
Subject: Akne im Rücken durch HRT - was tun ?
Posted by [krx](#) on Tue, 22 Mar 2016 16:25:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Servus, Frage steht quasi oben.

Bin auf Nebido und habe am Rücken mittelschwere Akne entwickelt.
Hatte mit sowas nie Probleme, aber mittlerweile sieht das aus wie ein Streuselkuchen.

Was kann ich tun (außer Zink)?

Subject: Aw: Akne im Rücken durch HRT - was tun ?
Posted by [peci123](#) on Thu, 24 Mar 2016 16:25:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wieviel Zink nimmst du? Bei exogener T-Zugabe wird bis 100mg geraten. Einige haben dadurch extreme Probleme bekommen und bei herabsetzen auf 25mg hat es sich wesentlich gebessert. Versuche Zinksalbe dreimal täglich. Hilft bei einigen super, ist aber individuell.

Subject: Aw: Akne im Rücken durch HRT - was tun ?
Posted by [Obes89](#) on Thu, 24 Mar 2016 16:56:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

krx schrieb am Tue, 22 March 2016 17:25Servus, Frage steht quasi oben.

Bin auf Nebido und habe am Rücken mittelschwere Akne entwickelt.
Hatte mit sowas nie Probleme, aber mittlerweile sieht das aus wie ein Streuselkuchen.

Was kann ich tun (außer Zink)?

Zink supplementieren ist eine gute Idee, allerdings nicht in zu hohen Mengen. 25-30 mg sollten ausreichen da du über die Ernährung ja auch etwas zuführst. Achte nur darauf das es hochwertiges Zink ist. Ich habe mal 50 mg am Tag genommen, haut wurde im Gesicht staubtrocken half allerdings nicht weiter am Rücken. Sonst tut mir persönlich Leinöl gut. Morgens und Abends jeweils einen Esslöffel in meinen Eiweiß Shake. Dadurch konnte ich tiefe Entzündungen abmildern. Sonst kannst du noch Benzaknen Wash ausprobieren und BPO Creme 3-5 %. Das Waschgel zu benutzen ist definitiv entspannter und man läuft nicht Gefahr Kleidung etc. zu bleichen.

Viel Erfolg

Subject: Aw: Akne im Rücken durch HRT - was tun ?
Posted by [Foxi](#) on Sat, 26 Mar 2016 09:48:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hilft dir Nebido?

Subject: Aw: Akne im Rücken durch HRT - was tun ?
Posted by [chribe](#) on Sat, 26 Mar 2016 12:41:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kommt immer auf den Schweregrad an. Wenn sogar Narben entstehen, dann würde ich direkt zu Isotretinoin greifen.
