

# Akne in der hausärztlichen Praxis

Wie können Sie betroffene Patienten beraten?

**Rund 85 Prozent der Bevölkerung sind als Teenager und junge Erwachsene von Akne betroffen. Manche Frauen leiden bis Mitte 40 daran. 17 Prozent der Aknepatienten erkranken an einer schweren Form, die Narben hinterlässt. Im folgenden Gespräch erklärt Prof. Robert Hunger, Dermatologe am Inselspital in Bern, was der Allgemeinpraktiker über die Behandlung der Krankheit wissen muss.**

**Ars Medici:** Herr Prof. Hunger, welche Rolle spielen Ernährung und Kosmetik für die Entstehung von Akne?

**Prof. Dr. Robert E. Hunger:** Noch vor zwanzig Jahren glaubte man, dass die Ernährung keinen Einfluss auf die Akne hat. Heute weiss man, dass Milchprodukte Akne verschlimmern können. Kosmetika können die Dermatose ebenfalls verstärken. Insbesondere fetthaltige Cremes fördern die Entstehung von Komedonen. Puder kann zur Verstopfung der Poren beitragen und ist deshalb bei Akne nicht empfehlenswert.

**Am Anfang der Pubertät sind manche Jugendliche nur von Komedonen betroffen. Welche Massnahmen sind hier empfehlenswert?**

**Hunger:** Bei Komedonen helfen Produkte mit Salicylsäure oder Benzoylperoxid, die man im Handel oder in Apotheken und Drogerien erhält. Diese Produkte haben eine schälende und desinfizierende Wirkung. Obwohl die Entfernung der Komedonen an sich gut wäre, sollten Betroffene nicht selber an der Haut herummanipulieren. Die Gefahr ist gross, dass man zu viel Druck ausübt und die Mitesser in die Tiefe drückt, was Entzündungen und Infektionen begünstigt. Die Aknetoilette

## Tipps für Aknepatienten:

- ❖ Nicht komedogene Hautpflege und Sonnenschutz verwenden.
- ❖ Regelmässige Peelings mit Fruchtsäure oder Enzymen wirken der Verhornung der Haut entgegen.
- ❖ Keine übertriebenen Hygienemassnahmen anwenden.
- ❖ Sonne meiden.
- ❖ Haut nicht manipulieren. Aknetoilette durch entsprechend ausgebildete Kosmetikerin durchführen lassen.
- ❖ Milchprodukte zurückhaltend konsumieren.
- ❖ Auf hochdosierte Vitamin-B-haltige Produkte und Muskelaufbaupräparate verzichten.

überlässt man besser einer Kosmetikerin, die über eine entsprechende Ausbildung verfügt.

**Was bringen Blackhead-Masken und Nose-Strips zum Entfernen von Mitessern?**

**Hunger:** Diese Produkte haben sicher einen Peelingeffekt, der bei einer Akne hilfreich sein kann. Allerdings würde ich den Einsatz nicht empfehlen, da ein Risiko für Hautreizungen besteht. Ich denke, dass diese Produkte nicht das halten, was sie in der Werbung versprechen.

**Manche junge Frauen leiden vor allem vor der Menstruation an Akne. Was empfehlen Sie hier?**

**Hunger:** Verschlechtert sich eine Akne zyklusabhängig, kann die Kontrazeption mit einer antiandrogen wirkenden Pille hilfreich sein.

**Wann gehört eine Akne in ärztliche Behandlung?**

**Hunger:** Wenn die Selbsttherapie nicht zum Ziel führt. Das ist natürlich subjektiv. Manche stören sich an zwei Bibeln, andere haben kein Problem damit, selbst wenn ihr ganzes Gesicht von Pusteln übersät ist.

**Wie behandelt man mittelschwere bis schwere Formen der Akne?**

**Hunger:** Bei diesen Formen helfen topische Mittel, wie Gels und Cremes, in der Regel nicht weiter. Eine mittelschwere Akne lässt sich oft mit Antibiotika behandeln, bei einer schweren Form hilft vor allem Isotretinoin.

**Isotretinoin wird mit einer Erhöhung des Suizidrisikos in Verbindungen gebracht. Was sagt die Wissenschaft dazu?**

**Hunger:** Eine aktuelle Metaanalyse konnte keinen Zusammenhang zwischen einer Behandlung mit Isotretinoin und Depressionen finden (1). Die persönliche Erfahrung zeigt jedoch, dass bei Patienten mit vorbestehender Depression eine Verstärkung der Symptome beobachtet werden kann. Gleichwohl muss man sich aber auch bewusst sein, dass Akne für viele junge Menschen eine enorme seelische Belastung bedeutet, insbesondere wenn sie stark ausgeprägt ist, und Auslöser einer Depression sein kann. Es wäre also falsch, eine schwere Akne aus Angst vor einer Depression nicht mit Isotretinoin zu behandeln.

