

Deluxe BEAUTY FASHION

- Wien
- Weekend.at
- Wien
- Burgenland
- Kärnten
- Niederösterreich
- Oberösterreich
- Salzburg
- Steiermark
- Tirol
- Vorarlberg



... Bitte warten

Spätakne: Über 30 und noch immer Probleme mit Pickeln?

Aus der Pubertät sind Sie längst heraus und trotzdem spielt Ihre Haut noch immer verrückt? Fakt ist: Auch erwachsene Frauen haben häufig mit Akne zu kämpfen. Wir verraten mögliche Ursachen für Hautunreinheiten und was man dagegen tun kann.



Auch Erwachsene leiden häufig unter Akne

Foto: Choreograph/iStock/Thinkstock

Pickel sind den meisten von uns eigentlich als typisches Pubertätsproblem bekannt. Doch auch viele Frauen über 30 leiden an nervigen Hautunreinheiten. Denn zusätzlich zur typischen Akne im Jugendalter, gibt es auch die sogenannte Spätakne. Diese entwickelt sich entweder neu oder bleibt seit jungen Jahren einfach bestehen. „Bei ca. 10-20% der jugendlichen Aknepatienten bleibt die Akne bestehen und ist durch einen besonders langen Verlauf, manchmal bis ins späte Erwachsenenalter, gekennzeichnet“, verrät Dr. Janig vom Kuzbari Zentrum für Ästhetische Medizin. Im Gegensatz zur Pubertätsakne, die sich meist in der T-Zone (Stirn, Nase, Kinn) abzeichnet, ist die Erwachsenenakne vor allem an den Wangen lokalisiert. Hartnäckige Knoten, Pusteln und ölige Haut können betroffenen Frauen ganz schön zu schaffen machen. Aber was sind die Ursachen, wieso wir auch als Erwachsene mit solchen Problemen zu kämpfen haben?

Häufige Ursachen für Spätakne

Meist gibt es nicht nur einen, sondern gleich mehrere Ursachen für Hautprobleme im Erwachsenenalter.



Große Poren: Dem Hautproblem den Kampf ansagen



Nie wieder Pickel: So bekommen Sie reine Haut



Lammily: Normalo-Barbie mit Cellulitis und Akne



Was man ab 30 lieber NICHT mehr tragen sollte



Die schlimmsten Dinge, die ihr eurer Haut antut



5 Dinge, die du mit Lidschatten machen kannst



DIY-Naturkosmetik: Handcreme selber machen





Ursache 1: Hormonelle Schwankungen

Der Körper produziert zwischen 30 und 40 weniger weibliche Hormone, was sich negativ auf den Hautzustand auswirken kann. Auch diejenigen, die die Pille absetzen, haben oft plötzlich mit Pickeln zu kämpfen. Hier sollte man vom Arzt seinen Hormonhaushalt kontrollieren lassen.



Auch das Absetzen der Pille kann sich auswirken Ursache 2: Stress Foto: 8vFanI/Stock/Thinkstock

Auch sehr viel Stress begünstigt die übermäßige Produktion von Talg. Denn wer durchgehend auf 180 ist, schüttet mehr Adrenalin und Testosteron aus. Dieser Überschuss bringt den Hormonhaushalt durcheinander und lässt die Pickel sprießen. Hier sollte man sich überlegen, wie man den Alltag entschleunigen kann und sich wieder mehr Zeit für sich nehmen.

Ursache 3: Nikotin

Raucher haben nicht nur ein höheres Risiko an Krebs zu erkranken, sondern müssen auch eine schnellere Hautalterung in Kauf nehmen. Zusätzlich regt das Nikotin die Haut dazu an, mehr Fett zu produzieren und macht sie sensibler für Hormonschwankungen. Die Lösung liegt auf der Hand: Zum **Nichtraucher** werden.

Ursache 4: Falsche Pflege

Wer mit Pickeln zu kämpfen hat, sollte auf zu fettige Pflege verzichten, da diese die Poren nur noch mehr verstopfen und so zu noch mehr Unreinheiten führen kann. Produkte mit hautneutralem pH-Wert sind ebenfalls zu empfehlen, während Alkohol als Inhaltsstoff die Haut zu stark austrocknen lässt.

Schon gelesen?

[4 Dinge, die Sie noch nicht über Falten wussten](#)

Mehr zum Thema:

HAUTPFLEGE

AUTOR: MARIA ZELENKO

04.03.2015

WEITERE ARTIKEL

Große Poren: Dem Hautproblem den Kampf ansagen

Fast jede Frau klagt früher oder später über große Poren. Die vor allem auf der Nase häufig auftretenden dunklen Punkte sind oft genetisch

Nie wieder Pickel: So bekommen Sie reine Haut

Auch wenn die Pubertät längst vorbei ist, auch viele erwachsene Frauen kämpfen mit unreiner Haut. Woran das liegt und was man gegen das Problem tun kann, ...

