

Wenn du diesen Flyer in den Händen hältst, weil du ein Problem mit Akne hast, helfen die folgenden Infos sicherlich weiter.

Wenn du diesen Flyer dagegen in den Händen hältst, weil andere denken, du hättest ein Problem mit Akne, können dir diese Informationen durchaus auch helfen – vielleicht auch dahingehend, entsprechende „gut gemeinte Ratschläge“ oder auch schlicht „blöde und dummdreiste Anmachen“ in Zukunft leichter wegzustecken. Denn für seine Haut muss sich niemand schämen. – und im Unterschied zu Dummheit ist Akne durchaus gut behandelbar.

Einige Kurzinfos zu Akne:

- Akne ist eine Krankheit. Als solche sollte man sie behandeln lassen – und zwar bei einem Arzt; bevorzugt bei einem speziell dafür ausgebildeten Hautarzt. Selbstbehandlung geht oftmals gerade bei schwereren Formen der Akne schief.
- Akne hat **nichts** mit mangelnder Hygiene zu tun. Gängige Sprüche wie „Wasch’ Dich mal!“ sind kompletter, verletzender Unsinn, den Leute von sich geben, die es nicht besser wissen. Das Gegenteil trifft oft zu: Übertriebenes und zu aggressives Waschen und Reinigen der Haut verschlimmert die Akne bisweilen sogar. Es gilt, einen gesunden Mittelweg zu finden.
- Entgegen weiterer Mythen steht Akne auch mit Sex, Selbstbefriedigung und Ernährung in keinem nachgewiesenen Zusammenhang.
- Akne entsteht durch die Verhornung und Verstopfung von Talgdrüsen, hoher Talgproduktion und anschließender Bakterienbesiedlung und Entzündung der Talgdrüse. Man kann in mehreren dieser Entstehungsfaktoren mit Medikamenten eingreifen, von denen die meisten rezeptpflichtig sind und die euch ein Hautarzt je nach Schwere und Art eurer Akne verschreiben kann.

F: Was soll dieser Flyer?

A: Der Flyer soll dir dabei helfen, dich über Akne zu informieren.

Verbrochen haben ihn wir von **aknetherapie.de e.V.**, einem Verein, der sich hauptsächlich um die Pflege und Administration der Website <http://www.aknetherapie.de> und des dazugehörigen Forums <http://board.akne.org> kümmert.

F: Das ist doch Werbung, oder?

A: Nicht wirklich ☺.

Ernsthaft: Jedenfalls keine, mit der wir in irgendeiner Weise Geld verdienen wollen. Wir wollen die Infos und die Community, die hinter der aknetherapie.de steckt, einem größeren Publikum zugänglich und die Website bekannt machen, um mehr Betroffene zu erreichen und ihnen helfen zu können. Wir betreiben eine völlig unkommerzielle Infoseite von Betroffenen für Betroffene, sind unabhängig, komplett werbefrei und finanzieren uns ausschließlich über Beiträge und Spenden.

F: Warum tut ihr das?

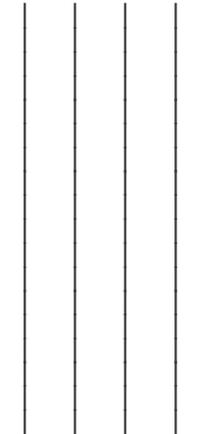
A: Weil es zum Thema Akne, zum Leidwesen vieler Betroffener, sehr viele Informationsdefizite und Mythen gibt. Viele Leute plagen sich daher unnötig lange und stark mit ihrer Akne, indem sie oft wirkungslose Therapien ausprobieren. Die meisten von uns kennen diese Geschichten auch. Obwohl die meisten Betroffenen sehr unter ihrer Akne leiden, trauen sie sich kaum, über dieses Thema zu sprechen. Unter ebenfalls Betroffenen fällt es leichter und von den Erfahrungen der Anderen kann man profitieren.

F: Und was finde ich dort?

A: In erster Linie viele Informationen rund um das Thema Akne - Wege, Tipps und Hinweise, wie man gegen sie ankämpfen und wo man zusätzlich noch Hilfe finden kann. Daneben existiert noch eine große, bunt gemischte Online-Community aus Betroffenen, die bei Fragen gern weiterhelfen oder mit denen man auch einfach nur mal plaudern kann.



Absender



Postkarte

aknetherapie.de e.V.

c/o Ralf Burkardt
Inheidener Straße 28
60385 Frankfurt



...und einige Infos und Tipps vorab:

Wenn man vernünftigerweise den Hautarzt aufsucht, sollte man ein paar Informationen parat haben – Hautärzte sind kompetent und in der Regel eine bei weitem bessere Anlaufstelle als die Drogerie. Dennoch ist es gut, wenn man weiß, welche Möglichkeiten es gibt.

Bei Mitesserakne sind *Schälpräparate* das Mittel der Wahl – es gibt Benzoylperoxid, Retinoide, Salicyl- oder Fruchtsäure, alle mit Vor- und Nachteilen, und die Verträglichkeit ist individuell verschieden.

Antibiotika kann man auftragen und einnehmen. Eingenommen sollte man bei einer mehrmonatigen Medikation skeptisch werden und den Arzt darauf ansprechen. Aufgetragen können Antibiotika über längere Zeit problemlos angewandt werden, wirken aber nur gegen Entzündungen.

Isotretinoin ist ein hochwirksames Medikament, jedoch sehr nebenwirkungsintensiv und fruchtschädigend: Frauen dürfen auf keinen Fall schwanger werden, wenn sie entsprechende Medikamente einnehmen. Es wird in der Regel nur in schweren Fällen verschrieben.

Hormone („Pille“) sind für Frauen eine weitere Option – aber auch hier sollte man sich auch noch mit der Frauenärztin abstimmen, sollte man sich für diese Form der Aknebekämpfung einlassen.

Zuletzt gibt es auch mehr oder weniger wirksame Methoden, um *Narben* zu bekämpfen.

Detaillierte Informationen und Austauschmöglichkeiten zu diesen und vielen weiteren Themen findest du auf der <http://www.aknetherapie.de> bzw. der Community auf <http://board.akne.org>. Informiert zum Arzt gehen ist, auch wenn gerne das Gegenteil behauptet wird, eine gute Sache - sowohl für den Arzt als auch für den Patienten.

Und was die Community neben den Infos noch so bewirken kann: keiner ist mit dem Problem allein, auch wenn es einem bisweilen so vorkommt.

Vielleicht bis bald im Netz..

Antrag zur Mitgliedschaft im Verein zur Förderung der aknetherapie.de e.V.

Ich beantrage die Mitgliedschaft im Verein zum 1. __. 200__.

Name: _____ Email: _____

Vorname: _____ Tel.Nr.: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Geburtsdatum: _____

Die Aufnahme ist abhängig von der Zustimmung des Vereinsvorstands sowie des Eingangs des Mitgliedsbeitrages.

Der Mitgliedsbeitrag beträgt € 2,50 im Monat und ist im Voraus auf das Konto Nr. 671901464, BLZ 44010046 bei der Postbank Dortmund zu entrichten.

Datum/Unterschrift: _____

Bei Minderjährigen Unterschrift des gesetzlichen Vertreters: _____

Impressum:

ViSdP: Verein zur Förderung der aknetherapie.de e.V.
c/o Ralf Burkardt
Inheidener Straße 28
60385 Frankfurt

Kontakt: verein@aknetherapie.de
www.aknetherapie.de
<http://board.akne.org>