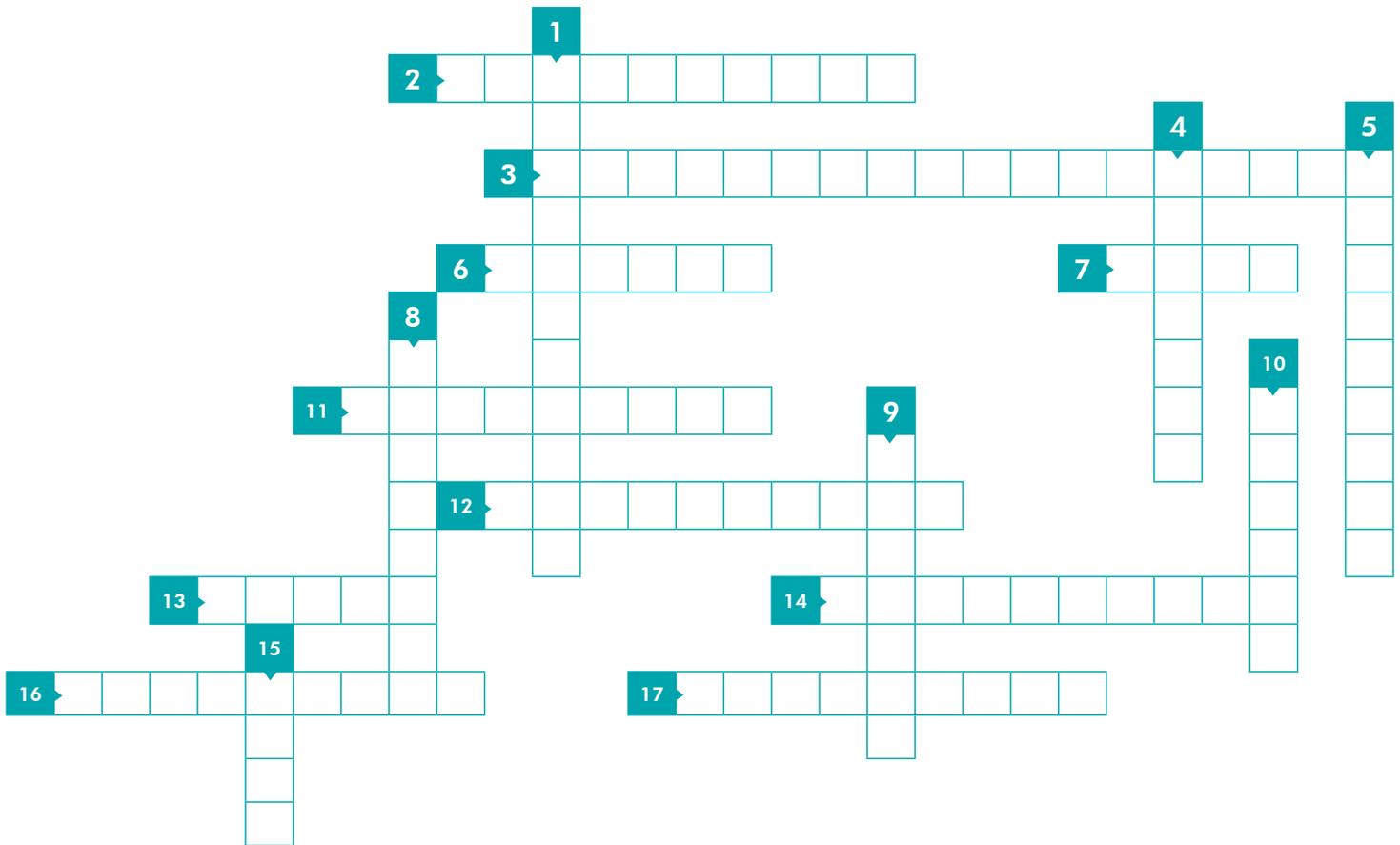


## Alles klar?

Fit in Sachen Pickel? Dann wirst du das Rätsel einfach lösen können!



