

# Weißer Punkte (geschlossene Komedonen) - Reinigung der Poren von überschüssigem Talg

Expert Kosmetikstudio Berlin | Datum: 17.02.2025

---

Weißer Punkte, auch als geschlossene Komedonen bekannt, sind eine häufige Form von Hautunreinheiten, die sowohl Jugendliche als auch Erwachsene betreffen können. Im Gegensatz zu Mitessern bleiben geschlossene Komedonen unter der Hautoberfläche und erscheinen als kleine, weiße oder hautfarbene Erhebungen. In unserem [Kosmetikstudio in Berlin](#) bieten wir eine effektive Manuelle [Gesichtsausreinigung](#) an, um diese hartnäckigen Verstopfungen schonend zu entfernen und das Hautbild zu verbessern.

## Ursachen für weiße Punkte (geschlossene Komedonen)

Geschlossene Komedonen entstehen, wenn überschüssiger Talg und abgestorbene Hautzellen die Poren verstopfen, aber im Gegensatz zu Mitessern nicht an die Luft gelangen. Dadurch bleiben sie unter der Hautoberfläche eingeschlossen und oxidieren nicht, weshalb sie weiß oder hautfarben bleiben. Es gibt verschiedene Faktoren, die zur Entstehung dieser Hautunreinheiten beitragen:

- **Überproduktion von Talg:** Hormonelle Veränderungen, insbesondere in der Pubertät, während der Schwangerschaft oder in den Wechseljahren, können die Talgproduktion steigern.
- **Verhorngungsstörungen:** Wenn abgestorbene Hautzellen nicht effektiv abgestoßen werden, sammeln sie sich in den Poren an und vermischen sich mit Talg.

- **Hormonelle Schwankungen:** Ein Ungleichgewicht von Hormonen, wie zum Beispiel bei Stress oder durch hormonelle Verhütungsmittel, kann die Talgproduktion anregen.
- **Falsche Hautpflege:** Übermäßig reichhaltige oder komedogene Produkte können die Poren verstopfen.
- **Ungesunde Ernährung:** Zucker- und fettreiche Lebensmittel sowie Milchprodukte können Entzündungen fördern und die Talgproduktion anregen.
- **Medikamente:** Bestimmte Medikamente, insbesondere Steroide oder Hormonpräparate, können die Hautstruktur beeinflussen.
- **Genetische Veranlagung:** In manchen Fällen spielt die genetische Veranlagung eine Rolle bei der Entstehung von geschlossenen Komedonen.
- **Umweltfaktoren:** Hohe Luftfeuchtigkeit und Luftverschmutzung können die Poren zusätzlich belasten.

## **Tipps zur Verbesserung des Hautzustands bei geschlossenen Komedonen**

- **Regelmäßige Gesichtsreinigung:** Verwenden Sie milde Reinigungsprodukte, die überschüssigen Talg entfernen, ohne die Haut zu reizen.
- **Peelings mit Salicylsäure oder Fruchtsäuren (AHA, BHA):** Diese helfen, abgestorbene Hautzellen zu lösen und das Verstopfen der Poren zu verhindern.
- **Nicht-komedogene Pflegeprodukte:** Achten Sie darauf, dass Cremes und Make-up-Produkte als nicht-komedogen gekennzeichnet sind.
- **Leichte Feuchtigkeitscremes:** Auch fettige und unreine Haut braucht Feuchtigkeit, um die Hautbarriere zu stärken.
- **Ausreichende Flüssigkeitszufuhr:** Trinken Sie ausreichend Wasser, um die Haut von innen zu hydrieren.
- **Gesunde Ernährung:** Reduzieren Sie den Konsum von Zucker, Milchprodukten und stark verarbeiteten Lebensmitteln. Setzen Sie auf eine ausgewogene

Ernährung mit viel Obst, Gemüse und gesunden Fetten.

- **Stressbewältigung:** Techniken wie Meditation, Yoga oder Spaziergänge helfen, das hormonelle Gleichgewicht zu regulieren.
- **Hände weg vom Gesicht:** Vermeiden Sie es, geschlossene Komedonen selbst auszudrücken, da dies zu Entzündungen und Narben führen kann.
- **Regelmäßige professionelle Gesichtsreinigung:** Eine gezielte und hygienische Entfernung der geschlossenen Komedonen hilft, das Hautbild nachhaltig zu verbessern.

