
Subject: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [G3n1](#) on Thu, 15 Mar 2012 14:08:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wollte mal hier ne diskussionsrunde starten..

ich hab eine ziemlich schnellfettende gesichtshaut für mein empfinden, kann mein gesicht abwaschen und innherhalt nach ca 1-2std habe ich schon wieder ein leicht glänzendes gesicht. das nervt mich total!

gibt es irgendwelche tipps was dagegen hilft ?

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [mike.](#) on Thu, 15 Mar 2012 14:37:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:gibt es irgendwelche tipps was dagegen hilft ?

mir hat Anastrozol+Fin geholfen..
jeder ist anders

Fin + Letrozol

nimm die Kombi und berichte im Mai wieder

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [G3n1](#) on Thu, 15 Mar 2012 16:05:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Thu, 15 March 2012 15:37

Zitat:gibt es irgendwelche tipps was dagegen hilft ?

mir hat Anastrozol+Fin geholfen..
jeder ist anders

Fin + Letrozol

nimm die Kombi und berichte im Mai wieder

hab aber angst mit dem hormonhaushalt nochmal mit letrozol zu spielen

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [malcanum](#) on Thu, 15 Mar 2012 16:11:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hast es ja noch nicht mal mit meinem Tipp ausprobiert, mach das doch mal.

Das Zeug hält echt wie die Pest auf der Haut, und dann ist da nix mehr am glänzen.
Auch schwitzen ist eig kein Problem.
Und garantiert OHNE NW's

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [G3n1](#) on Thu, 15 Mar 2012 16:24:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

malcanum schrieb am Thu, 15 March 2012 17:11Hast es ja noch nicht mal mit meinem Tipp ausprobiert, mach das doch mal.

Das Zeug hält echt wie die Pest auf der Haut, und dann ist da nix mehr am glänzen.
Auch schwitzen ist eig kein Problem.
Und garantiert OHNE NW's

ok werd ich machen.

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [Haareweg](#) on Thu, 15 Mar 2012 16:27:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Geni schrieb am Thu, 15 March 2012 17:05

hab aber angst mit dem hormonhaushalt nochmal mit letrozol zu spielen

naja rückst doch mit letro wieder was gerade....

das sind halt die typischen nebenwirkungen von fin (eine nw, mit der ich vielleicht leben könnte)....

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [hairadise.lost](#) on Thu, 15 Mar 2012 16:52:58 GMT

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

Zeniac Waschgel (oder ein anderes aus der Apotheke, z.B. von Avène oder La Roche Posay) + Feuchtigkeitscreme mit geringem Fettanteil.

Ich würde das Waschgel zunächst 2x pro Tag anwenden. Auf eine Anwendung pro Tag reduzieren, falls die Haut zu stark austrocknet.

Waschgele aus der Apotheke sind allerdings nicht ganz billig... Aber im Drogeriemarkt gibts nichts vergleichbares...

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [malcanum](#) on Thu, 15 Mar 2012 17:21:25 GMT

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

Kieselsäure Waschgel kann da auch helfen.

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [G3n1](#) on Thu, 15 Mar 2012 17:33:54 GMT

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

Haareweg schrieb am Thu, 15 March 2012 17:27Geni schrieb am Thu, 15 March 2012 17:05

hab aber angst mit dem hormonhaushalt nochmal mit letrozol zu spielen

naja rückst doch mit letro wieder was gerade....

das sind halt die typischen nebenwirkungen von fin (eine nw, mit der ich vielleicht leben könnte)....

wie meinst du das genau ?

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [G3n1](#) on Thu, 15 Mar 2012 17:36:55 GMT

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

hairadise.lost schrieb am Thu, 15 March 2012 17:52Zeniac Waschgel (oder ein anderes aus der Apotheke, z.B. von Avène oder La Roche Posay) + Feuchtigkeitscreme mit geringem Fettanteil.

Ich würde das Waschgel zunächst 2x pro Tag anwenden. Auf eine Anwendung pro Tag reduzieren, falls die Haut zu stark austrocknet.

