

LIPPENBESCHWERDEN

Lippen verraten es, wenn Sie gestresst sind: Ihnen setzt trockene und kalte Winterluft zu, und sie zeigen manche Krankheiten an.

● **Grundsätzliches über den Aufbau der Lippen:**

Die Haut an den Lippen ist sehr dünn, sodass die Blutgefäße durchscheinen und ihnen die rosarote Farbe geben. Die Lippenhaut enthält weder Talg- noch Schweißdrüsen, die sie mit Fett und Feuchtigkeit versorgen, deshalb trocknet sie rasch aus und wird rissig.

Vor allem im Winter können die Lippen durch mangelnde Feuchtigkeit (trockene Luft in beheizten Räumen) und Kälte besonders leicht trocken werden und springen. Unwillkürlich befeuchtet man die Lippen mit der Zunge, wodurch diese ganz austrocknen und die Mundwinkel einreißen können. Auch das UV-Licht der Sonnenstrahlen, vor allem in den Bergen oder am Meer, ist nicht zu unterschätzen, denn dadurch ist die Lippenhaut nicht mehr in der Lage, sich durch Pigment- oder Hornhautbildung selbst zu schützen.

● **Symptome für Krankheiten:**

- Bei Personen mit Neurodermitis sind die Lippen im Winter besonders trocken und können dadurch auch stark jucken.
- Eingerissene Mundwinkel können auch durch schlecht sitzende Prothesen oder Zahnspangen, die den Speichelfluss zusätzlich anregen, hervorgerufen werden. Der Speichel lässt die Haut der Mundwinkel aufquellen, sodass sich sehr leicht Entzündungen ausbreiten können.
- Magenübersäuerung verschärft das Problem.
- Bei älteren Menschen sind die Hautfalten um den Mund häufig feucht, weshalb es zu Streptokokken- und Staphylokokkenbesiedelung (Grindflechte) kommen kann. Sie zeigt sich in verkrusteten, gelbbraunlichen Bläschen und kann bei Nichtbehandlung das ganze Gesicht befallen.
- Weiße Beläge in den Mundwinkeln weisen auf eine Infektion mit dem Pilz *Candida albicans* hin, der zur normalen Mundhöhlenflora gehört, aber Entzündungen auslösen kann. Das kommt häufig bei Kindern vor.
- Äußerst selten ist Eisenmangel die Ursache für eingerissene Mundwinkel. In diesem Fall besteht auch besondere Müdigkeit.
- Lippenherpes oder auch Herpes simplex ist eine Viruserkrankung, bei der die Erstinfektion meist bereits im Kleinkindalter durch Schmier- und Tröpfcheninfektion erfolgt. Herpesviren können in verschiedenen Formen vorkommen. Nach erstmaliger Infektion kann Herpes simplex in regelmäßigen Abständen immer wieder auftreten, oft auch am gleichen Ort.
Symptome: Juckreiz und Spannungsgefühl, dann gruppierte Bläschen auf gerötetem Grund, die zu Krusten eintrocknen und nach 8-10 Tagen narbenlos abheilen. Häufig sind regionale Lymphknoten gering geschwollen und schmerzhaft. Eine sofortige Erkennung und Behandlung im Frühstadium kann die Viren leichter bekämpfen und die Symptome klingen schneller ab.

● **Selbsthilfe:**

Im Winter brauchen die Lippen besonderen Schutz. Es ist fatal, dass manche im Handel befindlichen Fettstifte eher das Gegenteil bewirken. Sie enthalten Bestandteile, die der Haut noch mehr Feuchtigkeit entziehen. In der Folge verwendet man diese Produkte immer häufiger und wird regelrecht danach "süchtig".

Bei sehr faltigem Mund ist es wichtig, die Mundwinkel trocken zu halten. Bei eingerissenen Mundwinkeln helfen Salben, die Zinkoxid enthalten (wie man sie für Babypopos benutzt) bzw. Wund- und Heilsalben mit Dexpanthenol. Sie sind in der Apotheke erhältlich und sollten mehrmals täglich aufgetragen werden.

Normale farbige Lippenstifte bieten durch ihre Farbpigmente zwar einen UV-Schutzfaktor zwischen 2 und 4, zum Schutz vor intensiver UV-Belastung reicht das jedoch nicht aus. Es empfiehlt sich daher, in sonnigen Höhen oder am Meer Schutzstifte mit definiertem Sonnenschutzfaktor zu verwenden.

● **Behandlung:**

- Sind Zahnersatz oder Prothesen als Verursacher der Beschwerden identifiziert, lässt sich der Weg zum Zahnarzt nicht vermeiden. Er muss deren Sitz kontrollieren und verbessern.
- Besteht eine Magenübersäuerung, sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen.
- Beläge in den Mundwinkeln sollten vom Hautarzt behandelt werden.
- Stellt der Arzt bei einer Blutuntersuchung fest, dass Sie an Eisenmangel leiden, wird er Ihnen Eisenpräparate verschreiben.
- Bei Verdacht auf Herpes simplex suchen Sie Ihren Arzt auf und lassen sich geeignete Produkte verschreiben.