

**Gesunde Haut bei Akne –  
starke Pflege für strapazierte Haut**

 PELPHARMA

## Wie steht es um Ihre Hautgesundheit?

Akne und unreine Haut sind weit verbreitete Hautprobleme, die viele Menschen betreffen – unabhängig von Alter oder Hauttyp.

Die richtige Pflege kann jedoch einen entscheidenden Unterschied machen. Wer sich mit Hautunreinheiten plagt, weiß, wie frustrierend es sein kann, bis die passende Lösung gefunden ist. Unsere Haut verdient es, mit voller Aufmerksamkeit behandelt zu werden, um ihr natürliches Gleichgewicht zu bewahren und ein gesundes, strahlendes Aussehen zu fördern.

In dieser Broschüre möchten wir Ihnen wertvolle Tipps und effektive Pflegeempfehlungen an die Hand geben, die dabei helfen, Akne und Unreinheiten zu bekämpfen und Ihre Haut optimal zu pflegen. So erhalten Sie nicht nur einen klaren Teint, sondern auch das Selbstvertrauen, das mit einer gesunden Haut einhergeht.

**Ihr Pelpharma Team**

## Inhalt

|                                            |           |
|--------------------------------------------|-----------|
| <b>Ursachen für unreine Haut .....</b>     | <b>5</b>  |
| <b>Was man tun kann .....</b>              | <b>6</b>  |
| <b>Pflegeroutine .....</b>                 | <b>9</b>  |
| <b>BIRETIX® .....</b>                      | <b>10</b> |
| <b>CisDerm® .....</b>                      | <b>15</b> |
| <b>PelCure® .....</b>                      | <b>16</b> |
| <b>CisClean EP® .....</b>                  | <b>17</b> |
| <b>Alle Produkte auf einen Blick .....</b> | <b>18</b> |





## Ursachen von Akne und unreiner Haut

- **Hormonelle Veränderungen:** Bei Hormonschwankungen, speziell in der Pubertät, aber auch im Erwachsenenalter, führt eine erhöhte Talgproduktion zu verstopften Poren und fördert das Entzündungsgeschehen.
- **Genetik:** Die familiäre Veranlagung spielt eine große Rolle, da bestimmte Gene die Talgdrüsenaktivität und die Hautreaktionen beeinflussen können.
- **Hautpflege:** Falsche oder zu aggressive Hautpflegeprodukte können die Haut reizen und Unreinheiten verschlimmern. Auch unzureichende Reinigung begünstigt verstopfte Poren.
- **Ernährung:** Eine Ernährung mit viel Zucker und fettigen Lebensmitteln kann zu Entzündungen und erhöhter Talgproduktion führen, was Akne begünstigt.
- **Stress** erhöht den Cortisolspiegel, regt die Talgdrüsen an und führt zu Hautunreinheiten.
- **Umweltfaktoren:** Luftverschmutzung und extreme Wetterbedingungen können die Poren verstopfen und Entzündungen fördern.



Akne und unreine Haut sind das Ergebnis mehrerer Faktoren, die durch gezielte Pflege und Anpassungen in der Lebensweise positiv beeinflusst werden können.