1. Dieses Hormon kurbelt die Produktion von Hautfett an.
2. Tief in der Unterhaut vergraben schützt es uns und unsere Organe vor Kälte und auch vor Stößen.
3. Ihn zerstörst du, wenn du nicht zu pH-neutralen Reinigungsmitteln greifst.
4. In seiner typischen Form darfst du das weder kaufen, noch konsumieren. Dafür bist du noch zu jung. Reinigungsmittel mit diesem Inhaltsstoff darfst du zwar kaufen, bei Akne anfälliger Haut sind sie aber Tabu.
5. Hier sitzen nicht nur die Talgdrüsen, sondern auch die Tastkörperchen und die Kälte- und Wärmepunkte.
6. So wird der Mitesser auch genannt.
7. Von ihr spricht man, wenn man mehrere bzw. stark entzündete Pickel hat.
8. Ohne dieses würden wir nicht nur austrocknen, unsere Haut wäre auch Krankheitserregern hilflos ausgeliefert.
9. Dieser Hautfarbstoff ist der Grund für den schwarzen Punkt auf offenen Mitessern.
10. Die gesuchte Bezeichnung dieser unerfreulichen Hauterscheinung ist wohl darauf zurückzuführen, dass ein keilartiger Pfropfen im Ausführungsgang steckt, der an dieses Gerät erinnert.
11. Sie ernähren sich vom Hautfett und sind für Pickel verantwortlich.
12. Sie bilden gemeinsam mit Hautfett lästige Pfropfen, die die Poren verstopfen.
13. Dieses Andenken bleibt dir, wenn du selbst zu drücken beginnst.
14. Dort wird das Hautfett produziert.
15. Er kann die Entstehung von Mitessern und Pickeln auf der Stirn fördern.
16. Bei regelmäßiger Anwendung hilft sie gegen Karies und Parodontose, auf Pickeln hat sie aber nichts verloren.
17. Das hält dich vielleicht fit und schützt dich vor Verkühlungen – gegen Pickel hilft es allerdings nicht.



## Quiz

### Frage 1

Wie viele Prozent aller Jugendlichen haben Pickel?

- a) 30 %
- b) 60 %
- c) 90 %**

### Frage 2

Unsere Haut hat eine Fläche von

- a) bis zu 1 m<sup>2</sup>.
- b) bis zu 2 m<sup>2</sup>.**
- c) bis zu 5 m<sup>2</sup>.

### Frage 3

Hautfett wird auch bezeichnet als

- a) Tand.
- b) Tang.
- c) Talg.**

### Frage 4

In dieser Hautschicht sitzen die Talgdrüsen.

- a) In der Oberschicht.
- b) In der Lederhaut.**
- c) In der Unterhaut.

### Frage 5

Was befindet sich nicht in der Lederhaut?

- a) Das Fettgewebe.**
- b) Die Tastkörperchen.
- c) Die Schweißdrüsen.

### Frage 6

Wodurch werden Mitesser zu einem Pickel?

- a) Durch Hautfett.
- b) Durch Hornzellen.
- c) Durch Bakterien.**

### Frage 7

Einen Mitesser nennt man auch

- a) Toledo.
- b) Komedo.**
- c) Konvent.

### Frage 8

Welche Aussage stimmt nicht?

- a) 90 % aller Jugendlichen haben Pickel.
- b) Auch Erwachsene können Pickel haben.
- c) Menschen über 70 haben keine Pickel mehr.**

### Frage 9

Wer ist gemeinsam mit dem Sauerstoff für den dunklen Punkt auf geschlossenen Mitessern verantwortlich?

- a) Das Melanin.**
- b) Das Melanom.
- c) Die Melanzani.

### Frage 10

Welche Aussage stimmt nicht?  
Der natürliche Säureschutzmantel der Haut

- a) weist Wasser ab.
- b) schützt vor Keimen.
- c) lässt uns Kälte und Wärme spüren.**



## Frage 11

Wie oft solltest du deine Haut reinigen?

- a) 1-mal täglich.
- b) 2-mal täglich.**
- c) 3- bis 4-mal täglich.

## Frage 12

Bakterien ernähren sich vom Hautfett. Was entsteht dabei?

- a) Freie Fettsäuren**
- b) Gebundene Harnsäure
- c) Radikale Blausäure

## Frage 13

Woran erkennst du einen geschlossenen Mitesser?

- a) An der Eiterpustel, die gelb leuchtet.
- b) Am schwarzen Punkt, der aus der Haut ragt.
- c) Am Hauttalg, der durch die obere Hautschicht schimmert.**

## Frage 14

Welches dieser Hausmittel schadet deiner Haut bei äußerer Anwendung nicht?

- a) Kamillentee**
- b) Knoblauch
- c) Zahnpasta

## Frage 15

Womit solltest du pickelige Haut versorgen?

- a) Mit Fett.
- b) Mit Feuchtigkeit.**
- c) Mit Öl.

## Frage 16

Wo wird das Hautfett produziert?

- a) In der Haarwurzel.
- b) In der Hautpore.
- c) In der Talgdrüse.**

## Frage 17

Was hilft gegen Pickel?

- a) Sorgfältige Pflege.**
- b) Starkes Schwitzen.
- c) Verstärkte Vitaminzufuhr.

## Frage 18

Was ist bei Akne anfälliger Haut erlaubt?

- a) Haare im Gesicht
- b) Hände im Gesicht
- c) Make-up im Gesicht**