**In den USA haben Patientinnen, die nach einer Behandlung mit Isotretinoin an einer chronisch-entzündlichen Darmkrankung litten, erfolgreich geklagt. Wie schätzen Sie das Risiko dieser und anderer unerwünschter Wirkungen von Isotretinoin aufgrund Ihrer Erfahrung ein?**



### Zur Person

Prof. Dr. Robert E. Hunger, Privatdozent Dr. med. et phil. nat., ist in Graubünden aufgewachsen und hat sein Medizinstudium an den Universitäten Fribourg und Bern absolviert. Seine Laufbahn am Inselspital Bern begann er 1997 als Assistenzarzt, wo er auch seine Facharzttausbildung FMH für Dermatologie und Venerologie abschloss. Zwischen 2001 und 2003 zog es ihn als Forschungsassistent an die UCLA School of Medicine nach Los Angeles. Nach seiner Rückkehr ans Inselspital wurde er 2003 zum Oberarzt ernannt. Seit 2007 ist der verheiratete Vater von zwei Söhnen Leitender Arzt und Leiter der Dermato-Onkologie an der Dermatologischen Klinik des Inselspitals Bern.

**Hunger:** Der Verdacht, dass der Wirkstoff chronisch-entzündliche Darmerkrankungen verursachen kann, hat sich in grossangelegten Untersuchungen nicht erhärtet. Isotretinoin ist teratogen und führt bei vielen Patienten zu Nebenwirkungen. Deshalb muss der Hausarzt oder der Dermatologe einiges beachten.

### Was konkret?

**Hunger:** Patientinnen im gebärfähigen Alter müssen unbedingt wissen, dass sie mindestens einen Monat vor der Behandlung bis fünf Wochen nach der Behandlung auf keinen Fall schwanger werden dürfen. Voraussetzung für die Behandlung ist eine sichere Verhütung, wie zum Beispiel die Pille oder die Spirale. Das Kompendium empfiehlt, dass der Arzt vor Behandlungsbeginn einen Schwangerschaftstest vornimmt, den er in regelmässigen Abständen von vier Wochen wiederholt.

Da der Wirkstoff die Leber- und Blutfettwerte erhöhen kann, sollten diese ebenfalls vor und einmal im Monat während der Behandlung gemessen werden. Das Risiko einer Erhöhung der Werte ist bei Patienten mit vorgeschädigter Leber besonders hoch. In seltenen Fällen führt die Behandlung zu Muskel-, Gelenk-, Kopf- oder Bauchschmerzen.

Zur Aufklärung gehört auch, dass die Patienten über den zu erwartenden Heilungsverlauf Bescheid wissen.

### Wie sieht die ideale Dosierung aus, und wie lange dauert die Behandlung?

**Hunger:** Am Inselspital beginnen wir mit einer tiefen Dosis und steigern diese auf maximal 0,5 mg pro kg Körpergewicht. Oft reichen auch schon 0,25 mg pro kg Körpergewicht aus. Die kumulative Dosis von 120 bis 150 mg pro kg Körpergewicht sollte nicht überschritten werden. Wichtig ist auch, dass die

### Acne excoriée

Die Acne excoriée ist eigentlich keine Akne. Betroffene manipulieren ihre Haut im Gesicht, am Oberkörper oder an den Extremitäten meist abends vor dem Spiegel während sechs bis zehn Minuten. Manche tun dies auch im Sitzen, zum Beispiel beim Lesen, Fernsehen, Telefonieren oder Autofahren. Dadurch entstehen aus kleinen Hautunreinheiten starke Entzündungen. Die Acne excoriée ist keine Hauterkrankung im eigentlichen Sinn, sondern eine selbstzugeführte Dermatose, deren Ursache eine Impulskontrollstörung ist. Frauen sind häufiger davon betroffen als Männer. In der Regel beginnt das Problem zwischen dem 15. und 45. Lebensjahr und kann zwischen 5 bis 21 Jahre dauern. Je jünger Patientinnen beginnen, ihre Haut zu manipulieren, desto länger dauert die Krankheit. Die Hälfte der Patientinnen fügt der gesunden Haut mit den Fingernägeln oder Werkzeugen manchmal unbewusst Läsionen zu. Meist wird die Krankheit mit Medikamenten behandelt, obwohl Betroffenen vor allem eine Verhaltenstherapie brauchen.

Therapie nicht zu früh abgesetzt wird. Patienten sollten etwa zwei Monate lang symptomfrei sein. Meistens dauert eine Therapie sechs bis maximal neun Monate. Bei ganz schweren Akneformen ist es manchmal notwendig, zusätzlich zu Isotretinoin systemische Steroide zu verabreichen.

### Was müssen Patientinnen und Patienten wissen, wenn eine Behandlung mit Isotretinoin indiziert ist?

**Hunger:** Die Behandlung braucht Geduld. Es kann vier bis sechs Wochen dauern, bis sich eine erste Verbesserung der Symptome einstellt. Am Anfang ist sogar eine Verschlechterung des Hautbildes möglich. Bei fast allen Patienten führt die Therapie zu trockener Haut und spröden Lippen. Hier helfen rückfettende Cremes und eine Lippenpflege. Befeuchtende Augentropfen sind sinnvoll, wenn auch die Augen von Trockenheit betroffen sind. Da Isotretinoin zu Sonnenempfindlichkeit führen kann, empfehle ich einen nicht komedogenen Sonnenschutz.

Während einer Isotretinoinbehandlung sollten Patienten nicht zusätzlich auch noch topische Produkte gegen Akne einsetzen, da es sonst zu Reizungen der Haut kommen kann. ❖

*Das Interview führte Susanna Steimer Miller.*

### Referenz:

1. Huang YC, Cheng YC: Isotretinoin treatment for acne and risk of depression: A systematic review and meta-analysis. *J Am Acad Dermatol.* 2017; 76(6): 1068–1076.