## Was man tun kann

- **Ärztliche Beratung:** Bei hartnäckiger oder starker Akne ist es ratsam, einen Dermatologen / eine Dermatologin aufzusuchen, um Behandlungsmöglichkeiten zu besprechen.
- **Medikamentöse Behandlung:** Es gibt verschiedene Medikamente zur äußeren Anwendung, aber auch zum Einnehmen, wie zum Beispiel mit dem Wirkstoff Isotretinoin, die bei starker Akne helfen.
- **Sanfte Reinigung:** Reinigen Sie Ihre Haut regelmäßig mit milden, pH-hautneutralen Produkten, um Talg, Schmutz und abgestorbene Hautzellen zu entfernen, ohne sie auszutrocknen.
- **Gezielte Pflegeprodukte:** Verwenden Sie Produkte mit Salicylsäure oder Benzoylperoxid, um Unreinheiten zu bekämpfen und die Poren zu klären.
- **Feuchtigkeitspflege:** Auch fettige Haut benötigt Feuchtigkeit. Wählen Sie leichte, nicht komedogene Feuchtigkeitscremes, die das Hautbild stabilisieren.
- **Ernährung:** Reduzieren Sie Zucker, Milchprodukte und fettige Lebensmittel. Eine Ernährung mit viel Obst, Gemüse, Vollkornprodukten und Omega-3-Fettsäuren unterstützt die Haut.
- **Stressmanagement:** Stress fördert Akne. Entspannen Sie sich regelmäßig durch Yoga, Meditation oder Sport.
- **Nicht an Pickeln drücken:** Vermeiden Sie es, Pickel auszudrücken, um Entzündungen und Narben zu verhindern.
- **Professionelle Behandlungen:** Bei hartnäckiger Akne kann auch eine kosmetische Behandlung helfen, z. B. mit Peelings.
- **Schlaf und Flüssigkeit:** Ausreichend Schlaf und Wasser helfen, die Haut zu regenerieren und zu entgiften.

## Was gute Pflegeprodukte gegen Akne und unreine Haut ausmacht

Die richtige Hautpflege spielt eine zentrale Rolle bei der Behandlung von Akne und unreiner Haut. Produkte aus dem Supermarkt oder der Drogerie, die mit „Anti-Akne“-Versprechen werben, sind oft nur im Preis, nicht aber in der Wirkung besser.

Wirklich gute Pflegeprodukte erkennen Sie an den Inhaltsstoffen:

- dermatologisch geprüfte Inhaltsstoffe (z. B. Niacinamide, Ceramide oder Panthenol)
- keine Parfüm- oder Duftstoffe (um Hautirritationen zu vermeiden)
- keine komedogenen (= porenverstopfenden) Inhaltsstoffe (z. B. Kokosöl, Olivenöl)
- keine hautschädigenden Alkohole (z. B. Isopropanol)
- pH-Wert von ca. 5,5 (ähnlich der Haut)
- keine Seifen (zu hoher pH-Wert schädigt die Hautbarriere)

Wenn Sie gezielt gegen Pickel vorgehen möchten, achten Sie auf Produkte mit medizinischen Wirkstoffen wie Benzoylperoxid oder Salicylsäure. Bei Unsicherheiten hilft Ihnen Ihre Dermatologin / Ihr Dermatologe gerne weiter.



## Tägliche Skincare-Routine

Regelmäßige Hautpflege-Routine wirkt Wunder! Es braucht zwar Zeit und die richtige Produktauswahl, aber nach einigen Wochen werden Sie positive Veränderungen sehen. Wichtig ist, die Haut morgens und abends zu pflegen, aber nicht zu überpflegen, um Irritationen zu vermeiden.

Dies sind die grundlegenden Schritte einer effizienten Hautpflege-Routine:

- 1. Reinigung:** Reinigen Sie Ihr Gesicht morgens und abends, um Öle und Verschmutzungen zu entfernen. Ein mildes Reinigungsgel, das die Haut nicht austrocknet, ist ideal. Ein Peeling ein- bis zweimal pro Woche entfernt abgestorbene Hautzellen.
- 2. Wirkstoffe:** Aktive Wirkstoffe wie Benzoylperoxid, Vitamin-A-Säure (Retinoide), Salicylsäure oder Niacinamid regulieren den Talghaushalt und helfen bei der Hauterneuerung. Lassen Sie sich von einer Dermatologin / einem Dermatologen beraten, um die richtigen Wirkstoffe für Ihre Haut zu finden.
- 3. Pflege:** Auch fettige, unreine Haut benötigt Feuchtigkeit. Wählen Sie eine Feuchtigkeitscreme mit Inhaltsstoffen wie Glycerin, Panthenol oder Vitamin E.
- 4. Sonnenschutz:** Tragen Sie am Ende der Routine einen nicht komedogenen **Sonnenschutz** auf. Wir empfehlen **Heliocare 360° Gel Oil-Free**.



