

Drei Generationen Wut auf Pickel

Erst der Opa, dann der Vater und der Enkel – alle suchte Akne heim. Eine Hautärztin macht ihnen jetzt Mut

VON ARMIN LEHMANN

Die gute Nachricht zuerst: „Jede Akneform ist ausheilbar.“ Das sagt Meike Schröder, Fachärztin für Dermatologie und Allergologie. Sie behandelt seit vielen Jahren Akne-Patienten in ihrer Praxis in Berlin-Zehlendorf. Die weniger gute Nachricht: Es braucht oft viel Geduld!

Davon können Opa Benno, Vater Karl und Enkel Max zeugen. Die männlichen Vertreter der Familie Leonhard hatten oder haben alle Akne – die Hautkrankheit hat auch eine genetische Komponente. Alle drei sitzen an einem Nachmittag im August in einer Wohnung in Neukölln zusammen und erzählen ihre Leidensgeschichten, ihre richtigen Namen und Fotos von sich wollen sie jedoch nicht veröffentlicht sehen.

Es gibt drei verschiedene Akne-Arten, die schwere Form ist seltener

Akne ist in den Jahren zwischen 14 und 18 Jahren eine Volkskrankheit. 70 bis 95 Prozent aller Jugendlichen weisen Akne-Läsionen auf, Jungen sind nur

leicht häufiger betroffen als Mädchen. Sie ist mit ihren verschiedenen Ausprägungen weltweit die häufigste dermatologische Erkrankung.

Jugendliche hadern, schämen sich, verzweifeln, ziehen sich zurück und verdrängen die Symptome. Einige wenige denken sogar an Selbstmord, zeigen Studien. Aber Nichts oder das Falsche zu tun, macht alles nur schlimmer.

„Scheiße, jetzt geht's auch bei dir los“, denkt Benno Leonhard, heute Opa Leonhard und 81 Jahre alt, als er mit 14 vor dem Spiegel einer kleinen Wohnung in Berlin-Britz steht. Es ist das Jahr 1953, er hat gerade die neunjährige Volksschule im Nachkriegsberlin hinter sich gebracht und eine Lehre zum Bauschlosser begonnen. Die Pickel kennt er von einem älteren Freund, dem Karl, „aber ich dachte immer: Dir passiert das nicht“.

Doch dann kamen sie auch bei ihm. Fragt man Opa Leonhard heute, erinnert er sich an das „sehr doofe Gefühl“, das er mit Zunahme der Pickel auf der Stirn und im Gesicht hatte: „Es war mir peinlich.“ Außerdem wollte meine Mutter mir „die Dinger immer ausdrücken, weil sie glaubte, das sei gut“. Das Gute an diesem schlechten Anfang war, sagt er, „dass wegen der Lehre, in der ich auch samstags noch bis 15 Uhr die Werkstatt gefegt habe, sowieso keine Zeit für Verabredungen blieb. Mit Mädchen zu sprechen, hätte ich mich eh noch nicht getraut.“

Opa Leonhard schaut seinen Enkel an, der lächelt etwas gezwungen, seine Akne im Gesicht ist gerade sehr stark, viele entzündliche Stellen und etliche Pickel sind zu sehen. Opa und Vater Leonhard gucken sich an, als würden sie ein schlechtes Gewissen haben, dann sagt Opa: „Das wird!“ Max nickt nur.

1984. Karl Leonhard ist 15 Jahre und will sein Abitur machen. Er steht vor dem Spiegel und fühlt Panik in sich aufsteigen. Er erinnert sich an eine Szene im Freibad: Ein Mädchen, das immer in seiner Gruppe abhängt und sich mit ihm verabreden will, sagt zu ihm: „Du bist zwar keine Schönheit, aber deine Augen gefallen mir.“ Noch vor dem Spiegel, wo er alle seine Pickel sieht und sie ihm groß wie Krater vorkommen, hat er Schweißausbrüche. Den Satz des Mädchens kann er absolut nicht als Kompliment erkennen, selbst wenn er so gemeint gewesen



Punktgleich. Die meisten haben das Gefühl, dass nur sie betroffen sind, während alle anderen mit parentief reiner Haut gesegnet sind. Doch es sind 70 bis 95 Prozent der Jugendlichen zwischen 14 und 18 Jahren, die an Akne leiden.

Foto: Shutterstock/tammykayphoto

war, sondern als „Stich mit dem Messer in die offene Wunde“. Er habe, sagt er, damals eh schon kein Selbstbewusstsein gehabt. Heute erzählt er: „Immer wenn ich in den Spiegel geschaut habe, kam ich mir so hässlich vor. Oft hab' ich vor Wut geheult.“ Er habe rückblickend Anflüge von Depressionen gehabt.

Max – 15 Jahre, Sohn, Enkel, Gymnasiast in Neukölln und leidenschaftlicher Basketballspieler – sagt erst nichts. Dann erzählt er. Vom Frühjahr 2020. Er steht vor dem Spiegel und denkt: „Du musst jetzt was tun, sag' der Mama endlich, dass du zum Hautarzt gehst.“ Er ist „erleichtert“, als die Mutter ihm ein paar Tage später mitteilt, sie habe einen Termin für ihn gemacht.

