

Aus der Schönheitspflege=Akne.

Man beobachtet es oft genug: die schöne, glatte, einwandfreie Haut des Kindes wird plötzlich etwa vom 14. oder vom 15. Lebensjahre ab von Pickeln und Mitessern heimgesucht. Meist tröstet man sich damit, daß es unangenehme Folgeerscheinungen beginnender Reife, die man mit Pubertät bezeichnet, seien, die sich nach einer bestimmten Zeit schon wieder von selbst gehen würden. Diese Hoffnung wird glücklicherweise meist nicht enttäuscht. In einigen Fällen aber zeigen diese Schönheitsfehler eine auffallende Beharrlichkeit, werden bösartiger, man findet den Weg zum Arzt und hört vielleicht zum erstenmal das Wort Akne! Der Betroffene ist nicht zu beneiden, er wird merklich durch diese Unreinheiten entsetzt; und es ist durchaus zu verstehen, daß diese Hautfehler oft schwere Depressionen hervorrufen, weil der Kampf gegen sie erfolglos blieb. Selbstverständlich kommt bei diesen Leiden nur eine kombinierte Kur in Frage; die lokale Behandlung muß durch verschiedene sehr wichtige Faktoren ergänzt werden.

Der Gleichmut, mit der die ersten Anzeichen oftmals hingenommen werden, erhöht die Gefahr. Also heißt die erste Regel: nicht abwarten, sondern sofort mit Gegenmaßnahmen beginnen! Von größter Wichtigkeit ist dabei der sofortige Wechsel in der Diät, die aus einer reizlosen Milch- und Gemüsekost bestehen sollte. Denn die Akne beruht oft auf einem Funktionsmangel der Haut, der durch eine richtige Ernährung behoben werden kann. Fleisch, Fette, vor allem Gewürze, Kaffee und Tee, Nikotin und Alkohol müssen streng gemieden werden. Dagegen empfiehlt sich besonders der Genuß von Joghurt, dessen reinigende und lebenserhaltende Kraft nicht nur in seiner Heimat, auf dem Balkan, sondern in der ganzen Welt mit Recht anerkannt wird. Ebenso sind Luft- und Sonnenbäder überaus wichtig, da sie die Hauttätigkeit bekanntlich auf's günstigste beeinflussen. Sofern man eine sogenannte Hefekur vorzunehmen gedenkt, muß diese unbedingt nach Angaben und unter Aufsicht des Arztes ausgeführt werden.

Diese innere Behandlung wird durch eine lokale Kosmetik ergänzt. Dazu gehört verständlicherweise in erster Linie peinlichste Sauberkeit (das tägliche Bad oder obdie Ganzwaschung mit einer milden, neutralen Seife, z B. Marfeiller Seife, ist unumgänglich notwendig). Nach dem Bad müssen die Mitesser entfernt und Pickel, sofern sie vollkommen reif sind, geöffnet werden. Danach wird die betreffende Stelle am besten mit Eau de Cologne nachgewaschen. Da die Schmaroger nicht nur das Gesicht, sondern manchmal den ganzen Körper bedecken, wird es zuweilen notwendig, sich der Hilfe einer zweiten Person zu bedienen. Niemals darf man sich mit bloßen Händen ans Werk machen; stets muß Watte oder Zellstoff Hand und Haut voneinander trennen.

Überflüssig zu sagen, daß der Gebrauch selbst der besten kosmetischen Creme, von Puder und Schminke ganz zu schweigen, strengstens untersagt ist. Nur die vom Arzt verschriebene Creme wird nach Vorschrift verwandt und dient dazu, die Pickel auszutrocknen und abzuheilen.

Bei Befolgung dieser Vorschriften ist eine gänzliche Heilung möglich; allerdings nur dann, das sei gleich gesagt, wenn man die einmal eingeschlagene Lebensführung beibehält. Sonst kann man mit unumstößlicher