☀️ SPF 50

🧴 50 ml



## BIRETIX® – bringt die Haut ins Reine

Alle BIRETIX® Produkte sind optimal aufeinander abgestimmt und wirken synergistisch. Durch pflegende Inhaltsstoffe wird die Haut beruhigt und regeneriert.

### RetinSphere® Technology – Hauterneuerung auf Zellebene

Diese innovative Technologie kombiniert zwei stabilisierte Formen von Retinoiden, die die Zellerneuerung fördern und verstopfte Poren öffnen. Das hilft dabei, abgestorbene Hautzellen sanft zu lösen, die Poren frei zu halten und das Hautbild sichtbar zu verbessern – ohne die typischen Reizungen klassischer Retinoide.

### BIOPEP-15 – natürlich gegen Akne-Bakterien

Ein biotechnologisch gewonnener Peptid-Wirkstoff mit gezielter antibakterieller Wirkung<sup>1</sup> gegen 24 Stämme des *Cutibacterium acnes* – den Hauptverursacher entzündlicher Akne<sup>2</sup>.



### Verringerung der Anzahl der Mitesser<sup>3</sup>

Vergleich Beginn und nach acht Wochen Behandlung mit BIRETIX® (2 x täglich)

<sup>1</sup> Data on file, AMA Laboratories, USA,

<sup>2</sup> Data on file, Wetherby testing Centre, UK, 2013

<sup>3</sup> Fabbrocini G. et al, Eur J Acne, 2011



REINIGUNG

## BIRETIX® Cleanser

Das Reinigungsgel für Mischhaut und fettige Haut befreit die Haut gründlich von überschüssigem Talg – ohne sie auszutrocknen oder zu reizen. Die milde Formel eignet sich ideal für die tägliche Pflege von Gesicht und Körper und sorgt für ein erfrischtes, angenehm reines Hautgefühl.

### Wirkstoffe und Technologien

**BIOPEP-15:** antimikrobiell, entzündungshemmend

**Pirocton-Olamin:** fungizid, antibakteriell

**Aloe Vera:** entzündungshemmend, antibakteriell, feuchtigkeitsspendend

**Hamamelis-Extrakt:** antioxidativ, entzündungshemmend und beruhigend

**Algen-Extrakt:** mattiert die Haut und reduziert Glanz

**Propolis-Extrakt:** antimikrobiell, entzündungshemmend und antioxidativ, beruhigt die Haut

**Ohne Parabene und frei von allergenen Duftstoffen:** minimale Reizstoffe für empfindliche Haut

**Natürlicher pH-Wert 5-6**

**Nicht komedogen:** verstopft die Poren nicht

### Anwendung

Morgens und abends anwenden. Auf die feuchte Haut (Gesicht und/oder Körper) auftragen und sanft einmassieren. 1-2 Minuten einwirken lassen und dann mit Wasser abspülen.



BEHANDLUNG

## BIRETIX® Duo Gel

Dieses klärende Gel wurde speziell zur täglichen Anwendung bei unreiner Haut entwickelt. Es reduziert bestehende Mitesser deutlich und beugt ihrer Neubildung vor. Dank seiner antimikrobiellen und entzündungshemmenden Wirkung beruhigt es die Haut, während ein sanfter Peeling-Effekt das Hautbild sichtbar verfeinert. Ohne Risiko für bakterielle Resistenzen – für eine gezielte, wirksame und hautschonende Aknepflege.

### Wirkstoffe und Technologien

#### RetinSphere® Technology – Hauterneuerung auf Zellebene

Das Hautbild wird mithilfe sanfter Zellerneuerung sichtbare verbessert.

#### BIOPEP-15 – natürlich gegen Akne-Bakterien

Ein biotechnologisch entwickelter Peptid-Wirkstoff, der gezielt gegen Cutibacterium acnes wirkt, Entzündungen hemmt und das Hautmikrobiom unterstützt.