Waschgele aus der Apotheke sind allerdings nicht ganz billig... Aber im Drogeriemarkt gibts nichts vergleichbares...

danke frü den tipp...

aber ist es nicht so umso mehr ich meine gesichtshaut wasche... umso mehr fettet sie dann nach ?

ich will das halt ganz vermeiden bzw stark reduzieren

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [hairadise.lost](#) on Thu, 15 Mar 2012 17:50:42 GMT

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

Geni schrieb am Thu, 15 March 2012 18:36hairadise.lost schrieb am Thu, 15 March 2012 17:52Zeniac Waschgel (oder ein anderes aus der Apotheke, z.B. von Avène oder La Roche Posay) + Feuchtigkeitscreme mit geringem Fettanteil.

Ich würde das Waschgel zunächst 2x pro Tag anwenden. Auf eine Anwendung pro Tag reduzieren, falls die Haut zu stark austrocknet.

Waschgele aus der Apotheke sind allerdings nicht ganz billig... Aber im Drogeriemarkt gibts nichts vergleichbares...

danke frü den tipp...

aber ist es nicht so umso mehr ich meine gesichtshaut wasche... umso mehr fettet sie dann nach ?

ich will das halt ganz vermeiden bzw stark reduzieren

2x pro Tag ist kein Problem, es ist seifenfrei. Es könnte bloß zu stark wirken (also zu trockene Haut), dann die Dosis reduzieren.

Zeniac Gel ist ansonsten gut geeignet bei leichten Unreinheiten, ohne die Haut zu schädigen (wie es z.B. bei BPO der Fall sein kann). Für starke Akne ist es jedoch zu schwach, aber darum geht es hier ja nicht.

Oder gehe zum Hautarzt, da gibts Proben.

Lush Coalface soll auch gut sein gegen fettige Haut, für mich jedoch viel zu heftig... Das ist vermutlich etwas für extrem fettige Haut.

Eine billige Lösung wären Heilerdemasken, bei fettiger Haut 2x pro Woche ca. 30 Minuten einwirken lassen. Da bin ich mir aber weniger sicher, ob es reicht...

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [G3n1](#) on Mon, 19 Mar 2012 12:00:05 GMT

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

hairadise.lost schrieb am Thu, 15 March 2012 18:50Geni schrieb am Thu, 15 March 2012 18:36hairadise.lost schrieb am Thu, 15 March 2012 17:52Zeniace Waschgel (oder ein anderes aus der Apotheke, z.B. von Avène oder La Roche Posay) + Feuchtigkeitscreme mit geringem Fettanteil.

Ich würde das Waschgel zunächst 2x pro Tag anwenden. Auf eine Anwendung pro Tag reduzieren, falls die Haut zu stark austrocknet.

Waschgele aus der Apotheke sind allerdings nicht ganz billig... Aber im Drogeriemarkt gibts nichts vergleichbares...

danke frü den tipp...

aber ist es nicht so umso mehr ich meine gesichtshaut wasche... umso mehr fettet sie dann nach ?

ich will das halt ganz vermeiden bzw stark reduzieren

2x pro Tag ist kein Problem, es ist seifenfrei. Es könnte bloß zu stark wirken (also zu trockene Haut), dann die Dosis reduzieren.

Zeniace Gel ist ansonsten gut geeignet bei leichten Unreinheiten, ohne die Haut zu schädigen (wie es z.B. bei BPO der Fall sein kann). Für starke Akne ist es jedoch zu schwach, aber darum geht es hier ja nicht.

Oder gehe zum Hautarzt, da gibts Proben.

Lush Coalface soll auch gut sein gegen fettige Haut, für mich jedoch viel zu heftig... Das ist vermutlich etwas für extrem fettige Haut.

Eine billige Lösung wären Heilerdemasken, bei fettiger Haut 2x pro Woche ca. 30 Minuten einwirken lassen. Da bin ich mir aber weniger sicher, ob es reicht...

<http://www.docmorris.de/zeniac-gel-dermatica-gel-0494249-produktdetail>
ist es das ?

ist es ein gel zum eincremen oder zum waschen?

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [hairadise.lost](#) on Mon, 19 Mar 2012 12:21:46 GMT

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

Ja, das ist es. Es ist ein Waschgel.