Ein Spray, der die Haare schneller trocknen lässt?



Kim Kardashian: Eigener Make-up Artist für Busen



Oh nein! Wieso dein Haar dünner wirkt, als es ist



4 Dinge, die du noch nicht über Falten wusstest



4 Tipps: So sieht matter Lippenstift perfekt aus



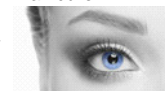
Top 10 Retter für trockenes und geschädigtes Haar



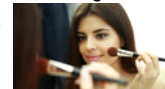
Reinigungsöle: Neue Superstars der Beauty-Branche?



Nagellack mal anders: Beauty-Trend Flip Manicure



Schattenspiel: Passende Eyeshadows für blaue Augen



3 Gründe, warum Ihr Rouge nie natürlich aussieht



Crazy: Beauty-Bloggerin macht Mascara aus Oreos



8 Beauty-Produkte, die man im Büro haben sollte



Ja, es geht! So glättest man Haare ohne Hitze

Lammily: Normalo-Barbie mit Cellulitis und Akne

Der Kreative Nickolay Lamm hat ein normales Gegenstück zu Barbie und ihren perfekten Maßen entwickelt: Die Puppe Lammily hat den durchschnittlichen Körper ...

Was man ab 30 lieber NICHT mehr tragen sollte

Ja, es gibt sie. Diese Teile, die so klassisch und zeitlos sind, dass man sie sein ganzes Leben lang tragen kann (wenn man will). Und dann gibt es diejenigen ...

Die schlimmsten Dinge, die ihr eurer Haut antut

Vorsätzlich würde man seiner Haut eigentlich nichts antun, doch die schlechte Nachricht ist: Genau das passiert viel öfter als man denkt. Warum ihr es bisher ...

Ohne Streifen: Sommerteint schon vor dem Urlaub

Bis wir bikinitaugliche Temperaturen erreichen, dauert es leider noch ein wenig. Was sich die meisten Frauen aber schon jetzt sehnlichst wünschen, ist ein ...

Ausprobiert: "Roller Lash"- Mascara von Benefit

Mascaras gibt es bekanntlich wie Sand am Meer. Sie sollen unsere Wimpern länger, schwungvoller und voluminöser aussehen lassen. Doch nicht jede hält ihr ...

Juhu! 8 Beauty-Tipps, die (fast) nichts kosten

Make-up, Haarprodukte und Gesichtsbearbeitungen – das alles kostet uns natürlich auch Geld. Sie würden gern ein wenig sparen? Diese Beauty-Tipps (auf die ...

10 Beauty-Liebliche, die gut UND günstig sind

Wer sagt, dass nur teure Produkte wirklich gut sind, hat noch nicht unsere 10 günstigen Favoriten ausprobiert. Denn diese Cremes und Wimperntuschen machen ...

Mogel-Styling: 3 Frisuren für ungewaschene Haare



Märchenhafte Beauty-Looks für den Hochzeitstag



Wieso Sie aufhören sollten Ihr Gesicht anzufassen



Warum auch Sie einen Lipliner besitzen sollten



Wow! Scarlett Johansson hat jetzt einen Undercut



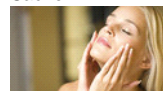
Zarter Anstrich: Die besten Nagellacke in Nude



Ausprobiert: Ein Beauty-Öl, das alles kann?



Half Bun: Ab sofort machen wir nur halbe Sachen



Verquollenes Gesicht? Diese geniale Massage hilft



Peinliche Beauty-Probleme und wie man sie los wird



Nach Salonbesuch: So hält die Föhnfrisur länger



Glow-Booster: Pflege-Liebliche für strahlende Haut



Foundation auftragen: So sieht's natürlich aus



Sie haben keine Zeit die Haare zu waschen, aber mit Kappe auf dem Kopf aus dem Haus zu gehen, kommt jetzt auch nicht in Frage? Mit diesen Frisuren können Sie ...

Ausprobiert: Wie gut hält veganer Nagellack?

Vom Serum bis zum Shampoo – immer mehr Firmen bringen vegane Beautyprodukte auf den Markt. Auch unter den Nagellacken finden sich immer öfter Öko-Fläschchen. ...

Dieses günstige Hausmittel zaubert XL-Wimpern

Wer bisher längere Wimpern haben wollte, musste sich teure Wimpernverlängerungen machen lassen oder zu umstrittenen Wimpernseren greifen. Doch haben Sie ...