#### 0,5 % Salicylsäure – sanftes Peeling mit Tiefenwirkung

Salicylsäure als bewährter BHA-Wirkstoff befreit die Poren von Talg und Hautzellen, beugt Unreinheiten vor, verfeinert das Hautbild und wirkt entzündungshemmend.

#### 0,1 % Vitamin E – Schutz vor oxidativem Stress

Vitamin E ist ein starkes Antioxidans, das die Haut vor freien Radikalen schützt, die Regeneration fördert und die Hautbarriere stärkt.

### Anwendung

Ein- bis zweimal täglich nach der Reinigung auf die betroffenen Hautstellen auftragen. Bei nur einer Anwendung täglich vorzugsweise abends benutzen.



BEHANDLUNG

## BIRETIX® Tri-Active Spray

Unsere innovative Spray-Behandlung sorgt für eine gezielte, schnelle Anwendung auf größeren Hautflächen wie Rücken, Brust und Schultern. Die sanfte Peeling-Aktivität entfernt abgestorbene Hautzellen, befreit die Poren und hilft, der Entstehung von Narben vorzubeugen. Einfach anzuwenden, bietet diese Behandlung eine komfortable Lösung für klare, ebene Haut.

### Wirkstoffe und Technologien

#### RetinSphere® Technology – Hauterneuerung auf Zellebene

Das Hautbild wird mithilfe sanfter Zellerneuerung sichtbare verbessert.

#### BIOPEP-15 – natürlich gegen Akne-Bakterien

Ein biotechnologisch entwickelter Peptid-Wirkstoff, der gezielt gegen Cutibacterium acnes wirkt, Entzündungen hemmt und das Hautmikrobiom unterstützt.

#### 15 % Glykolsäure – tiefenwirksames Peeling für klare Haut

Glykolsäure ist eine Alpha-Hydroxysäure (AHA), die sanft exfoliert, Poren öffnet, Unreinheiten vorbeugt und das Hautbild durch tiefenwirksame Zellerneuerung sichtbar verbessert.

#### 4 % Niacinamid – beruhigt, repariert, stärkt die Hautbarriere

Niacinamid (Vitamin B3) reduziert Rötungen und Hautirritationen, reguliert die Talgproduktion, verbessert die Hautbarriere und fördert die Heilung entzündlicher Akne.

### Anwendung

Vor der Anwendung schütteln. Ein- bis zweimal täglich auf die betroffene Hautstelle auftragen.



PFLEGE

## BIRETIX® Isorepair Creme

BIRETIX® Isorepair Creme wurde speziell zur Pflege von durch Retinoide beanspruchter Haut entwickelt, spendet intensiv Feuchtigkeit, lindert Irritationen und hinterlässt ein mattes, beruhigtes Hautgefühl – hypoallergen und ideal bei zu Akne neigender Haut.

### Wirkstoffe und Technologien

**SCA Growth Factor Technology:** Diese bahnbrechende Technologie basiert auf dem natürlichen Sekret der *Dryptomphalus Aspersa* und enthält ein einzigartiges Reparaturenzym, das die Haut bei Schädigungen unterstützt und ihre Regeneration beschleunigt.

**Hyaluronsäure:** für tiefenwirksame Feuchtigkeit, die die Haut den ganzen Tag über geschmeidig und prall hält.

**Ceramide** helfen, die Hautbarriere zu erneuern und zu stärken, um die Haut vor äußeren Belastungen zu schützen und die Feuchtigkeitsbalance zu bewahren.

**Boswellia serrata:** ein natürlicher Extrakt, der beruhigt und Hautirritationen lindert.

**Vitamin E** wirkt antioxidativ, schützt vor schädlichen Umwelteinflüssen und unterstützt die Haut bei der Regeneration.

### Anwendung

Vor Gebrauch schütteln. Bei Bedarf einmal oder mehrmals täglich auf die gereinigte Haut auftragen.