## **Hausmittel gegen weiße Punkte (geschlossene Komedonen)**

- **Dampfbäder:** Ein Dampfbad öffnet die Poren und erleichtert die anschließende Reinigung. Kamillen- oder Teebaumölzusätze wirken entzündungshemmend.
- **Teebaumöl:** Wirkt antibakteriell und kann punktuell auf die betroffenen Stellen aufgetragen werden.
- **Honig:** Dank seiner antibakteriellen Eigenschaften beruhigt Honig die Haut und spendet Feuchtigkeit.
- **Aloe Vera:** Wirkt entzündungshemmend und fördert die Heilung von Hautunreinheiten.
- **Heilerde-Masken:** Absorbieren überschüssigen Talg und reinigen die Poren tiefgehend.
- **Apfelessig:** Ein natürliches Tonikum, das den pH-Wert der Haut ausgleicht und antibakteriell wirkt.
- **Grüner Tee:** Reich an Antioxidantien und entzündungshemmenden Eigenschaften, kann als Gesichtswasser verwendet werden.
- **Sanftes Peeling mit Haferflocken:** Entfernt abgestorbene Hautzellen und beruhigt gereizte Haut.

## **Effektive Behandlung: Manuelle Gesichtsausreinigung**

Eine besonders wirkungsvolle Methode zur Entfernung von geschlossenen Komedonen und zur Tiefenreinigung der Poren ist die Manuelle [Gesichtsausreinigung](#), die wir in unserem [Kosmetikstudio in Berlin](#) anbieten. Dabei werden die verstopften Poren sanft und hygienisch geöffnet und gereinigt, um das Hautbild zu klären und Entzündungen zu vermeiden.

## **Vorteile der Manuellen Gesichtsausreinigung bei geschlossenen Komedonen**

- **Gründliche Porenreinigung:** Talg und abgestorbene Hautzellen werden professionell entfernt.
- **Entzündungsprävention:** Durch die hygienische Entfernung wird das Risiko von Entzündungen und Pickeln minimiert.
- **Verbesserung der Hautstruktur:** Das Hautbild wird feiner und ebenmäßiger.
- **Vorbereitung auf Pflegeprodukte:** Nach der Reinigung können Wirkstoffe aus Pflegeprodukten besser aufgenommen werden.
- **Sanfte und schonende Methode:** Hautreizungen durch unsachgemäßes Ausdrücken werden vermieden.

## **Warum Manuelle Gesichtsausreinigung in unserem Kosmetikstudio in Berlin?**

In unserem [Kosmetikstudio in Berlin](#) bieten wir eine professionelle Manuelle [Gesichtsausreinigung](#) an, die individuell auf Ihren Hauttyp abgestimmt wird. Unsere erfahrenen Kosmetikerinnen verwenden hochwertige Pflegeprodukte, um die Haut nach der Reinigung zu beruhigen und zu pflegen.

Dank unserer langjährigen Erfahrung und modernster Technik garantieren wir Ihnen eine effektive und gleichzeitig schonende Behandlung.

## **Fazit**

Weiße Punkte (geschlossene Komedonen) entstehen durch verstopfte Poren, die unter der Hautoberfläche eingeschlossen bleiben. Eine regelmäßige und gründliche Reinigung sowie gezielte Pflegeprodukte helfen, das Hautbild zu verbessern und das Auftreten neuer geschlossener Komedonen zu verhindern.

Besonders effektiv ist die Manuelle [Gesichtsausreinigung](#), die verstopfte Poren hygienisch und gründlich reinigt. In unserem [Kosmetikstudio in Berlin](#) bieten wir Ihnen eine individuell abgestimmte Behandlung an, um Ihre Haut zum Strahlen zu bringen.

Vereinbaren Sie noch heute einen Termin und erleben Sie eine reine und gesunde Haut! Wir freuen uns darauf, Ihnen zu einem klaren und ebenmäßigen Hautbild zu verhelfen.

---

## **Expert Kosmetikstudio Berlin**

Diese Information stammt von unserer Webseite. Den vollständigen Artikel finden Sie unter:

<https://kosmetikstudioexpert.de/weisse-punkte-geschlossene-komedonen-reinigung-der-poren-von-ueberschuessigem-talg/>

© 2026 Expert Kosmetikstudio Berlin | [kosmetikstudioexpert.de](http://kosmetikstudioexpert.de)