

AKNE

Akne vulgaris ist eine **Hauterkrankung**, die auftritt, wenn Haarfollikel durch abgestorbene Hautzellen, Bakterien oder Talg verstopft sind. Es entstehen Pickel, Mitesser, Weißköpfe und Zysten. Man schätzt, dass bis zu **70 % der jungen Menschen** in der Pubertät oder dem frühen Erwachsenenalter von Akne vulgaris betroffen sind. Grundsätzlich kann Akne aber in jeder Altersgruppe auftreten.

LEITSYMPTOME

- **Leichte Form**
 - < 20 Mitesser/Pickel
- **Mittelschwere Form**
 - > 20 Mitesser/Pickel
 - Papeln/Pusteln → stärker entzündete Pickel
- **Schwere Form**
 - Ausgedehnte Hautunreinheiten
 - (Schmerzhafte) Knötchen
- **Die meisten Pickeln treten auf Gesicht, Schultern, Brust und Rücken auf**

URSACHEN UND PATHOGENESE

- **Übermäßige Talgproduktion**
- **Verstopfte Haarfollikel**
- **Vermehrtes Auftreten von *Propionibacterium acnes* in den Talgdrüsen**
- **Störungen des Darm-Mikrobioms**
- **Entzündung von Mitessern**
- **Auslösende/fördernde Faktoren**
 - Hormonelle Veränderungen
 - Medikamente
 - Fette, ölige Lotionen oder Cremes
 - Ernährung
 - Stress

THERAPIE

- **Darmtherapie**
 - Probiotika (je nach Befund)
 - Präbiotika (Akazienfasern, 2'FL, scFOS/scGOS)
 - Entzündungshemmung (Phosphatidylcholin, Glutamin)
 - Schleimhaut- und Milieustabilisierende Maßnahmen (Huminsäuren, Zeolith)
- **Nährstoffmängel ausgleichen**
 - Vitamin B6, D
 - Selen, Zink
- **Entzündungen und ROS beseitigen**
 - Omega-3-FS, Vit C, Vit E
- **Weitere Maßnahmen**
 - Ausgewogene ballaststoffreiche Ernährung
 - Einfachzucker, Alkohol, fettige Lebensmittel wie Butter/Chips reduzieren
 - Fettige Cremes/Lotionen meiden
 - Stress reduzieren/vermeiden

AKNE-DIAGNOSTIK

SA730A AKNE BASIS-PROFIL

Material: Fe, OS, Hep, S

Mikrobiomveränderungen

- Mikrobiomanalyse Mini inkl. Candida

Inflammation, Low-grade Inflammation (Leaky-Gut)

- α 1-Antitrypsin, Calprotectin
- Zonulin

Essentielle Mineralien

- Zink, Selen

Oxidativer Stress

- Antioxidative Kapazität

SA730B AKNE MIDI-PROFIL

Material: 2Fe, OS, Hep, 2S

Enthält zusätzlich zum Basis-Profil:

Verdauungsrückstände

Relevante Vitamine

- Vitamin D

NM-Unverträglichkeiten

- VorScreen B

SA730C AKNE KOMPLETT-PROFIL

Material: 2Fe, OS, 2EDTA, Hep, 2S

Enthält zusätzlich zum Midi-Profil:

Schleimhautimmunsystem

- sIgA

Relevante Vitamine

- Vitamin B6, E

Entzündungshemmende Faktoren

- Fettsäurestatus (ω 3/ ω 6-FS)

ERGÄNZUNGEN

Bei V. a. hormonelle Einflüsse

- F450 DHEA-S im Serum
- F350 Testosteron gesamt
- F370 SHBG
- F380 Dihydrotestosteron

Bei V. a. Nahrungsmittelunverträglichkeiten

- B180 Weizenkeimagglutination