TÄGLICHE FEUCHTIGKEITSPFLEGE

## CisDerm®

CisDerm® ist eine ideale Feuchtigkeitspflege für zu Unreinheiten neigende und empfindliche Haut. Mit seiner leichten, nicht fettenden Textur zieht CisDerm® schnell ein und versorgt die Haut intensiv mit Feuchtigkeit. Es wirkt nicht nur der Entstehung von Unreinheiten entgegen, sondern verhindert auch das Austrocknen der Haut und beruhigt entzündete Stellen.

### Wirkstoffe und Technologien

**0,2 % Mikro-Silber** wirkt gezielt gegen ein breites Spektrum an Bakterien und unterstützt die Haut bei der Regeneration.

**Glycerin** spendet langanhaltende Feuchtigkeit und sorgt für ein geschmeidiges Hautgefühl.

**Panthenol (Provitamin B5)** lindert Entzündungen, unterstützt die Hautbarriere.

**Tocopherol (Vitamin E)** schützt die Haut vor freien Radikalen und wirkt antioxidativ.

**Zink:** fördert den natürlichen Heilungsprozess und wirkt zusätzlich antimikrobiell.

CisDerm® ist frei von Konservierungsstoffen, Alkohol, Polyacrylaten, Lanolin und anderen tierischen Inhaltsstoffen, Farbstoffen, Proteinen, Vaseline, Paraffin und Silikonen – für eine sanfte, wirkungsvolle Pflege ohne unnötige Zusatzstoffe.

### Anwendung

Zweimal täglich auf die zuvor gereinigte Haut auftragen. Nicht im Bereich der Augen anwenden.





#### THERAPIE

### PelCure®

PelCure® ist eine sanfte, effektive Creme gegen leichte bis mittelschwere Akne. Sie bekämpft Unreinheiten und verstopfte Poren, wirkt entzündungshemmend und beruhigend.

#### Wirkstoffe

**4 % Benzoylperoxid (BPO):** ist antibakteriell, bekämpft also Akne-verursachende Bakterien und reduziert Entzündungen. Es hilft, verstopfte Poren zu öffnen, und verbessert das Hautbild sichtbar.

**2 % Fruchtsäuren (AHA):** wirken entzündungshemmend, porenverfeinernd und stärken die Hautbarriere. Sie sorgen für eine ebenmäßige Hautstruktur, während sie gleichzeitig Feuchtigkeit spenden und die Haut geschmeidig halten.

**0,55 % Retinol:** öffnet verstopfte Poren und hilft, überschüssigen Talg zu entfernen, um die Entstehung neuer Unreinheiten zu verhindern.

**1 % Zinksulfat:** hat antibakterielle und entzündungshemmende Eigenschaften, die zusätzlich helfen, Hautirritationen zu lindern und die Heilung zu fördern.

#### Anwendung

Einmal täglich (vorzugsweise abends) nach der Reinigung auf die betroffenen Areale auftragen und sanft einmassieren. Bei empfindlicher Haut jeden zweiten Tag anwenden. Die Anwendung sollte mindestens über einen Monat erfolgen. Eine anfängliche Verschlechterung ist normal.

**Achtung:** BPO kann Haut und Textilien bleichen!  
Zu Wirkungen und möglichen unerwünschten Wirkungen dieses Medizinproduktes informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.



#### SANFTES PEELING

### CisClean EP®

CisClean EP® ist ein innovatives Enzympulver zur sanften, aber tiefenwirksamen Reinigung von Gesicht und Dekolleté. Es entfernt Unreinheiten und abgestorbene Hautzellen, ohne die Haut zu reizen, und unterstützt die natürliche Regeneration.

Die feinkörnige Textur sorgt für ein zartes Peeling-Erlebnis, das die Haut glättet, belebt und sichtbar verfeinert.

Ideal für alle Hauttypen – auch für empfindliche Haut – hinterlässt CisClean EP® ein spürbar weiches, gepflegtes und strahlendes Hautbild und ist damit die perfekte Ergänzung für die tägliche Pflegeroutine.