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/zeniac-gel-200-ml--pzn-494249.html>

Alternative:

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/avene-cleanance-seifenfreies-reinigungsgel-200-ml-pierre-fabre-dermo-kosmetik-gmbh-pzn-87805.html/nb/1>

Bei fettiger Haut ist aber auch eine Feuchtigkeitscreme wichtig, auch wenn das intuitiv kontraproduktiv klingen sollte...

z.B. diese (die habe ich aber nicht getestet. EDIT: ist auch eine Emulsion, keine FC):

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/avene-cleanance-regul.matt.emuls.%2Bglyceryllaurat-40-ml-pierre-fabre-dermo-kosmetik-gmbh-pzn-9124241.html>

Wenn die Sonne scheint, benutze ich diese:

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/avene-hydrance-optimale-uv-legere-creme-40-ml-pierre-fabre-dermo-kosmetik-gmbh-pzn-6731779.html>

Passend zum Zeniac Gel gibts noch das hier:

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/zeniac-lp-creme-30-ml--pzn-1332968.html>

Das ist aber zusammen mit dem Gel vielleicht zu stark...

Das ist auch von der gleichen Firma, vllt. ist das besser, ich kenne deinen genauen Hauttyp nicht:

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/actipur-creme-30-ml--pzn-4534738.html>

Bei den Feuchtigkeitscremes reicht aber vielleicht auch schon eine billige vom Drogeriemarkt (Balea etc.). Bei den Waschgelen jedenfalls nicht.

Vielleicht reicht auch Waschgel 1x pro Tag + billige Feuchtigkeitscreme + 2x pro Woche Heilerdemaske. Das wäre dann noch verhältnismäßig günstig.

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [G3n1](#) on Mon, 19 Mar 2012 12:55:33 GMT

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

hairadise.lost schrieb am Mon, 19 March 2012 13:21Ja, das ist es. Es ist ein Waschgel.

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/zeniac-gel-200-ml--pzn-494249.html>

Alternative:

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/avene-cleanance-seifenfreies-reinigungsgel-200-ml-pierre-fabre-dermo-kosmetik-gmbh-pzn-87805.html/nb/1>

rre-fabre-dermo-kosmetik-gmbh-pzn-87805.html/nb/1

Bei fettiger Haut ist aber auch eine Feuchtigkeitscreme wichtig, auch wenn das intuitiv kontraproduktiv klingen sollte...

z.B. diese (die habe ich aber nicht getestet):

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/avene-cleanance-regul.matt.emuls.%2Bglyceryllaurat-40-ml-pierre-fabre-dermo-kosmetik-gmbh-pzn-9124241.html>

Wenn die Sonne scheint, benutze ich diese:

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/avene-hydrance-optimale-uv-legere-creme-40-ml-pierre-fabre-dermo-kosmetik-gmbh-pzn-6731779.html>

Bei den Feuchtigkeitscremes reicht aber vielleicht auch schon eine billige vom Drogeriemarkt (Balea etc.). Bei den Waschgelen jedenfalls nicht.

Vielleicht reicht auch Waschgel 1x pro Tag + billige Feuchtigkeitscreme + 2x pro Woche Heilerdemaske. Das wäre dann noch verhältnismäßig günstig.

ok ich werds die tage in der apotheke kaufen..
werde drüber berichten..

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [Legende](#) on Mon, 19 Mar 2012 13:18:27 GMT

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

Also ich esse zurzeit viele Bananen und hab habe fest gestellt, dass meine Haut sich um einiges verbessert hat, also keine richtigen Pickeln mehr nur ganz leichte, also allg. sieht meine Haut deutlich Besser aus

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [hairadise.lost](#) on Mon, 19 Mar 2012 13:45:52 GMT

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

Achso: das Zeniac Gel besonders gut abwaschen, ansonsten kann es zu Spannungsgefühlen kommen.

Von der gleichen Firma gibt es neuerdings die Matidiane-Serie für fettige Haut, allerdings gibt es kaum Erfahrungswerte damit. Dann lieber das bewährte Zeniac Gel...

