

---

Subject: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Danielle](#) on Sat, 17 Nov 2012 18:29:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen,

ich habe schon seit Jahren Probleme mit meiner Haut und bislang konnte mir keiner so richtig helfen.

Ich war vor kurzem erst bei der Kosmetik und dort rat man mir lediglich auf Produkte mit Parabenen zu verzichten.

Seit ich das Problem mit der Haut habe, gehe ich ohne Make-Up nicht mehr aus dem Haus.

Generell ist meine Haut tagsüber recht trocken und spannt. Im Laufe des Tages bildet sich jedoch eine Fettschicht in der T-Zone, der Rest bleibt eigentlich weiterhin trocken. Habe ich Make-Up drauf, so wie eigentlich die meiste Zeit, ergibt sich im Laufe des Tages gesamt ein fettiger Film auf dem Gesicht.

Grundsätzlich habe ich Mitesser, die mich so nicht unbedingt stören. Vielmehr stören mich die "großen Pickeln" und Rötungen im Gesicht, die sich je nach Aufregung usw. auch immer mal wieder verändern.

Jetzt bin ich mir nicht sicher, ob noch etwas fehlt, was wichtig ist, um vielleicht einige hilfreiche Tipps zu bekommen.

Habt ihr eine Idee was ich am besten machen kann? Ich benutze ständig unterschiedliche Produkte und muss gestehen, dass mir noch keins geholfen hat.

Anbei ein Foto, ich hoffe man kann es erkennen.

Vielen Dank schon einmal vorab für einige Tipps,

Liebe Grüße,

Danielle

---

### File Attachments

1) [a6.jpg](#), downloaded 1476 times



---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Danielle](#) on Sat, 17 Nov 2012 18:31:20 GMT

## File Attachments

1) [a1.jpg](#), downloaded 1420 times



---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Anja2112](#) on Wed, 21 Nov 2012 10:05:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Danielle,

ich bin zwar noch neu hier, aber ich möchte trotzdem versuchen Dir zu helfen.

Du sagst, dass Du ständig die unterschiedlichsten Produkte benutzt, aber nichts davon eine Wirkung zeigt und dass Du ohne Make-Up nicht aus dem Hause gehst. Vielleicht ist diese Belastung der Haut durch zu viele Mittelchen ja das was die Probleme aus macht.

Auch wenn es Dir unangenehm ist, versuch doch einfach mal nichts chemisches an die Haut zu lassen und behandle Deine Haut zu Hause mit natürlichen Hausmittelchen, wie einem Dampfbad, welches dafür sorgt, dass sich die Poren öffnen und der Talg abfließen kann. Das Gesicht wird dadurch tief gehend gereinigt.

Zink ist ebenfalls ein bewährtes Hausmittel, welches vor allem bei entzündlichen Pickeln angewendet wird. Hierfür eignet sich eine fertige Zinkpaste, welche punktuell auf die betroffenen Stellen aufgetragen wird. Über Nacht angewendet trocknet sie die Pickel aus und beschleunigt eine Abheilung bei gereizten Flecken. Zudem wirkt Zink als Hausmittel gegen Pickel auch antibakteriell und verhindert somit eine Vermehrung auf der Haut. Gerade bei Akne oder fettiger Haut sollte Zink in Form einer Paste, welche nämlich kein Fett enthält, verwendet

werden.

Vielleicht hilft eine solche Behandlung Deiner Haut, ansonsten würde ich nicht zur Kosmetik, sondern mal zum Hautarzt gehen.

Alles Gute!!!

Lg,

Anja

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel

Posted by [pickelinchen](#) on Fri, 30 Nov 2012 08:21:54 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Zusammen,

ich habe seit 'Ewigkeiten mit unreiner Haut zu kämpfen, ich bin dann zum Hautarzt gegangen, dieser hat mir verschiedene Hautcremes von der Firma Dermatica empfohlen und mir den Tipp gegeben, dass die Firma auch Proben versendet, so kann ich die Cremes erst einmal testen bevor ich mir die in der Apotheke kaufe. Hab dann auf der Internetseite von Dermatica-Exclusiv ein Kontaktformular gefunden, wo Gratisprobenpakete verschickt werden, jetzt warte ich auf mein Päckchen bin echt gespannt...

