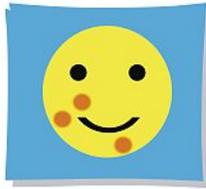


Komplementär-Medizin

# Balance



Haut / Jugendakne

Reine Haut ohne Akne –  
ein gutes Gefühl

Holen Sie sich die gesamte  
12seitige Broschüre bei uns im Geschäft.  
Gratis für unsere Kunden.



# Haut und Ausstrahlung

Unreine Haut und Akne verunstalten das Erscheinungsbild eines Menschen. Es entsteht ein ungepflegter Eindruck, obwohl die Betroffenen sehr wohl eine gründliche Körperpflege praktizieren. Entscheidend ist aber nicht nur, wie man von den anderen wahrgenommen wird, sondern wie man sich selbst dabei fühlt. So leidet das eigene Selbstvertrauen unter dem ästhetischen Makel. Menschen mit Hautproblemen ziehen sich oft zurück, meiden die Öffentlichkeit und vernachlässigen soziale Kontakte. Wir dürfen es nicht so weit kommen lassen: Es gibt allerhand dagegen zu tun!



## Problemphase Pubertät

Die Hormone sind los! Die vermehrte Produktion von Sexualhormonen in der Pubertät kann sich auf die Haut auswirken. Es wird vermehrt Talg produziert und ausgeschieden. Dabei kommt es vor, dass die Talgdrüsen durch die erhöhte Absonderung verstopfen. Unter Mitwirkung von Propionibakterien, die zur natürlichen Hautflora gehören, führt dies schliesslich zu Entzündungen oder gar Eiterbildung. Die Beschwerden werden zusätzlich verschlimmert, wenn ausserdem eine Verhornungsstörung vorliegt. In ganz schlimmen Fällen zieht dies eine regelrechte Knoten- und

Fistelbildung nach sich – woraus Abszesse entstehen können, welche später vernarben. Nicht alle Körperpartien sind gleich betroffen, sondern vorwiegend Stellen mit vielen Talgdrüsen, wie zum Beispiel Brust, obere Rückenpartie sowie das Gesicht.

## Der erste Eindruck zählt

Bei einem ersten Blickkontakt entscheidet meist das Gesicht, ob uns jemand sympathisch ist oder nicht. Wir empfinden Personen mit unreiner Haut oft als ungepflegt. Andererseits fühlen sich Aknepatienten unattraktiv und schämen sich, unter die Leute zu gehen. Das Selbstvertrauen leidet – und damit das gesamte Wohlbefinden. Insbesondere für Teenager bei deren aufkeimendem Interesse am anderen Geschlecht sind Hautprobleme tragisch: Sie möchten ihren Angebeteten gefallen, aber die Haut macht ihnen einen Strich durch die Rechnung. Kein Grund, den Kopf in den Sand zu stecken: Es gibt genügend Möglichkeiten, Hautunreinheiten komplementär zu behandeln. Gerne stellen wir Ihnen die Effizientesten vor.

## Wer ist betroffen?

Grundsätzlich leiden Knaben während der Pubertät häufiger unter unreiner Haut als Mädchen. Wie stark die Ausprägung der Hautprobleme ist, hängt jedoch auch von anderen Faktoren ab. Dazu gehört zum Beispiel der Stoffwechsellyp, der uns bereits genetisch in die Wiege gelegt wurde. Es gibt drei Grundtypen: Ablagerer, Abbauer und Ausscheider – diese Bezeichnungen erklären sich eigentlich bereits von selbst.

**Ablagerer** neigen dazu, ausscheidungs-pflichtige Stoffe im Körper einzulagern. Dies kann zwar Akne verursachen, führt aber selten zu starkem Befall und Auswüchsen wie Vereiterungen. Sogenannte Mitesser – Talgansammlungen unter der Hautschicht – kommen jedoch oft vor.

**Abbauer** zehren von den Stoffen, die ihren Körper aufbauen, was eher zu Mangel-

erscheinungen als zu Überfluss führt. Deshalb ist dieser Stoffwechselltyp anfällig für Krankheiten wie Osteoporose, Haarausfall, Krampfadern oder Leistenbruch. Akne ist selten ein Thema.

**Ausscheider** tendieren zu übermässigen Ausscheidungen wie Schwitzen oder vermehrter Schleimabsonderung. In dieser Gruppe finden wir die meisten Aknepatienten. Sie sind weiter empfänglich für Warzen, Hämorrhoiden, chronischen Schnupfen – und die Frauen für Scheiden-Ausfluss. Die meisten Menschen sind zwar Mischtypen und lassen sich nicht eindeutig zuordnen. Doch in der Regel ist eine Tendenz zu einer der oben beschriebenen Gruppen bei allen feststellbar. Dies ist wichtig für die Betrachtung, mit welchen Methoden und Produkten wir die besten Behandlungsergebnisse erzielen können.

### **Überlastung der Stoffwechselorgane**

Durch falsche Ernährung, Stress oder Bewegungsmangel können wir unsere Stoffwechselorgane zusätzlich belasten. Der Körper sucht sich jetzt andere Wege, um die überschüssigen Stoffwechselprodukte loszuwerden. Oft geschieht das über die

Haut – insbesondere dann, wenn man zur Gruppe der Ausscheider gehört. Es ist also unbedingt notwendig, unser Leben einmal genauer unter die Lupe zu nehmen. Wie sieht es mit unserer Ernährung aus und wie setzt sich unser Tagesablauf zusammen? Wer seine Hautprobleme in den Griff bekommen will, muss sich mitunter an eine ganze Liste von Regeln und Einschränkungen halten. Aber es lohnt sich! Denn wenn der morgendliche Blick in den Spiegel ein gutes Gefühl auslöst, begegnen wir allen Menschen mit gestärktem Selbstbewusstsein.

### **Von innen nach aussen**

Gehen wir einmal der Sache auf den Grund: Warum zeigt sich die Haut nicht von der besten Seite? Oft liegt es daran, dass im Innern unseres Körpers ein Problem vorliegt. Darum lohnt es sich, einen gewissen Aufwand zu betreiben und alle möglichen Ursachen zu betrachten. Wenn wir das Fundament erst einmal verstärkt haben, sieht es vielleicht an der Oberfläche plötzlich viel besser aus. Wir helfen Ihnen beim Analysieren und individuellen Zusammenstellen der passenden Behandlungsmethoden. Ihr attraktives Auftreten ist es wert!

