Infoblatt für Jugendliche mit Mischakne zur Anwendung von Epiduo® 0,1 %/2,5 % Gel

Epiduo® 0,1 %/2,5 % Gel ist ein verschreibungspflichtiges Medikament zur topischen Behandlung von Akne. Es enthält zwei aktive Wirkstoffe: Adapalen (0,1 %) und Benzoylperoxid (2,5 %). Adapalen ist ein Retinoid, das hilft, die Poren zu öffnen und Entzündungen zu reduzieren. Benzoylperoxid wirkt antibakteriell und hilft, die Anzahl der Aknebakterien zu verringern.

Anwendungshinweise:

- **Dosierung:** Tragen Sie das Gel ***einmal täglich abends*** auf die betroffenen Hautstellen auf. Verwenden Sie dabei nur eine dünne Schicht.
- **Vorbereitung:** Reinigen Sie Ihr Gesicht sanft mit einem milden, seifenfreien Reinigungsmittel und lassen Sie die Haut vollständig trocknen, bevor Sie das Gel auftragen (*z.B.* ***sebamed*** *Seifenfreies Waschstück oder* ***Balea*** *med hautneutral Waschstück*).
- **Anwendung:** Verteilen Sie das Gel gleichmäßig auf den betroffenen Bereichen. Vermeiden Sie den Kontakt mit Augen, Mund und Schleimhäuten.

Hautpflegeempfehlungen:

- **Reinigung:** Verwenden Sie ***morgens und abends*** einen milden, seifenfreien Reiniger, um überschüssigen Talg und Schmutz zu entfernen, ohne die Haut zu reizen.
- **Feuchtigkeit:** Nach der Anwendung von **Epiduo®** kann die Haut austrocknen. Nutzen Sie daher eine nicht komedogene Feuchtigkeitscreme (*z.B.* ***CeraVe*** *Feuchtigkeitscreme*), um die Haut hydratisiert zu halten.
- **Sonnenschutz:** Adapalen kann die Haut empfindlicher gegenüber ***Sonnenlicht*** machen. Tragen Sie daher täglich einen ***Breitband-Sonnenschutz mit mindestens SPF 30*** auf, auch an bewölkten Tagen.

Hinweise zur Anwendung von Epiduo®:

- **Nebenwirkungen:** Zu Beginn der Behandlung können Hautreizungen wie Rötungen, Trockenheit oder ein leichtes Brennen auftreten. Diese Symptome klingen in der Regel nach einigen Tagen bis Wochen ab.
- **Vermeidung von Reizstoffen:** Vermeiden Sie die gleichzeitige Anwendung von Hautpflegeprodukten, die Alkohol, Parfüm oder andere reizende Substanzen enthalten. Diese können die Haut zusätzlich belasten.
- **Nicht auf verletzter Haut anwenden:** Verwenden Sie das Gel nicht auf offenen Wunden, Ekzemen oder Sonnenbrand.
- **Langsame Einführung:** Falls die Haut stark reagiert, können Sie die Anwendung anfangs jeden zweiten Abend durchführen und die Häufigkeit schrittweise erhöhen.

Worauf Sie achten sollten:

- **Geduld:** Die Wirkung von Epiduo® zeigt sich oft erst nach 4 bis 6 Wochen regelmäßiger Anwendung. Seien Sie geduldig und setzen Sie die Behandlung fort, auch wenn die ersten Ergebnisse noch nicht sichtbar sind.
- **Konsultation:** Bei anhaltenden oder starken Hautreaktionen sollten Sie Ihren Dermatologen konsultieren, um die Behandlung gegebenenfalls anzupassen.

- **Vermeidung von Hautreizungen:** Vermeiden Sie das Ausdrücken von Pickeln, da dies die Haut zusätzlich reizen und Entzündungen verstärken kann.

Zusätzliche Tipps:

- **Ernährung:** Eine ausgewogene Ernährung mit ausreichend Vitaminen und Mineralstoffen kann die Hautgesundheit unterstützen.
- **Stressmanagement:** Stress kann Akne verschlimmern. Techniken wie Meditation oder Sport können helfen, Stress abzubauen.
- **Regelmäßige Hautpflege:** Halten Sie sich an eine regelmäßige Hautpflegeroutine, um die besten Ergebnisse zu erzielen.

Bitte beachten Sie, dass dieses Infoblatt allgemeine Informationen enthält. Für individuelle Beratung und Anpassungen der Behandlung wenden Sie sich bitte an Ihren behandelnden Dermatologen.