Hat einer von Euch Erfahrungen mit den Präparaten wie Zeniac oder Exfoliac gemacht?

LG

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel

Posted by [tamara92](#) on Tue, 19 Mar 2013 19:23:19 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

dem Tipp weniger Make Up zu benutzen stimme ich zu!

Das ist klar das es schwer ist ganz ohne Kosmetik das Haus zu verlassen aber zu Hause wuerde ich unbedingt empfehlen ohne Make Up zu bleiben damit Ihre Haut atmen kann und Produkte die Sie benutzen auch einwirken koennen.

Ich empfehle auch Naturkosmetik von TianDe zu benutzen mit der ich persoendlich und meine Freundinen schon auch gute Ergebnisse erzielt haben.

Sie koennen es auf dieser Seite finden [www.tiande-shop.de](http://www.tiande-shop.de)

Alles Gute!

Tamara.

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Daphne](#) on Tue, 02 Apr 2013 14:15:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Danielle,

hm, dein Hautbild spricht für Mischhaut/fettige Haut. Und nach den Fotos zu urteilen trifft das auch zu. Ich glaube grundsätzlich lässt sich gegen das Problem nicht viel machen. Dennoch solltest du vor allem auf deine Pflege achten. Am besten kaufst du Produkte, die auf deinen Hauttypen abgestimmt sind. Make-Up stellt grundsätzlich kein Problem dar, solange es abends auch wieder fein entfernt wird. Die Make-Ups von heute sind so ausgereift, dass sie die Haut mehr pflegen als schaden. Was nicht heißt, dass man sich trotzdem abends nicht abschminken sollte. 1-2 Peeling die Woche und eine Maske ist bestimmt auch nicht schädlich. Wie gesagt, wird deinen Hauttypen leider vorerst nicht zum Verschwinden bringen, aber so lässt sich einiges abmildern.

Vielleicht hast du auch Stresshaut. Dann kann ich dir nur dazu raten, Taktiken zu finden, mit diesem besser umzugehen. So lässt sich vielleicht auch einiges reduzieren.

Beste Grüße,  
Daphne

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Baglbug](#) on Sat, 29 Jun 2013 12:14:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wichtig ist definitiv die Ernährung zu ändern. Es müssen ausreichend Mineralien genommen werden. Hierfür empfehle ich ein Produkt wie Basica der gemalene Meereskorallen (entsäuert gleichzeitig). Hat bei mir einige sehr positive Effekte gehabt. Auch kein Alkohol oder Zigaretten und täglich Obst. Wenn Du willst ess doch auch mal einige Zeit kein Fleisch. Berichte bitte wie sich die Krankheit im Lauf der Zeit verändert.

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Freund](#) on Thu, 18 Jul 2013 14:15:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Danielle,

ich besuche wegen meiner Hautprobleme seit Jahren eine Salzgrotte. Mir hat das sehr geholfen. Informiere dich bitte hier: <http://www.oasa-salzgrotte.de/wirkung-salzgrotte.html>

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Bernd55](#) on Fri, 18 Oct 2013 07:36:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Danielle,

was sehr gut gegen Pickel hilft ist der Besuch von Salzgrotten. Ich habe auch extrem an Hautunreinheiten gelitten. Nach einigen Besuchen in speziellen Salzräume meiner Salzgrotte ist es deutlich besser geworden. Kann ich dir nur empfehlen! Informiere dich bitte hier über das Thema: <http://www.oasa-salzgrotte.de/salzraeume.html>

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Ralph](#) on Mon, 11 Nov 2013 12:46:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Du solltest dir den Ratschlag zu Herzen nehmen deine Haut atmen zu lassen. Das schlechteste für gereizte Haut ist eine Schicht Make-up. Die Poren sollen sich öffnen können und dann akute Entzündung mit Teebaumöl oder eben Zinkpaste behandeln.

