

# Kleines Abc der Hautveränderungen

Von A wie Akne bis W wie Warzen gibt es allerlei, was die Haut krank machen kann. Oft hilft der Gang in die Drogerie.

Bläschen, Rötungen, Juckreiz... Manchmal würde man am liebsten aus der Haut fahren. Die Gründe für Hautveränderungen, die solche Symptome verursachen können, sind vielfältig, wie Manuela Tanner, Drogistin HF und Inhaberin der Aeberhard Drogerie in Bad Zurzach, sagt. «Es kann äusserliche oder innerliche Auslöser geben.» Äusserliche wie die Sonne, innerliche wie Viren. «Es ist oft schwierig zu sehen, um was es sich handelt, eine Kontaktallergie sieht ähnlich aus wie eine Neurodermitis. Um den Auslöser zu finden, braucht es häufig einen Arzt.» Zur Behandlung nicht unbedingt. Viele Hautveränderun-

gen können mit Mitteln aus der Drogerie sehr gut behandelt werden.

## Akne

Betroffen sind vor allem Jugendliche, was an der hormonellen Umstellung liegt.

**Aussehen** Die Pusteln können entzündet und mit Eiter gefüllt sein.

**Behandlung** Die Reinigung morgens und abends ist das A und O der Aknebehandlung. Je nach Schwere ist es nötig, die Haut einzucremen. Es gibt Cremen, die desinfizieren, andere lösen Verhornungen auf. Auch

Heilpflanzen in Spagyrik oder Homöopathie können helfen. Gut sind Stiefmütterchen und Thuja, die den Hautstoffwechsel anregen, und Propolis, das desinfiziert.

Fotos: Susanne Keller

**SEIEN SIE AUFMERKSAM**  
Wer viele Muttermale hat, sollte sie regelmässig kontrollieren, um Veränderungen früh festzustellen.



## Manuela Tanner



Die 32-jährige Manuela Tanner ist seit 2016 Inhaberin der Aeberhard Drogerie in Bad Zurzach (AG). Ihre Spezialgebiete sind Naturheilmittel und Ernährung.  
[www.drogerie-aeberhard.ch](http://www.drogerie-aeberhard.ch)

**Wann zum Arzt?** Ist der Leidensdruck gross, kann sich der Gang zum Arzt lohnen.

### Altersflecken

Altersflecken sind natürliche Verfärbungen und tauchen etwa ab 40 auf.

**Aussehen** Kleine braune Pigmentflecken, vor allem auf Gesicht und Händen.

**Behandlung** Altersflecken sind nur kosmetisch behandelbar. Wichtig ist vorbeugend ein guter Sonnenschutz. In der Drogerie gibt es auch spezielle «Bleichcremen» gegen Altersflecken. Von innen kann unterstützend eine stoffwechsellanregende Spagyrikmischung helfen, zum Beispiel mit Ferrum sidereum, Hypericum, Juniperus, Kalium sulfuricum und Taraxacum.

**Wann zum Arzt?** Grossflächige Pigmentflächen beim Arzt abklären lassen.

### Ausschlag

Ein Ausschlag (Ekzem) ist eine entzündliche Hautveränderung. Es gibt exogene (äusserliche) und endogene (innerliche) Auslöser, die optisch kaum zu unterscheiden sind.

**Aussehen** Juckreiz, Hautrötung, Bläschen, schuppige, trockene Haut.

**Behandlung** Ist der Ausschlag nicht sehr stark, kommt es bei der Behandlung auf den Auslöser nicht unbedingt an. Manchmal hilft schon eine Salbe gegen trockene Haut. Bei Neurodermitis ist Eincremen wichtig, damit der natürliche Schutzmantel erhalten bleibt. Ballonrebe (Cardiospermum) etwa hat entzündungshemmende und juckreizlindernde Eigenschaften. Auch ein Bad in Salz vom Toten Meer kann helfen.

**Wann zum Arzt?** Um die Ursache abzuklären.

### Fieberbläschen (Herpes)

Viele Menschen tragen das Virus in sich, haben aber keinen Ausbruch. Stress oder Sonne können Fieberbläschen auslösen.

**Aussehen** Juckendes (oft mit Flüssigkeit gefülltes) Bläschen, meistens am Mund. Man spürt ein Spannungsgefühl.

**Behandlung** Äusserlich mit Salbe, entweder chemisch mit virushemmenden Inhaltsstoffen oder pflanzlich mit Melisse oder Rhabarber. Es gibt spezielle durch-

sichtige Herpespflaster. Zur Prävention eignen sich homöopathische Globuli.

**Wann zum Arzt?** Bei sehr starken Schmerzen und/oder Fieber. Mit Genitalherpes immer zum Arzt. Herpes ist ansteckend.

### Hühneraugen

Hühneraugen entstehen durch Druck und können schmerzhaft sein.