„Zum Arzt zu gehen, darauf wäre ich damals nie gekommen“, sagt Opa Leonhard. „Für meine Eltern war klar: da muss ich durch.“ Vater Leonhard fühlt sich ein bisschen „mit Schuld“, dass die Akne bei Max jetzt so schlimm geworden sei. „Wir hätten viel früher darauf drängen sollen zugehen“, sagt er. Aber anfangs war es nicht besonders schlimm, Vater Leonhard dachte: „Der kommt da drum herum.“ Max sagt: „Man verdrängt das eben so gut es geht, und plötzlich geht's nicht mehr.“

Aber was kann man gegen Akne tun, was weiß die Medizin über diese Erkrankung? In der Wissenschaft ist es unumstritten, dass erbliche, also genetische Faktoren, bei der Akne eine Rolle spielen. Sie sind mitverantwortlich dafür, dass in der Pubertät die Androgene quasi verrücktspielen.

Androgene sind Sexualhormone. Besonders die männlichen Sexualhormone, die auch Mädchen während der Pubertät verstärkt produzieren, sind Auslöser für entzündliche Veränderungen der Haut. Es kommt zu einer höheren Talgproduktion der Talgdrüsen, das bedeutet, dass viel zu viele Hautfette entstehen. So werden Poren verstopft, in denen sich wiederum Bakterien ansiedeln.

Es gibt verschiedene Schwereformen der Akne: Die bekannte Akne vulgaris ist gekennzeichnet von Pickeln, Knötchen

und Pusteln; bei der Akne comedonica werden fettige Propfen, Mitesser, gebildet, die die Öffnungen der in der Haut befindlichen Talgdrüsen verstopfen. Bei der Akne papulopustulosa entzünden sich die Knötchen und bekommen Eiterbläschen; und bei der Akne conglobata kommt es zu größeren entzündlichen Knoten, Abszessen sowie Krusten- und Narbenbildung.

Zwar weiß die Medizin recht genau, wie die Akne entsteht, doch ein Medikament, das gezielt auf den hormonell verursachten Mechanismus durch die Androgene einwirkt, gibt es bislang nicht. Eine Ausnahme ist die Pille für Frauen, die aber auch nur in schweren Aknefällen verschrieben wird.

„Es wird noch immer viel geforscht, vieles ist noch unbekannt“, sagt Meike Schröder. Seit mehr als 20 Jahren beschäftigt

Bei Akne in der Familie: So früh wie möglich zum Hautarzt gehen

sich die Hautärztin mit Akne, hat am Universitätsklinikum Benjamin Franklin Akne-Sprechstunden gegeben und Narben von Patienten mit schwerer Akne behandelt. Seit 2003 ist sie niedergelassene Ärztin in der Clayallee. Doch trotz manch offener

Frage habe man „genug Instrumente und Wissen, um die Akne gut in den Griff zu bekommen.“ Bei leichten Formen wird äußerlich mit Cremes behandelt. Darüber hinaus gibt es Antibiotika oder Substanzen, die Vitamin-A-Derivate enthalten oder bei Frauen die Pille. Kosmetische Behandlungen etwa das Ausreinigen, Peelings oder Bestrahlungen können das ergänzen. Eine Methode, die nach wie vor erforscht wird und in ihrer Wirkung unklar ist, ist die Lichttherapie. In den aktuellen Leitlinien der Deutschen Dermatologischen Gesellschaft, die erst 2022 wieder aktualisiert werden, wird die Lichttherapie nur als eine zusätzliche Möglichkeit empfohlen. Eine neuere Auswertung von

neun wissenschaftlichen Studien aus dem Jahr 2018 ergab kein eindeutiges Ergebnis. Die Forscher „sehen auf Basis der derzeitigen Studien keinen Nutzen oder Schaden einer Lichttherapie“.

Eine andere Studie aus den USA zeigt nun scheinbar einen neuen Weg auf: Es handelt sich um eine Creme mit dem Wirkstoff Clascoteron, die bei 1440 Probanden angewendet wurde und die direkt auf den hormonellen Krankheitsverlauf einwirken soll. Die Clascoteron-Creme hemmt die Talgproduktion und reduziert Entzündungen. Nach zwölf Wochen der Anwendung nahm die Zahl der entzündlichen Läsionen um rund 45 Prozent ab, heißt es im „Ärzteblatt“. Dennoch bleiben Fragen, meint Moritz Felcht, Oberarzt an der Hautklinik der Universitätsmedizin Mannheim: „Wie gut schneidet Clascoteron gegenüber aktuellen Standardtherapien ab? Ist es kombinierbar? Ist es für bestimmte Bevölkerungsgruppen besonders wirksam?“ Und da mehr als 60 Prozent der Probanden weiblich war, könne „(un)bewusst“ eine Selektion zugunsten einer Gruppe stattgefunden haben, die besser anspricht.