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [G3n1](#) on Mon, 19 Mar 2012 14:09:54 GMT

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

kimimaro schrieb am Mon, 19 March 2012 14:18Also ich esse zurzeit viele Bananen und hab habe fest gestellt, dass meine Haut sich um einiges verbessert hat, also keine richtigen Pickeln mehr nur ganz leichte, also allg. sieht meine Haut deutlich Besser aus

woran liegt das ?

also pickeln habe ich nicht aber eine schnell fettende kopfhaut und gesichtshaut

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [hairadise.lost](#) on Mon, 19 Mar 2012 14:18:04 GMT

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

Zeniac Gel kann man auch zur Behandlung der Kopfhaut benutzen

Ich würde an deiner Stelle aber trotzdem zum Hautarzt gehen, da wird dein Hauttyp genauer analysiert. Dort, in Apotheken und direkt bei den Firmen gibts auch Proben.

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [G3n1](#) on Mon, 19 Mar 2012 14:22:43 GMT

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

hairadise.lost schrieb am Mon, 19 March 2012 15:18Zeniac Gel kann man auch zur Behandlung der Kopfhaut benutzen

Ich würde an deiner Stelle aber trotzdem zum Hautarzt gehen, da wird dein Hauttyp genauer analysiert. Dort, in Apotheken und direkt bei den Firmen gibts auch Proben.

hmm guter vorschlag .. aber sehe es nicht ein wenn ich die gasnze ärztliche behandlung aus eigener tasche zahlen müsste...

zahlt sowas die kasse ?

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [hairadise.lost](#) on Mon, 19 Mar 2012 15:01:05 GMT

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

Geni schrieb am Mon, 19 March 2012 15:22hairadise.lost schrieb am Mon, 19 March 2012 15:18Zeniac Gel kann man auch zur Behandlung der Kopfhaut benutzen

Ich würde an deiner Stelle aber trotzdem zum Hautarzt gehen, da wird dein Hauttyp genauer analysiert. Dort, in Apotheken und direkt bei den Firmen gibts auch Proben.

hmm guter vorschlag .. aber sehe es nicht ein wenn ich die gasnze ärztliche behandlung aus eigener tasche zahlen müsste...
zahlt sowas die kasse ?

Ich habe das nur so gemeint, dass ein Hautarzt sicherlich die zu deinem Hauttyp passenden Produkte empfehlen kann. Die musst du dann aber von deinem Geld kaufen... Die empfehlen auch oft Avène, Dermatica Exklusiv oder La Roche Posay. Oder schau auf deren Websites, welche Produkte geeignet erscheinen.

Verschreibungspflichtiges wie Iso wirst du bei "bloß" fettiger Haut sicherlich nicht benötigen.

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [G3n1](#) on Thu, 22 Mar 2012 12:26:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

so ich hab das zeniac gel gekauft und natürlich getestet....

also bringt garnichts! nach 30min schon wieder fettige gesichtshaut, da hilft ja waschlotion mehr.

kann ich das eigtl in der apotheke zurückgeben? als beschwerde das es nix bringt, zumindest nichts bei mir.

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [hairadise.lost](#) on Thu, 22 Mar 2012 14:48:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Geni schrieb am Thu, 22 March 2012 13:26so ich hab das zeniac gel gekauft und natürlich getestet....

also bringt garnichts! nach 30min schon wieder fettige gesichtshaut, da hilft ja waschlotion mehr.

kann ich das eigtl in der apotheke zurückgeben? als beschwerde das es nix bringt, zumindest nichts bei mir.

Du erwartest also nach ein paar Mal Waschen ein Resultat? Soll das ein Witz sein?
Das reguliert langfristig die Talgproduktion (also die Ursache). Wenn du bloß optisch die Symptome bekämpfen willst, hilft eine mattierende Creme...

Das wäre so, wie wenn man nach 2 Wochen eine Wirkung von Fin oder Minox erwartet...

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [G3n1](#) on Thu, 22 Mar 2012 15:03:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hairadise.lost schrieb am Thu, 22 March 2012 15:48Geni schrieb am Thu, 22 March 2012 13:26so ich hab das zeniac gel gekauft und natürlich getestet....

also bringt garnichts! nach 30min schon wieder fettige gesichtshaut, da hilft ja waschlotion mehr.

kann ich das eigtl in der apotheke zurückgeben? als beschwerde das es nix bringt, zumindest nichts bei mir.