Parfum-Neuheiten 2015: Es duftet nach Frühling!

Endlich werden die Tage wieder langsam wärmer. Auf was wir uns auch ganz besonders freuen: Die neuen Frühlings-Düfte! Vom außergewöhnlichen Unisex-Duft bis zu ...

Tutorials: Wie gelingt der perfekte Lidstrich?

Eine schön geschwungene Linie entlang des Wimpernkranzes zu ziehen, ist oft leichter gesagt als getan und erfordert ein wenig Übung. Wir haben für Sie die ...

Fragen, die man sich vor dem Friseur stellen soll

Der Termin beim Friseur ist fixiert und Sie sind sich sicher: Dieses Mal soll es mal was ganz anderes sein. Doch bevor Sie den Salon betreten und sich die ...

Kim Kardashian plaudert



Über kaum einen Star wird derzeit so viel geredet wie über Kim Kardashian. Die 34-Jährige hat sich nicht nur zum Stilvorbild gemausert, auch ihre Beauty-Looks ...

Welche Methoden helfen wirklich gegen Mitesser?

Niemand ist vor ihnen gefeit und sie können ziemlich hartnäckig sein – Mitesser gehören zu den nervigsten Hautproblemen. Doch was hilft wirklich bei ...

Unglaublich, für was man



Gewohnheiten, durch die Ihre Haut trocken wird



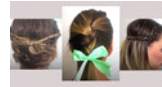
Top oder Flop? Nicole Richie zeigt neue Haarfarbe



6 geniale Produkte für Frauen mit kleinen Augen



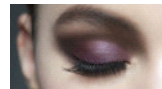
Immer gut riechen: So hält Parfum den ganzen Tag



Video: 10 einfache Frisuren in nur 5 Minuten



Klimperaugen: Falsche Wimpern richtig ankleben



Lidschatten-Fehler, die Sie wahrscheinlich machen



5 Dinge, die nur Nagellack-Junkies verstehen



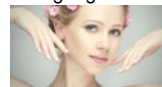
Beauty-Geheimnisse der schönsten Frauen der Welt



Pflege-Revolution! Das können die neuen Eyecreams



Pony rauswachsen lassen: Tipps für den Übergang



Dreifach-Kur: So schön machen Baby-



»OBSERVER«

Haarspray verwenden kann

Er ist in fast jedem Badezimmer zu finden und hält Frisuren zuverlässig in Form – der Haarspray ist für die meisten Frauen nicht mehr wegzudenken. Doch das ...

Diese Lippenstifte lassen Zähne weißer wirken

Es muss nicht immer gleich ein teures Bleaching beim Zahnarzt sein, auch mit dem richtigen Make-up kann man gelbe Zähne weißer wirken lassen. Wir verraten, ...

Was deine Nagellack-Farbe über dich verrät

Du greifst am liebsten zu pechschwarzem Nagellack? Oder bist du eher Fan von knallgelbem Nailpolish? Je nachdem zu welchem Farbton du tendierst, sagst du ...

Diese genialen Beauty-Tricks dauern nur 1 Minute

Für kompliziertes Make-up und aufwendige Frisuren haben die meisten morgens keine Zeit. Doch wer gut aussehen will, muss immer viel Zeit in sein Äußeres ...

We love Green Beauty! 11 vegane Kosmetik-Favoriten

Auf tierische Produkte zu verzichten wird immer beliebter. Das gilt jedoch nicht nur für Essen, sondern auch immer öfter für Kosmetik. Eines sei gesagt: Diese ...

Bye, Ombre! Das ist DER neue Haarfarben-Trend 2015

Der Ombré-Look erlebte in den letzten Jahren einen riesigen Hype, dann folgten Knallfarben, woraufhin sich alle Fashionistas ihre Haare grau

Wow! Roter Lippenstift macht Augenringe unsichtbar

Einen roten Lippenstift besitzen wir fast alle. Doch wer hätte gedacht, dass dieser nicht nur einen tollen Kussmund zaubert, sondern auch dunkle Schatten ...

Produkte



5 Angewohnheiten, die Ihren Busen schlaff machen



Lady Gaga au naturale - ganz ohne Make-up im Bett



Im Test: Die Gesichtsbildung von Beyoncé & Co.



4 Beauty-Rituale, die wir lieber geheim halten

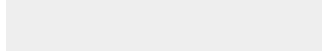


Österreich sucht die "Technik-Queens"

HIGHLIGHTS FASHION
LIFESTYLE BEAUTY
ENTERTAINMENTLIVING
SHOPPING

weekendweekend
CORPORATE VERLAG
PUBLISHING

Newsletter Anmeldung



ABONNIEREN