

A1

Wie entstehen Hautunreinheiten? Füge die Satzteile richtig zusammen, um Informationen zu erhalten.

- | | | | |
|----|---|-------|--|
| 1 | Während sich dein Körper in der Pubertät befindet, herrscht ein | _____ | deine Haare und deine oberste Hautschicht (Hornschicht) geschmeidig bleiben. |
| 2 | Sowohl bei Mädchen als auch bei Buben steigt die Produktion der männlichen | _____ | Talgdrüsen verengen. Durch diese sollte der Talg aber ausgeschieden werden. |
| 3 | Die Androgene regen die Talgdrüsen in deiner Haut dazu an, vermehrt | _____ | das sind abgeschlossene Talgpfropfen, die aber nicht entzündlich sind. |
| 4 | Grundsätzlich ist Talg wichtig. Er sorgt dafür, dass | _____ | so entstehen Pickel. |
| 5 | Außerdem schützt der Talg vor | _____ | Durcheinander bei deinen Hormonen. |
| 6 | Zu viel Talg ist für die Haut | _____ | Krankheitserregern und Chemikalien. |
| 7 | Ist deine Haut nämlich sehr fettig, so verhornt sie an der | _____ | Ende der Pubertät, können aber auch bis zum 25. Lebensjahr andauern. |
| 8 | Das hat zur Folge, dass sich die Ausführungskanäle der | _____ | muss durch viel engere Kanäle an die Oberfläche der Haut gelangen. |
| 9 | Es wird zu viel Talg produziert und dieser | _____ | in den Kanälen der Talgdrüsen. |
| 10 | Das funktioniert nicht reibungslos. Es kommt zu Engpässen und Verstopfungen | _____ | könne sich zu Pickeln entwickeln, die mit Eiter gefüllt sind. |
| 11 | In Folge bilden sich Mitesser, | _____ | Geschlechtshormone (Androgene). |
| 12 | Kommen nun noch Bakterien zu den Talgpfropfen, | _____ | Oberfläche stärker als trockene oder normale Haut. |
| 13 | Dabei bilden sich Fettsäuren, welche die Haut reizen | _____ | Jugendliche an Hautunreinheiten, Mitessern und Pickeln. |
| 14 | Zunächst entstehen rote Knötchen. Sie | _____ | Talg (Hautfett) herzustellen. |
| 15 | Während der Pubertät leiden viele | _____ | und schließlich zu Entzündungen führen. |
| 16 | Diese verschwinden meist mit dem | _____ | allerdings nicht gut. |

A2

Lege eine Tabelle (Verbesserung/Verschlechterung des Hautbilds) an. Ordne die Begriffe aus dem Kasten richtig zu.

schonende Pflege ■ milde, hautfreundliche Reinigungsmittel ■ nicht zu häufiges Waschen
 Waschprodukte mit einem pH-Wert zwischen 5,5 und 6,5 verwenden ■ Pickel ausdrücken
 viel Kälte, Wärme, Sonnenlicht ■ ausreichend trinken ■ Ernährung mit viel Schokolade und Chips
 fett- und ölfreie Produkte verwenden ■ nach dem Rasieren gründlich reinigen