

---

Subject: Was hilft WIRKLICH gegen Pickel + Hautunreinheiten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 07 Jan 2008 18:21:35 GMT

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

---

Hallo Leute,

da Haut und Haare ja eng in einander stehen, kennt sich vielleicht jemand mit Pickeln aus?

Ich kriege diese Dinger einfach nicht weg.

Ich habe im Dezember das Silberwasser 3 Wochen lang oral getestet, hat leider nicht geholfen.

Jetzt versuche ich es zusätzlich auch noch topisch.

In meinem Buch steht, dass es gegen Akne wohl nur topisch helfen soll... keine Ahnung warum.

Antibiotika wirken normalerweise auch oral...

Die Gründe meiner Pickel werden wohl in erster Linie Ernährungsbedingt sein. Ich versuche meine Ernährung jetzt umzustellen. Also: Kein Zucker mehr, keine Milchprodukte und so wenig wie möglich Säurebildende Lebensmittel.

Aber ich glaube bei mir ist auch hauptsächlich die Creme Schuld.

Ich habe nämlich sehr trockene Haut und nehme deshalb eine Feuchtigkeitscreme. Setze ich sie ab, trocknen zwar die Pickel aus, aber auch die Haut. Und das löst ein furchtbares Spannungsgefühl in der Haut aus.

Ein Teufelskreis. Entweder muss ich mich für eine reine Haut ODER für eine feuchte Haut entscheiden. Beides zusammen scheint nicht machbar zu sein..

Ich habe übrigens schon mehrere Cremes ausprobiert. Ich kriege von ausnahmslos JEDER Pickel! Auch wenn ich mir reines Olivenöl oder Vitamin E-Kapseln ins Gesicht schmiere.

Alles verursacht Pickel.

Und wie ist das mit Sonnenbaden?

Ist Sonne gut für die Haut? Man liest ja so oft dass starke Sonneneinstrahlung eher die Hautalterung fördert... Aber umgekehrt wirkt es auch gegen Pickel!

Außerdem habe ich einige ganz kleine schwarze Punkte im Gesicht bekommen. Mitesser sind das nicht.. Keine Ahnung. Sie gehen nicht weg.

Wer kann mir weiterhelfen?

Danke

---