Auch wenn es noch kein Allheilmittel gibt, empfiehlt Meike Schröder vor allem Eltern, die selbst eine schwere Akne hatten, möglichst früh mit ihren Kindern zum Hautarzt zu gehen. Die Ärztin rät auch, zusätzlich über eine kosmetische Behandlung nachzudenken, auch wenn die Kosten nicht von den gesetzlichen Kassen übernommen werden.

Max Leonhard erinnert sich an seine erste Begegnung mit einer professionellen Kosmetikerin. „Ich dachte, das sei so eine Art Beauty- oder Wellnessbehandlung, aber das war es dann nicht.“

Das Gerät, mit der die Kosmetikerin das Gesicht behandelte, „war total unangenehm und hat auch weh getan“. Danach habe er noch mehr geblüht und fand „es erst schrecklich“. Aber dann hat Max gemerkt, dass die Behandlung hilft und anschlägt. „Die Entzündungen sind im Zusammenspiel mit den Cremes, die ich von der Ärztin bekommen habe, zurück-

gegangen.“ Eine große Erleichterung für ihn.

Vater Karl bekam vor mehr als 30 Jahren ähnliche Cremes und Tinkturen, etwa den Wirkstoff Benzoylperoxid, der auch mal das Kopfkissen bleichte, aber es habe erst nichts wirklich geholfen. Irgendwann bekam er Tabletten: Roaccutan, ein Mittel, das es noch heute gibt. Es half, hatte allerdings Nebenwirkungen, etwa auf die Sehkraft. „Sie erkennen hier ja gar nichts!“, habe die Optikerin beim

Sehtest für die Führerscheinprüfung völlig entgeistert gesagt. Er konnte sich keinen Reim darauf machen, erst später vermutete er, dass die vorübergehende Seheinschränkung durch die Tabletten verursacht waren. Der Wirkstoff, Isotretinoin, der in den

Tabletten enthalten war, stand auch immer wieder im Verdacht, die Suizidgefahr zu vergrößern und Depressionen zu verstärken.

Im Gegensatz zu seinem Sohn heute, sagt Karl Leonhard, habe er damals „eigentlich alles falsch gemacht“. Er wusste es nicht besser, niemand hat es ihm erklärt. Er hat ständig die Pickel ausgedrückt, das führte dazu, dass sich die Bakterien verteilen konnten und alles noch schlimmer wurde. Opa Leonhard kennt das: „Hab ich doch auch gemacht!“ Karl Leonhard hat auch seine Ernährung nicht hinterfragt. Heute ist es ihm peinlich vor seinem Sohn zu erzählen, dass er sich morgens auch mal „ein Zuckerbrot gemacht“ habe.

Meike Schröder sagt, dass schlechte oder sehr zuckerhaltige Ernährung Akne nicht auslösen könne, dass sie aber bei Menschen, die zur Akne neigen, verstärkt werden könne. Zucker und Milch zu reduzieren, könne sinnvoll sein.

Opa Leonhard erzählt, dass man damals in seiner Teenagerzeit einfach nicht über das Thema geredet habe, es gab vermutlich andere Probleme. Geld für Schokolade hatte er eh nicht. Allerdings wuchs der Leidensdruck mit der Anzahl der Pickel. Und als Benno Leonhard 17 Jahre alt war und auch ausgehen wollte, sah er plötzlich eine Werbung für eine Akne-Creme. „Du hast die angeschrieben?“, fragt der Enkel ungläubig. Und Opa antwortet: „Genau. Und tatsächlich haben die mir eine Creme geschickt, die habe ich genommen.“ Alle lachen, denn Opa Leonhard kann sich beim besten Willen nicht mehr daran erinnern, ob und was er dafür bezahlt hat – und auch nicht, ob die Creme geholfen hat.

Mobbing oder Hänseleien haben alle Drei aber nie aushalten müssen. Vater Leonhard sagt: „Ich hatte einen engen Freundeskreis, ich wurde nicht anders behandelt, weil ich Pickel hatte.“ Dennoch erinnert er sich an ein Mädchen, das auf der Schule war und starke Akne hatte. Sie wurde gehänselt, auch von seinen Freunden. „Ich habe da nie eingegriffen, obwohl ich doch wusste, was das mit einem macht. Dafür schäme ich mich noch heute.“

Der Leidensdruck der Jugendlichen müsse erkannt und auch behandelt werden, sagt Meike Schröder. Notfalls müsse auch psychologische Hilfe erwogen werden. Max Leonard sagt, dass er versuche, sich nicht so sehr den Kopf zu zerbrechen über seine Haut und sein Aussehen. Auch in seinem Freundeskreis spiele das Thema „überhaupt keine Rolle“. Er sei der, der er sei und das sei gut, so signalisieren es ihm auch seine Freunde. Allerdings packe „unsere Gesellschaft sehr schnell Leute in die Schublade, die nicht einem gewissen Schönheitsideal entsprechen“, sagt der 15-Jährige. In Netflixserien etwa, sagt er, würden immer nur junge Menschen auftauchen, die „cool, stark und schön“ sind. „Wir sollten uns besser alle akzeptieren, wie wir sind.“