Generell haben meiner Tochter Dampf- und Salzbäder Beruhigung gebracht und sie hat nun eine feinere und reinere Haut.

Hautärzte verschreiben gerne schnell scharfes Kortison etc. versuche es doch daher erst Mal mit ein paar Hausmittelchen und falls dies nichts hilft gehe zum Hautarzt.

Betreffend aus dem Haus gehen ohne make-up, stell dir vor dass auch alle Männer mit Akne ohne Retuchierung aus den Haus müssen und es ganz viele Menschen mit noch viel schlimmeren Krankheiten gibt, die nicht einfach so verborgen werden können. Deine Haut ist nicht das was dich ausmacht als Mensch und erste Erscheinung. Traue dich Mal und du wirst sehen es ist gar nicht so schlimm!  
Gönn deiner Haut eine Auszeit von make-up!

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Homwerf](#) on Tue, 26 Nov 2013 10:00:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja klar, aber ich kann auch verstehen, dass man da gehemmt ist. Wenn die Haut durch Röteln und Pickel schlimm aussieht, dann möchte man das gern vor anderen Menschen verstecken. Das ist doch verständlich. Versuch doch vielleicht zumindest zuhause immer sofort alles vom Gesicht runterzuspülen und an den Wochenenden immer keine Mage Up zu tragen!

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [jacktimo](#) on Thu, 28 Nov 2013 09:40:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich empfehle auch Naturkosmetik von TianDe zu benutzen mit der ich persönlich und meine Freundinnen schon auch gute Ergebnisse erzielt haben.

---

Tipps:über das Spiel FIFA irgendwelche Probleme und Not sowie einige Fifa 14 Ultimate Team Coins Nachfrage und Diskussionen FIFAUTC.COM freut sich, Ihre Fragen zu beantworten. Besuchen Sie unsere Homepage 24 Stunden Interaktion der Spieler! <http://www.fifautc.com>

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [a.jung1995](#) on Wed, 26 Apr 2017 06:44:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo

ich kann dich gut nachvollziehen, ich habe schon seid mehreren Jahren Problemen mit unreiner Haut und schon unzählige Produkte ohne Erfolge ausprobiert....Ich würde dir auch dazu raten, das Make up weg zu lassen oder zu reduzieren, um deine Haut atmen zu lassen...dann kannst du mal die Produkte von Le Manoir, die Creme Manufaktur ausprobieren. Ich bin diese im Moment am testen und es hilft

Viel Erfolg und LG  
Alex

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [leonie\\_m](#) on Fri, 28 Apr 2017 11:40:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Das ist sicher nicht einfach, aber verzichte vielleicht ein paar Wochen auf Make-up. Deine Haut wird es dir danken.

Ich habe mich ca. vor 2 Jahren von fast allen Kosmetikprodukten verabschiedet, mittlerweile greife ich nur noch auf natürliche Hausmittelchen zurück und meine Haut ist dadurch um einiges reiner geworden. Die Ernährung spielt auch eine große Rolle, vielleicht hilft es dir wenn du dich einige Zeit basisch ernährst. Ich verwende z.B. regelmäßig Gerstengras [SPAM GELÖSCHT] , das passt gut in "Green Smoothies" und hat viele Nährstoffe, die die Haut braucht.

Aja, und statt einer Hautcreme verwende ich Kokosöl zum Eincremen und zum Abschminken. Ich hoffe es wird bald besser!

Alles Liebe,  
Leonie

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Alre1966](#) on Tue, 16 Jan 2018 21:22:54 GMT

---

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ist bestimmt mega ätzend

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [Ekene](#) on Tue, 13 Mar 2018 23:38:33 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich hatte auf <https://www.mangostin.info/> gelesen, dass Mangostin gut bei Akne wirken würden.

LG

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [nessi](#) on Wed, 14 Mar 2018 12:28:23 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Durch das längere Verwenden von aggressiven Pickelsalben und -Cremes, das Ausprobieren von verschiedenen Produkten, wird die Hautbarriere ziemlich beansprucht und geschädigt. Mit Geduld und den richtigen (wenigen Produkten) bekommt man das wieder in Griff.

