# Kosmetikstudio Pia Luft, Spitalgasse 8, Brigachtal-Klengen

# Hormone und Akne

Der menschliche Organismus arbeitet unter einem komplexen Zusammenspiel verschiedenster Abläufe. Einen entscheidenden Einfluss auf die Haut und **Akne** haben dabei unter anderem die im Körper produzierten **Hormone**. Die Sexualhormone dienen bspw. der Steuerung der Sexualorgane, haben aber auch Einfluss auf das Gewebe, die Talgdrüsen und die Haarwurzeln. Egal ob Mann oder Frau, es gibt bei beiden Geschlechtern sowohl männliche als auch weibliche Sexualhormone im Körper. Sie werden nur in unterschiedlichen Mengen produziert.

## Wirkung der Androgene auf Akne

Die so genannten Androgene (griechisch andro für “männlich” und gen für “erzeugend”) sind männliche Sexualhormone. Androgen wird als Oberbegriff für jede natürliche oder synthetische Substanz verwendet, die der Entwicklung und Erhaltung der männlichen Merkmale (Geschlechtsorgane, vermehrtes Haarwachstum usw.) dient. Das bekannteste Androgen ist das Testosteron (Kunstwort aus testis (Hoden) sowie Steroid). Bei Männern wird Testosteron vor allem in den leydigschen Zwischenzellen im Hoden produziert, ein weitaus geringerer Anteil in der Nebennierenrinde. Bei Frauen produzieren sowohl die Eierstöcke als auch die Nebennierenrinde Testosteron, jedoch in viel geringeren Mengen als bei Männern.

Das Androgen Testosteron bildet das Endprodukt Dihydrotestosteron (DHT), welches für die Stimulation der Talgdrüsen verantwortlich ist und die Bildung von Hornzellen auf den Talgdrüsen begünstigt. Diese “Hornpfropfen” verhindern das Abfließen des Talgs. Es entstehen [Komedonen / Mitesser](http://www.akne-blog.de/mitesser-whiteheads-blackheads/) und später Pickel, die sich zur Akne ausprägen können. Die Talgdrüsen vieler Menschen reagieren sehr empfindlich auf einen erhöhten Testosteronspiegel und die damit verbundene Ausschüttung von Dihydrotestosteron. Desto mehr davon im Körper produziert wird, desto mehr Talg wird eingelagert und desto stärker ist die Gefahr der Verhornung.

## Wirkung der Östrogene & Gestagene auf Akne

Östrogene und Gestagene sind weibliche Sexualhormone, die eigentlich für die Steuerung des Menstruationszyklus der Frau zuständig sind, aber ebenso wie männliche Sexualhormone auch Auswirkungen auf das Hautbild haben. Östrogene wirken als Gegengewicht zu männlichen **Hormonen**. Durch den Einfluss von Östrogenen werden die im Blut zirkulierenden Androgene vermindert. Durch diesen Prozess werden auch das Wachstum und die Produktion der Talgdrüsen gedrosselt, die Gefahr starker **Akne**-Ausprägungen sinkt. Gleichzeitig stabilisieren die Östrogene den weiblichen Zyklus.Gestagene, wie zum Beispiel das natürliche Progesteron (auch Gelbkörperhormone), beeinflussen den weiblichen Zyklus auf vielfältige Weise. Sie können u.a. den Eisprung verhindern (“Pille” – Empfängnisverhütung).

**Gestagene** haben eine unterschiedliche Auswirkung auf das Hautbild und werden in antiandrogene und androgene Gestagene unterschieden. Zur Behandlung von **Akne** kommen die antiandrogenen Gestagene (**Hormone** wie Chlormadinonacetat, Dienogest und Cyproteronacetat) zum Einsatz, die den Testosteronspiegel senken. Sie können die Akne begünstigende Wirkung vom männlichen Sexualhormon Dihydrotestosteron hemmen und somit auch die Talgdrüsenfunktion normalisieren.

**Hormonbehandlung bei Akne**

Frauen, die unter hormonell bedingter Akne leiden, werden mit Präparaten behandelt, die das Testosteron im Körper reduzieren. Für Männer ist diese Form der Hormonbehandlung nicht möglich. Antibabypillen enthalten das künstliche Östrogen *Ethinylöstradiol*, welches mit verschiedenen Typen von Gestagenen kombiniert wird. Bereits nach kurzer Einnahmezeit der Pille verzeichnen viele Frauen gute Erfolge. Die Pille wirkt als Testosteronhemmer und reduziert das Endprodukt Dihydrotestosteron (DHT). Die Talgproduktion der Haut normalisiert sich, es entstehen weniger neue Pickel. Wichtig: Es muss sich um eine Pille mit einer Kombination aus Östrogenen und Progesteron handeln, die männliche **Hormone** – Androgene – hemmen (antiandrogene Gestagene). Hierfür gibt es mittlerweile spezielle Antibabypillen, deren Zusammensetzung auch eine Wirkung gegen **Akne** hat. Die Hormonbehandlung kann aus diesem Grund auch nur unter Begleitung eines Gynäkologen erfolgen.

Häufiger empfohlen werden im Zusammenhang mit Akne die Antibabypillen: Valette, Bella Hexal 35, Belara, Neo-Eunomin und Yasmin. Frauenärzte erzielen außerdem gute Erfolge bei Akne mit einer Kombination aus dem Antiandrogen Cyproteronacetat oder Ethinylestradiol in Kombination mit der Antibabypille Diane. Cyproteronacetat (CPA) besitzt eine antiandrogene und progesteronfördernde Wirkung.

Frauen, die bereits die Pille nehmen und unter Akne leiden, nehmen möglicherweise das falsche Präparat ein. Es gibt Pillen, deren Progesteron eine androgene Wirkung hat und den Testosteronanteil im Blut erhöht und damit Akne verursacht. Ein Gespräch mit dem Gynäkologen kann darüber Klarheit schaffen. Nach dem Absetzen der Pille mit antiandrogen Gestagenne kann es aber erneut zum Ausbruch der Akne kommen, da sich der Testosteronspiegel dann wieder erhöht.

**Hormone äußerlich**

Neben der Einnahme von Hormonen kann auch Hormon-Kosmetik gegen Akne eingesetzt werden. Das bereits oben erwähnte Cyproteronacetat kann z.B. nicht nur oral eingenommen, sondern auch lokal, äußerlich auf die Haut, aufgetragen werden. *Cyproteronacetat-Creme* ist in der äußerlichen Anwendung besonders dann empfehlenswert, wenn die Akne nicht so stark ausgeprägt ist und nur bestimmte Stellen betroffen sind.

**Hormontests / Blutuntersuchung**

Wie bei der inneren Anwendung ist in Deutschland jedoch für eine Behandlung mit Hormonen ein Besuch beim Gynäkologen oder Hautarzt notwendig. Sowohl bei der inneren als auch bei der äußeren Anwendung empfiehlt sich außerdem, nach einem Zeitraum von spätestens 4 Wochen, ein *Hormontest* per Blutuntersuchung, um eventuellen negativen Veränderungen des Hormonhaushaltes rechtzeitig entgegenzuwirken.