Du erwartest also nach ein paar Mal Waschen ein Resultat? Soll das ein Witz sein?
Das reguliert langfristig die Talgproduktion (also die Ursache). Wenn du bloß optisch die Symptome bekämpfen willst, hilft eine mattierende Creme...

Das wäre so, wie wenn man nach 2 Wochen eine Wirkung von Fin oder Minox erwartet...

ahsoo , das ist mir sogar noch lieber ich will die ursache bekämpfen!!

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [hairadise.lost](#) on Sun, 08 Apr 2012 23:19:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hat sich immer noch nichts getan? Das Maximum wird sicherlich noch nicht erreicht sein, aber wenn sich immer noch keine Veränderung gezeigt hat, würde ich einen Arzt aufsuchen. Dann lässt sich das Problem nicht so einfach lösen...

Nimmst du immer noch keine Creme? Da müsste die Haut doch viel zu trocken werden...

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [mike.](#) on Mon, 09 Apr 2012 06:25:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

fettige gesichtshaut balance zwischen estrogen und androgen

damals zog ich estrogen runter, DHT runter, T blieb, die gesichtshaut wurde fein trocken (mit Arzt)
Fin + Ari

später zog ich T, DHT runter und nahm Estrogene, Gesichtshaut wurde kurzzeitig fettig, danach war bis dato ruhe, auch die SE, Talg usw. ist gelöst..

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [G3n1](#) on Thu, 03 May 2012 21:41:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hairadise.lost schrieb am Mon, 09 April 2012 01:19 Hat sich immer noch nichts getan? Das Maximum wird sicherlich noch nicht erreicht sein, aber wenn sich immer noch keine Veränderung gezeigt hat, würde ich einen Arzt aufsuchen. Dann lässt sich das Problem nicht so einfach lösen...

Nimmst du immer noch keine Creme? Da müsste die Haut doch viel zu trocken werden...

hey..

ich habe jeden morgen manchmal auch abends es mit feuchten händen aufgetragen..ca. 4-5min einwirken lassen und dann das gesicht abgewaschen.

ich kann nicht behaupten das es großartig was gebracht hat ... LEIDER!

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [EinesTages](#) on Thu, 03 May 2012 21:47:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das beste mittel gegen gesichtsfett usw.. ist konsumiere keine stärkehaltige esswaren! keine süßigkeiten keine fertig produkte! kein brot nudeln usw.. ernähr dich nur von gemüse und früchte fleisch etc.. und du hast keine gesichtsfett mehr! seit ich mich stärke arm ernähre ist mein gesichts fast nicht mehr fettig! keine pickel keine akne usw..

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!
Posted by [hairadise.lost](#) on Thu, 03 May 2012 22:07:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh, schade... Wie gesagt, geh zum Hautarzt. Wie auch schon oft gesagt, ne Creme braucht man jedenfalls auch.

5 Min Einwirkzeit ist viel zu lange... Eher 20-30 Sekunden. Aber daran lags bei dir nicht...

Ich hatte es beim Duschen auch schon mehrere Minuten drauf.
Danach war meine Haut gerötet, trocken und schuppig...
Ich brauchte ich eine Menge Clean-Ac zur anschließenden Rettung der Haut.

Ich benutze es auch nur noch abends, morgens nur Dusche + Creme.

Aber deine Haut scheint ja komplett anders zu sein.

Subject: Aw: Fettige Gesichtshaut !!

Posted by [G3n1](#) on Thu, 03 May 2012 23:19:59 GMT

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

hairadise.lost schrieb am Fri, 04 May 2012 00:07Oh, schade... Wie gesagt, geh zum Hautarzt. Wie auch schon oft gesagt, ne Creme braucht man jedenfalls auch.

5 Min Einwirkzeit ist viel zu lange... Eher 20-30 Sekunden. Aber daran lags bei dir nicht...

Ich hatte es beim Duschen auch schon mehrere Minuten drauf.

Danach war meine Haut gerötet, trocken und schuppig...

Ich brauchte ich eine Menge Clean-Ac zur anschließenden Rettung der Haut.

Ich benutze es auch nur noch abends, morgens nur Dusche + Creme.

Aber deine Haut scheint ja komplett anders zu sein.

werde zum arzt gehen, den das nervt