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [tanjajung](#) on Mon, 19 Mar 2018 10:20:55 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich kann nur zustimmen, was mein Vorposter erwähnt haben. Ich würde auch versuchen, Produkte zu meiden, die eine "reine Haut" versprechen. Meistens schaden sie deine Haut. Ich habe sogar früher in meiner Jugend Zahnpasta auf die betroffenen Stellen geschmiert. Am nächsten Tag hatte ich einen heftigen Ausschlag gehabt. Tipp daher von mir. Neben gesunder Ernährung rate ich dir auch Lebensmittel zu dir zu nehmen, die den Stoffwechsel anregen. Meistens bekommt man Akne, weil es im Magen-Darm-Bereich Probleme gibt. Ich lese zB regelmäßig diese Seite durch:\*\*\*\* Da habe ich zB herausgefunden, dass Hauterkrankungen einen direkten Zusammenhang mit Stoffwechselerkrankungen haben. Hoffe, dass ich dir weiterhelfen konnte.

LG

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel  
Posted by [tanjajung](#) on Mon, 26 Mar 2018 14:06:07 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich habe mir deinen Beitrag nochmal durchgelesen und ich bin der Meinung, dass man sich mit der Ursache deines Problems beschäftigen sollte. Ich frage mich zu welcher Jahreszeit deine Haut schlechter wurde? Im Winter zB wird sicherlich dein Vitamin-D Gehalt niedriger sein als im Sommer. Solltest du in den Wintermonaten zu wenig Tageslicht abbekommen, esse am besten Milch, Butter oder Fisch, um deinen Vitamin-D Haushalt zu regulieren. In den Sommermonaten ist eine Behandlung der Akne oft nicht notwendig und die Pickel gehen zurück. Im Winter kann eine Tageslichtlampe Abhilfe schaffen. Ich habe mir daher generell eine Tageslichtlampe geholt. . Im Sommer solltest du auch aufpassen, dass du keine Mückenstiche bekommst. Ein Stich verursacht nämlich Juckreiz und dadurch könnten auch Rötungen entstehen. Da helfen Hitzestifte. Die Giftstoffe der Mücke werden bei über 40 Grad Celsius zerstört. Ein Hitzestift bzw. Wärmestift erhitzt den Mückenstich für kurze Zeit auf 50 Grad. Dadurch wird der Stich ausgebrannt und die schädlichen Proteine zerstört. Der Juckreiz und die Schwellungen werden so wirksam reduziert. Ich hoffe sehr, dass ich dir weiterhelfen konnte. LG Tanja

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel

Posted by [ClarissaNordsieck](#) on Thu, 16 Aug 2018 00:47:27 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

verhindert somit eine Vermehrung auf der Haut. Gerade bei Akne oder fettiger Haut sollte Zink in Form einer Paste, welche nämlich kein Fett enthält, verwendet werden.

Vielleicht hilft eine solche Behandlung Deiner Haut, ansonsten würde ich nicht zur Kosmetik, sondern mal zum Hautarzt gehen.

---

---

Subject: Aw: unreine Haut, Rötungen, Pickel

Posted by [Belkin8](#) on Tue, 20 Nov 2018 13:54:00 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nach den langen und schönen Jahren hast du sicherlich die richtige Lösung für deine Pickel und andere Unreinheiten gefunden, aber ich will meine Erfahrung auch da teilen. Schon lange habe ich auch ähnliche Probleme mit trockenen Händen und an anderen Stellen am Körper.

Ich habe auch schon einige Pflegeprodukte ausprobiert, aber ohne Erfolg. Eine Freundin von mir hat mir empfohlen die Maria Galand Produktliene mal auszuprobieren, was mir am Ende viel geholfen hat. Die Produkte habe ich eigentlich auf <https://www.sk-kosmetik-shop.de/> bestellt und sie haben auch andere Markenprodukte im Angebot, die man schnell nach Hause geliefert bekommen kann!

LG

---