

---

Subject: Meersalz gegen Akne?

Posted by [wasserlilie85](#) on Wed, 26 Jun 2013 09:45:39 GMT

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

---

Hallo zusammen! Seit meinem 13. Lebensjahr leide ich unter Akne und habe jetzt neulich von einer Freundin den Tipp bekommen, mal eine Meersalzgrotte zu besuchen. Sie selbst hat auch eine schlechte Haut und besucht schon seit einigen Monaten eine solche Grotte. Wie ich finde, ist das Hautbild auch schon etwas besser geworden. Auf der Seite dieses Badehauses steht, dass die Wirksamkeit wissenschaftlich belegt sei. [http://www.badmeinberger-badehaus.de/da ... erseite-a/](http://www.badmeinberger-badehaus.de/da...erseite-a/) Hat das schonmal jemand gemacht und hat sich das Hautbild verbessert?

---

---

Subject: Aw: Meersalz gegen Akne?

Posted by [Sakra](#) on Mon, 19 Aug 2013 10:53:18 GMT

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

---

Ich habe das schon einmal ausprobiert und ich muss sagen, dass mir das sehr gut geholfen hat und mein Hautbild sich deutlich verbessert hat. Ich leide seit ich 10 Jahre alt bin (anfangs auch durch die Pubertät) unter sehr starker Akne. Jedes Mittelchen und alles habe ich ausprobiert und am besten hat es mir letztendlich doch geholfen die Pille zu nehmen. Ich weiß, dass das nicht so gut ist aber nach jahrelangem Kampf und wirklich allen Mitteln zum ausprobieren (von pflanzlich bis hin zu medikamenten) hat nichts außer der Pille so gut geholfen.

---

---

Subject: Aw: Meersalz gegen Akne?

Posted by [evolus](#) on Tue, 03 Sep 2013 13:03:24 GMT

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

---

Meersalz und Sonne helfen sehr gut, wenn man der Haut danach nichtfettige Feuchtigkeit wieder zufügt. Ob es allerdings gegen deine Akne hilft, lässt sich nur schwer sagen. Es gibt auch aggressivere Formen von Akne die ganz andere Behandlungen erfordern. Z. Beispiel wäre da Akne Inversa zu nennen (schau mal auf <http://akneinversa.net/>, da siehst Du was das ist), die du nur mit einer ärztlichen Behandlung in den Griff kriegst. Die Gesundheit deiner Haut hängt von vielen Faktoren ab, auch Ernährung ist sehr wichtig.

---

---

Subject: Aw: Meersalz gegen Akne?

Posted by [MariLou](#) on Tue, 10 Sep 2013 13:07:07 GMT

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

---

Ich war auch einmal in so einer Salzgrotte, allerdings konnte ich damit leider gar nichts anfangen und mir war das Geld dafür einfach zu schade. Geholfen hat wie bei Sakra auch nur die Pille (Valette). Aber besprich dich da auf jeden Fall noch einmal mit deinem Haut-/Frauenarzt.

---

---

Subject: Aw: Meersalz gegen Akne?

Posted by [Julia](#) on Thu, 28 Apr 2016 10:15:51 GMT

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

---

Die Ursachen und die jeweilige Behandlung sind ja unterschiedlich. Aber es fahren ja auch viele ans Tote Meer wegen Hautunreinheiten, von daher kann ich mir schon vorstellen, dass das hilft. Ich benutze bspw. auch diese Totes Meer Salbe, die ist echt gut bei empfindlicher Haut.

---