämpft Unreinheiten und befreit verstopfte Poren: „Effaclar Duo“-Pflege von La Roche-Posay, ca. 14 Euro, in Apotheken



## Wann entstehen Narben aus Pickeln?

Wenn Entzündungen nicht rasch genug abheilen, können Narben zurückbleiben. „Es entstehen Hautdefekte, deren Abheilung aus irgendeinem Grund verzögert ist. „Oft ist das durch **Keime der Fall oder durch falsches Ausdrücken der Pickel**“, warnt der Hautarzt. Das verletzte oder entzündete Gewebe wird von Zellen ersetzt, die nicht der ursprünglichen Gewebestruktur entsprechen. Narben lassen sich mit einem speziellen Make-up abdecken.

Deckt Unreinheiten und Aknenarben ab: „Dermablend 3D Correction“-Make-up von Vichy, ca. 23 Euro, in Apotheken



„Reinigungs-milch“ von Dermalence, mit Bisabolol, ca. 12 Euro, in Apotheken



## Woran erkennt man sensible Haut?

Bei empfindlicher Haut ist die schützende Barrierefunktion gestört. Sie reagiert auf Umwelteinflüsse (Kälte oder trockene Heizungsluft oder die falsche Pflege mit **Rötungen, Trockenheit oder Unreinheiten**. Die Pflege sollte dermatologisch getestet sein und einen UV-Schutz enthalten. Auf Retinol und Fruchtsäuren sollten Sie lieber verzichten. „Gut hingegen sind Bisabolol, Thermalwasser und Allantoin. Sie beruhigen und entspannen die Haut“, so Dr. Gröne.

„Hydrabio Perfecteur SPF 30“-Tagespflege von Bioderma, ca. 22 Euro, in Apotheken



**KATE BOSWORTH**  
Die Blondine achtet auf milde Produkte, die dem hauteigenen pH-Wert entsprechen

## Wann spricht man eigentlich von Rosacea?

Extreme **Rötungen und erweiterte Blutgefäße im Bereich der Wangen sowie Stirn, Nase und Kinn** sind nur der Anfang der entzündlichen Hauterkrankung Rosacea. Im weiteren Verlauf treten Papeln und Pusteln auf, die sich zu eitrigen Knoten entwickeln können. Zu den sogenannten Triggern zählen u. a. scharfe Speisen, starke Temperaturschwankungen, Alkohol oder Stress. „Eine milde Creme ohne Duft- und Konservierungsstoffe ist die richtige Pflege“, weiß der Dermatologe. Gegen das Hitzegefühl hilft es, Wattepad mit Thermalwasser zu besprühen und auf die betroffenen Stellen zu tupfen.



Grünpigmente kaschieren Rötungen: „Rosea Calm Cream“ von Dr. med. Christine Schrammek, ohne Duftstoffe, ca. 36 Euro



„Antirougeurs FORT Intensivpflege“ von Avène, mit Thermalwasser, ca. 22 Euro, in Apotheken