

Interview: Psychosoziale Auswirkungen der Akne

## Kein Verständnis für «unreine» Haut

**Akne passt nicht zum makellosen Schönheitsideal der Jugend. Obwohl die meisten Jugendlichen selbst mit Akne konfrontiert sind, mangelt es an Toleranz und Kenntnissen über die Ursachen. Betroffene bekommen dies zu spüren, Selbstwertgefühl und Lebensqualität leiden zum Teil stark darunter. Es ist daher sinnvoll, wenn der Arzt bei der Aknebehandlung auch auf psychosoziale Probleme eingeht.**

*PÄDIATRIE: Akne fällt auf, entstellt Gesicht, grenzt aus: Wie sieht die psychosoziale Realität für Aknebetroffene aus?*

**Suzanne Freund-Kissling:** Die Acne vulgaris beginnt meist während der Pubertät, also in einer anspruchsvollen Lebensphase mit grundsätzlichen Veränderungen physischer, emotionaler und sozialer Natur. Durch die sichtbaren Hautveränderungen wird das bereits starken Schwankungen unterworfenen Selbstwertgefühl zusätzlich strapaziert und der Glaube an den eigenen Körper auf eine weitere Probe gestellt. Störungen der sozialen Interaktion und Kommunikation, insbesondere mit Gleichaltrigen, sind die Folge. Zudem sind Betroffene immer wieder mit Kommentaren aus ihrem Umfeld konfrontiert. Da in unserer Zivilisation grosser Wert auf makelloses Aussehen gelegt wird, werden insbesondere junge Frauen auf ihre «unreine» Haut angesprochen. Sie erhalten oftmals ungefragt Behandlungstipps. Bei den Gleichaltrigen können nett gemeinte Kommentare wie «So schlimm ist das nicht, man sieht ja fast nichts!» zusätzlich verunsichern. Auch Äusserungen wie «Neben den sitze ich nicht!» können Unsicherheit und Ängste bestätigen und steigern.

*Was für Populärvorstellungen über Akne spielen dabei eine Rolle?*

Vorstellungen, welche Akne als Zeichen von Unreife, Ausdruck mangelnder Hygiene oder Hinweis auf diätetische Fehler werten, spielen eine ganz entscheidende Rolle, wie Betroffene damit zurecht kommen. Obwohl 85 Prozent

der Adoleszenten und jungen Erwachsenen selbst mit einer Acne vulgaris konfrontiert sind, besteht immer noch Unkenntnis über die Genese dieser chronisch-entzündlichen Hautveränderungen. Gemäss einer Studie geht ein Drittel der befragten Aknepatienten davon aus, dass die Akne Ausdruck einer schlechten Hauthygiene ist.

*Welches sind häufige psychische Probleme, die mit einer Akne einhergehen?*

Häufig sind depressive Verstimmungen mit sozialem Rückzug zu beobachten. Übermässige Scham- und Schuldgefühle sowie verstärkte emotionale Empfindlichkeit und verminderte Frustrationstoleranz behindern die jungen Menschen in ihrem sozialen Umfeld. Kontrastieren Selbstwahrnehmung und eigene Idealvorstellung stark, kann es geradezu zu einer sozialen Phobie kommen. Die Einschränkung der Lebensqualität von Aknepatienten entspricht derjenigen von Patienten mit chronischem Asthma, mit Epilepsie oder Diabetes mellitus. Interessanterweise korreliert die subjektive Einschränkung nicht mit dem Ausmass der Akne. Für das Entstehen von psychischen Problemen ist entscheidend, wie der Betroffene physische Attraktivität gewichtet und ob neurotische Persönlichkeitsstrukturen vorbestehen.

*Haben sich Verständnis und Toleranz unter Jugendlichen gegenüber ihren von Akne betroffenen Kollegen oder Mitschülern gewandelt?*

Leider haben sich weder Verständnis noch Toleranz wesentlich verändert. Der Stellenwert des äusseren Erscheinungsbildes ist in den letzten Jahren eher grösser geworden. Nebst dem Tragen von Markenartikeln haben bei Jugendlichen auch Frisuren, Rasuren und Kosmetika an Bedeutung gewonnen. Ohne makellosen Körper werden soziale Veranstaltungen gemieden, und wenn möglich wird nicht an Turn- und Schwimmstunden teilgenommen.

*Ein Jugendlicher kommt aufgrund einer gravierenden Akne in die ärztliche Praxis: Spricht er psychosoziale Probleme in der Re-*



*gel von sich aus an? Oder soll der behandelnde Arzt das beikle Thema ins Gespräch bringen?*

Patienten sprechen psychosoziale Probleme selten direkt an. Indirekte Hinweise sind Körperhaltung, Meiden des Blickkontaktes, zögernde Kommunikation sowie Bitte um schulische Sportdispens. Exkoriationen, Ulzerationen und bizarr geformte Narben sollten an selbstschädigende Manipulationen denken lassen.

Bei Hinweisen auf psychosoziale Probleme ist es sinnvoll, diese mittels offener Fragen anzusprechen. Bewährt hat sich, solche Fragen etwa mit «Ich möchte nun noch etwas Persönliches fragen» anzukündigen. Vor allem bei Hinweisen auf neurotische Verhaltensstrukturen sollten diese vorsichtig thematisiert werden.

*Gibt es Ratschläge zum seelischen Wohlbefinden, welche der Arzt einem Aknepatienten mitgeben kann? Kommt es auch vor, dass eine Psychotherapie angezeigt ist?*

Es ist wichtig, direkt auf die Ausführungen, Beobachtungen und Beschwerden des Patienten einzugehen. Gemeinsame Reflexionen über den Stellenwert des äusseren Erscheinungsbildes und mögliche Reaktionen und Antworten auf ungefragte Ratschläge des sozialen Umfeldes werden gerne aufgegriffen. Selten – meist bei vorbestehenden Persönlichkeitsstörungen und neurotischen Entwicklungen – bedarf es nebst der Aknebehandlung einer Psychotherapie. ●

Literatur bei der Ärztin

*Korrespondenzadresse:*

*Dr. med. Suzanne Freund-Kissling  
Spezialärztin für Dermatologie FMH  
Dermatologisches Ambulatorium des Stadtspitals Triemli, Zürich  
E-Mail: suzanne.freund@triemli.stzh.ch*