#### Anwendung

1. Flasche einmal auf den Kopf drehen und wieder in die aufrechte Position stellen.
2. Nun befindet sich im Kopf der CisClean EP® Flasche genau jene Menge Pulver, die Sie für die Anwendung benötigen.
3. Geben Sie diese Menge auf die vorher angefeuchtete Handfläche und verreiben Sie das Pulver. CisClean EP® bildet mit Wasser einen sehr feinen Schaum.
4. Gesicht und Dekolleté mit dem Schaum gut einreiben.
5. Ein wenig einwirken lassen.
6. Danach gründlich mit Wasser abwaschen.

Bei jeder zukünftigen Anwendung befindet sich die entsprechende Menge für eine Entnahme im Dosierkopf.

| Alle Produkte                                 |                                                                                                                       |                                                                                   |                                                                                                                                                 |                                                                                         | auf einen Blick                                                                     |                                                                                     |                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mischhaut, fettige oder zu Akne neigende Haut |                                                                                                                       |                                                                                   |                                                                                                                                                 |                                                                                         | unreine oder irritierte Haut                                                        | leichte Akne                                                                        | Reinigung für alle Hauttypen                                                                                                   |
|                                               |                                      |  |                                                                |      |  |  |                                             |
|                                               | BIRETIX® Cleanser                                                                                                     | BIRETIX® Duo Gel                                                                  | BIRETIX® Isorepair Creme                                                                                                                        | BIRETIX® Tri-Active                                                                     | CisDerm®                                                                            | PelCure®                                                                            | CisClean EP®                                                                                                                   |
| Empfohlen für                                 | tägliche Reinigung                                                                                                    | tägliche Anwendung                                                                | tägliche Pflege                                                                                                                                 | tägliche Anwendung                                                                      | tägliche Pflege                                                                     | tägliche Anwendung                                                                  | Peeling 1 x pro Woche                                                                                                          |
| Anwendung                                     | 2 x täglich                                                                                                           | 1–2 x täglich                                                                     | 2 x täglich                                                                                                                                     | 1–2 x täglich                                                                           | 2 x täglich                                                                         | 1 x täglich                                                                         | 1 x pro Woche                                                                                                                  |
|                                               | morgens und abends auf die feuchte Haut auftragen, sanft einmassieren, 1–2 Min. einwirken lassen, mit Wasser abspülen | ein- bis zweimal täglich nach der Reinigung auf die betroffenen Stellen auftragen | vor Gebrauch schütteln, einmal oder mehrmals täglich auf die gereinigte Haut auftragen                                                          | vor Gebrauch schütteln, ein- bis zweimal täglich auf die betroffenen Bereiche auftragen | zweimal täglich auf die gereinigte Haut auftragen                                   | einmal täglich (abends) nach der Reinigung auf die betroffenen Bereiche auftragen   | Pulver auf angefeuchteter Handfläche zu Schaum verreiben, Gesicht und Dekolleté mit Schaum gut einreiben, mit Wasser abwaschen |
| Produktklasse                                 | Kosmetikum                                                                                                            | Kosmetikum                                                                        | Kosmetikum                                                                                                                                      | Kosmetikum                                                                              | Kosmetikum                                                                          | Medizinprodukt                                                                      | Kosmetikum                                                                                                                     |
| PZN                                           | 5389623                                                                                                               | 4323332                                                                           | 5417118                                                                                                                                         | 5277120                                                                                 | 3300323                                                                             | 4882600                                                                             | 4260985                                                                                                                        |
| Menge/Einheit                                 | 200 ml                                                                                                                | 30 ml                                                                             | 50 ml                                                                                                                                           | 100 ml                                                                                  | 50 ml                                                                               | 30 ml                                                                               | 40 g                                                                                                                           |
| Zusatzinformationen                           | Kontakt mit Augen und Schleimhäuten vermeiden                                                                         | Augenkontakt vermeiden                                                            | Leichtes Brennen während der ersten Anwendung ist normal. Augenkontakt vermeiden. Die Verwendung von Sonnenschutz mit hohem LSF wird empfohlen. |                                                                                         | nicht im Bereich der Augen auftragen                                                | Anfängliche Verschlechterung ist normal. BPO kann Haut und Textilien bleichen.      |                                                                                                                                |