**Aussehen** Verdickte Haut.

**Behandlung** Aufweichen mit Milchsäure, Salicylsäure oder Essigsäure. Gegen die Schmerzen hilft ein Druckpflaster.

**Wann zum Arzt?** Nicht nötig.

### Muttermale

Wer viele Muttermale hat, sollte sie regelmässig kontrollieren, um Veränderungen früh festzustellen.

**Aussehen** Normale Muttermale haben scharfe Ränder und eine gleichmässige Farbe. Kontrollieren nach der ABCD-Regel:

**Asymmetrie** Regelmässige oder unregelmässige Form?

**Begrenzung** Unscharfe Ränder? Klare Ränder?

**Color (Farbe)** Einheitlich oder verschiedenfarbig/fleckig?

**Dynamik** Verändert sich nicht, verändert Grösse, Farbe, Form oder Dicke →

## Was ist Haut?

Für mich ist «Haut» bzw. die Herstellung einer Ersatzhaut DIE Lebensaufgabe. Funktionsfähige Haut wird weltweit gebraucht – zum Beispiel als lebensrettender Verschluss der Körperoberfläche nach grossflächigem Hautverlust. Nach 16 Jahren Forschung haben mein Team und ich gelernt, wie man eine komplexe Haut herstellen kann, um diese dann einem Patienten zum Verschluss eines Hautdefekts zurückzugeben. Für einen Wissenschaftler ist es eine grossartige Befriedigung, Menschen in Not «die Haut zu retten».

**Ernst Reichmann**, 61, Zellbiologe und Leiter der Tissue Biology Research Unit der Chirurgischen Klinik des Universitäts-Kinderspitals in Zürich,  
[www.skingeering.ch](http://www.skingeering.ch)



zVg

**Behandlung** Normale Muttermale müssen nicht behandelt werden.

**Wann zum Arzt?** Bei einer Veränderung (A, B, C oder D) unbedingt zum Arzt.

### Pilze

**Aussehen** Hautpilz ist meist kreisförmig mit rotem Rand. Fusspilz juckt zwischen den Zehen, die Haut nässt, reißt ein. Beim Nagelpilz verfärbt und verdickt sich der Nagel. Scheidenpilz juckt und brennt, es gibt weisslichen Ausfluss, Ausschlag und Schmerzen.

**Behandlung** Gut selber behandelbar sind Fuss-, Nagel- und Vaginalpilz. Pilzkrankungen liegen oft ein geschwächtes Immunsystem zugrunde. Darum das Immunsystem aufbauen, etwa mit Spagyrik mit Pflanzen mit einem hohen ätherischen Ölgehalt wie Salbei oder Thymian. Zur lokalen Behandlung gibt es spezielle Produkte in der Drogerie.

**Wann zum Arzt?** Je nach Schweregrad ist eine Abklärung sinnvoll.

### Warzen

**Aussehen** Dornwarzen (v.a. an Füßen) wachsen nach innen, die Stelle ist verdickt und hat oft einen schwarzen Punkt in der Mitte. Die gemeine Hautwarze ist ein kleiner Knoten.

**Behandlung** Beide Warzenarten können gut selber behandelt werden, durch Vereisen (Kryotherapie) oder Verätzen (Kauterisation) mit Milchsäure, Salicylsäure oder Essigsäure. Entsprechende Produkte gibt es in der Drogerie. Auch Teebaumöl, direkt auf die Warze appliziert, kann helfen, ebenso wie ein spagyrischer Spray mit Teebaumöl, Chelidonium majus, Thuja und Propolis. Auch Schüssler-Salz Nr. 4 als Tablette oder Salbe hilft.

**Wann zum Arzt?** Mit anderen Warzen (z.B. im Genitalbereich) zum Arzt. Warzen sind ansteckend.

## Die Hautschichten

- Die Oberhaut (Epidermis) ist zwischen 0,03 und 0,4 Millimeter dick und aus mehrschichtigem verhorntem Plattenepithel. Die Epidermis schützt vor äusseren Einflüssen.
- Die Lederhaut (Dermis) ist im Bereich der Leistenhaut bis zu 2,4 Millimeter, an Augenlidern, Penis und Hodensack nur 0,3 Millimeter dick. In der Dermis sind Talg- und Schweißdrüsen, Haarfollikel, Gefässe, Nerven und Muskelzellen. Die Lederhaut versorgt die Oberhaut mit Nähr-

stoffen und ist verantwortlich für Immunabwehr und Sinnesempfindungen.

- Die Unterhaut (Subkutis) enthält Schweißdrüsen, die unteren Abschnitte der Haarbälge, grössere Blutgefässe und Nerven sowie, je nach Körperstelle und Körperbau, mehr oder weniger Fettgewebe. Sie dient als Stosspuffer, Kälteschutz und Energiespeicher.

Quelle: «Kompaktwissen Anatomie, Physiologie, Erkrankungen», Urban & Fischer, 2014.

