Subject: Lichen Pilaris (Reibeisenhaut)

Posted by [herbalist](#) on Tue, 22 Jul 2014 13:31:51 GMT

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

Hallo,

ich melde mich mal wieder nach sehr langer Abstinenz.

Ich war neulich beim Dermatologen. Ich habe schon immer kleine Pickelchen auf der Rückseite vom Oberarm. Nicht sehr ausgeprägt.

Es störte mich auch kaum so das ich nie deswegen zum Arzt bin. Die sind ziemlich bekannt und kompetent in Karlsruhe und es arbeiten 2 Professoren und 3 Doktoren dort.

Jedenfalls hat die Diagnose keine Minute gedauert. Ein Blick und es war ihm sofort klar was es ist.

Es wurde mir dann erklärt was es ist und das es eine Erbkrankheit ist usw.

Verschrieben wurde mir eine Rezeptfreie Creme (Kerapil Creme) die es in jeder Apotheke gibt.

Ich hatte vorher schon alles mögliche ausprobiert. Meeressalzbad (half etwas), aber man kann nicht jeden Tag baden...

Voltaren, Urea Creme und auch Kortisonhaltige Salbe half alles nicht.

Bereits nach der ersten Anwendung mit der Kerapil Creme war eine extreme Verbesserung zu sehen.

Nach dem 2. bzw. 3. Tag sind die Pickel weg und die Haut ganz normal. So ein Ergebnis nach so kurzer Zeit hätte ich niemals erwartet zumal ich schon lange damit rummache und alles mögliche schon getestet habe.

Für diese Erbkrankheit (Lichen Pilaris) gibt es keine dauerhafte Heilung. D.H. die Pickelchen kommen automatisch mit der Zeit wieder, aber wenn ich 1x pro Woche die Creme benutze bleibt alles ganz normal.

http://de.wikipedia.org/wiki/Keratosis_pilaris

Im Wiki steht es ist eine Verhornungsstörung der Haarfollikel. Kleine Hornpröpfe verschließen die Öffnungen der Haarfollikel.

Vielleicht besteht speziell in meinem Fall eine Verbindung mit dem HA. Bzw. es verstärkt den HA?!

Die Creme Kerapil dank des Stoffes Ammoniumlactat (14%) glättet Reibeisenhaut, übermäßige Hornhautbildung wird vermindert, das Einwachsen von Haaren nach Rasur oder Epilation wird verhindert und trockene, brüchige Nädel werden gepflegt.

Es ist eine Dermo-Regulating-Creme.

Die Inhaltsstoffe:

Aqua, Ammonium Lactate, Coco-Caprylate/Caprates, Glycerin, Octyldodecanol, Glyceryl Stearate, Caprylic/Capric Triglyceride, Stearic Acid, Cetareth-12, Zeolite, Cetearyl Alcohol, Cetyl Palmitate, Cocoglyceride, Imidazolidinyl, Urea, Parfum, Propylparaben, Hexyl Cinnamal, Linalool, Hydroxycitronellal, Geraniol, Citronellol, Benzyl Alcohol, Benzyl Salicylate

Könnte man die Creme auch für die Kopfhaut verwenden?

Subject: Aw: Lichen Pilaris (Reibeisenhaut)
Posted by [fghj](#) on Tue, 22 Jul 2014 13:53:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wow herbalist!

Ich wusste gar nicht, dass es für das, was ich da am Oberarm habe, eine Bezeichnung gibt! Ist nur ganz leicht bei mir...

Zuerst Danke für den Post - das wollte ich mal loswerden. Jetzt aber werde mich mal reinlesen!

Subject: Aw: Lichen Pilaris (Reibeisenhaut)
Posted by [*Gelöscht - 07/2015*](#) on Tue, 22 Jul 2014 14:41:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

auf die gefahr hin,mich wie eine leiernde schallplatte anzuhören;
auch hier empfehle ich den dermaroller-die verschlossenen poren werden geöffnet,die hutzellen bilden sich NEU.das krankheitsbild sollte dadurch dauerhaft verschwinden.
am besten 0,2-0,3mm nadellänge-also kleinstmöglich-sollte reichen.

Subject: Aw: Lichen Pilaris (Reibeisenhaut)
Posted by [herbalist](#) on Fri, 25 Jul 2014 14:06:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der Roller bringt in diesem Fall leider rein garnichts.

Aber das ist auch nicht die Frage, sondern ob die Creme für HA was bringt.

Subject: Aw: Lichen Pilaris (Reibeisenhaut)
Posted by [REMOLAN](#) on Fri, 25 Jul 2014 14:36:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hatte diese Reibeisenhaut als Kind ab ca. 11 Jahre, davor immer wieder leichte Anzeichen von Rosacea (rote Wangen durch lokale Durchblutungssteigerung und empfindliche Wangenhaut).

mit 11.. da war ich im Gymnasium und hatte begonnen, unglaublich viel Süßkram zu essen. Parallel fing das mit den Rötungen und der (leichten) Reibeisenhaut an.

Am deutlichsten war die Reibeisenhaut an: vordere Oberschenkel, Oberarmrückseite und leicht sogar Unterarmoberseite. Rötung war vorhanden an: Wangen, Ohren und Augenbrauen

(Augenbrauen leichte Pusteln- wie Reibeisenhaut und diffus, besonders außen).

Akne/Pickel hatte ich dafür nie.

Mein Großvater mütterlicherseits hatte ebenfalls Reibeisenhaut (wiedermal danke), bzw. diffuse Augenbrauen (dadurch uA?) -> Histaminproblematik.

Mein Bruder hat diese Reibeisenhaut nur minimal an den Oberarmen (aber so gut wie gar nicht bemerkbar).

Er hat keine Entzündungen an den Augenbrauen -> durchgehend volle Augenbrauen.

Ich hab bei mir einen klaren Zusammenhang zwischen HA (Shedding) -auch an Augenbrauen- bemerkt: wenn ich mal keine/weniger Reibeisenhaut habe, fühle ich mich allgemein besser und ich hab nicht so viel Shedding (generell). Außerdem wächst das Körperhaar "schöner" und es gibt nicht so viele eingewachsenen Haare (bes. an Beinen und Augenbrauen).

Bei mir hängt das Problem klar von der Ernährung ab (und Hygiene). Klar ist es erblich bedingt, aber man kann im Gegensatz zu AGA leichter dagegen was unternehmen.

Vor 2 Tagen hab ich mit Piperin -> Rutin+Curcumin begonnen. Soll gut helfen. -Davor schon ca. 1 Monat Curcumin und 4 Monate MSM (in der Zeit wurde das Hautbild noch ein Stück gesünder als davor).

Natürlich darauf achten, dass man genug Mineralstoffe bekommt, wenn man Chelatoren wie Curcumin und Rutin nimmt (Eisen, Magnesium besonders).

Subject: Aw: Lichen Pilaris (Reibeisenhaut)
Posted by [pilos](#) on Fri, 25 Jul 2014 14:41:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

herbalist schrieb am Tue, 22 July 2014 16:31
Es ist eine Dermo-Regulating-Creme.

Könnte man die Creme auch für die Kopfhaut verwenden?

das sagt doch schon alles

die wirkung kommt nur durch das binden von wasser in der lederhaut..dadurch Hornpfropfe verhindert

gleiche wirkung hat auch urea

wenn für die kopfhaut dann das

Produkt 1