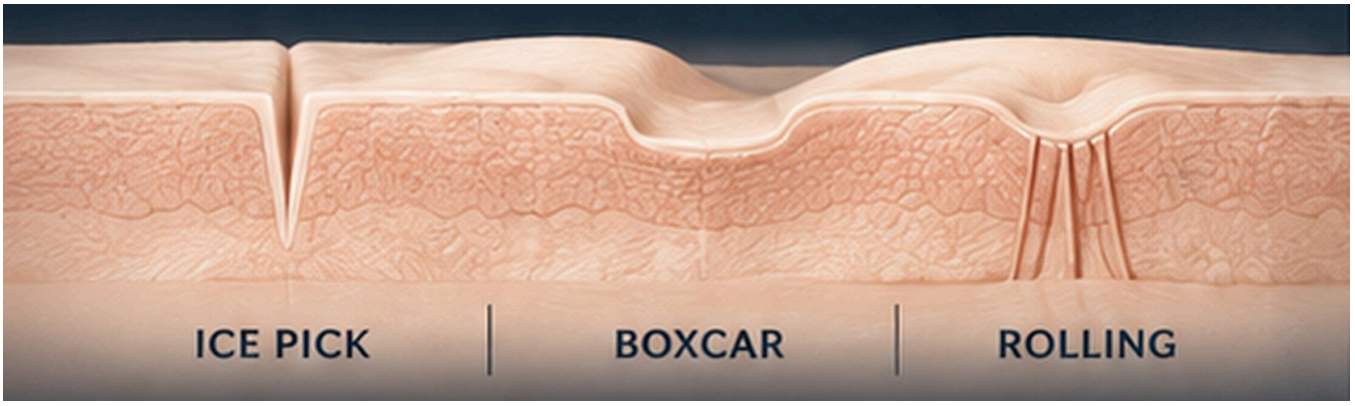
PATIENTENINFORMATION · DERMATOLOGIE & LASER

AKNE**NARBEN**

Narbentypen erkennen, die passende Behandlung wählen – und warum die Kombination mehrerer Verfahren meist am meisten bewirkt

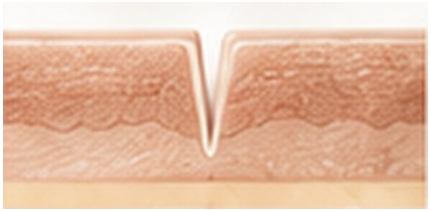
01 WIE AKNENARBEN ENTSTEHEN

Bei einer entzündlichen Akne reicht die Entzündung oft bis in die Lederhaut (Dermis). Der Körper repariert den Schaden – dabei wird Kollagen aber ungleichmäßig ab- und aufgebaut. Geht mehr Gewebe verloren, als neu gebildet wird, sinkt die Haut ein: Es entstehen **atrophe Narben**, die mit Abstand häufigste Form. Seltener bildet der Körper zu viel Kollagen – dann entstehen erhabene, **hypertrophe Narben**.



Wichtig: Narben behandeln wir am besten, wenn die **Akne zur Ruhe gekommen** ist. Frische Entzündungen behandeln wir deshalb zuerst – sonst entstehen neue Narben, während wir die alten glätten.

02 WELCHER NARBENTYP LIEGT VOR?



ca. 60–70 %

Ice Pick: schmal (unter 2 mm), tief, spitz zulaufend – reicht bis in die tiefe Lederhaut.



ca. 20–30 %

Boxcar: breiter (ca. 1,5–4 mm), flacher Grund, scharfe, steile Ränder.



ca. 15–25 %

Rolling: weiche, wellige Mulden (ca. 4–5 mm), von Bindegewebssträngen in die Tiefe gezogen.

Die Prozentangaben sind Richtwerte für den Anteil an eingesunkenen (atrophen) Aknenarben; meist liegen mehrere Typen gleichzeitig vor.

ERHABENE NARBEN

- **Hypertrophe Narben:** fest, erhaben, durch überschießende Kollagenbildung.
- Typisch an Kinn, Kieferwinkel, Brust und Rücken.

VERFÄRBUNGEN – OFT KEINE ECHTEN NARBEN

- **Rote Male (PIE):** erweiterte Äderchen nach der Entzündung.
- **Braune Male (PIH):** Pigment nach der Entzündung, häufiger bei dunklerer Haut.
- Beides spricht gut auf Licht- und Lasertherapie an.

03 BEHANDLUNGSVERFAHREN IM ÜBERBLICK

VERFAHREN	SO WIRKT ES	BESONDERS GEEIGNET FÜR
TCA CROSS punktuelle Säurebehandlung	Hochkonzentrierte Trichloressigsäure wird gezielt in den Narbengrund gesetzt und regt dort den Kollagenumbau an; über mehrere Sitzungen hebt sich der Grund an.	Ice-Pick-Narben (Verfahren der Wahl)
Subzision	Eine feine Kanüle löst unter der Narbe die Bindegewebsstränge, die die Haut nach unten ziehen. Die Narbe hebt sich, die kleine Verletzung regt neues Kollagen an.	Rolling-Narben (Verfahren der Wahl)
Punch-Technik Exzision / Elevation	Einzelne tiefe Narben werden mit einer kleinen Stanze entfernt und genäht – oder der Narbengrund wird auf Hautniveau angehoben.	einzelne tiefe Ice-Pick- und Boxcar-Narben

Microneedling SkinPen®	Feinste Nadeln setzen Mikroverletzungen in der Dermis, Durchblutung und Wachstumsfaktoren steigen, Kollagen wird neu gebildet. Geringes Risiko für Pigmentverschiebungen.	flache Narben, Hautstruktur – auch bei dunklerer Haut
Radiofrequenz-Microneedling Potenza™	Microneedling plus Radiofrequenz-Wärme direkt in der Tiefe der Dermis.	Boxcar- und Rolling-Narben, Poren
Nicht-ablativer Laser ResurFX™	Fraktionierte Wärmesäulen in der Dermis, die Hautoberfläche bleibt intakt – kurze Ausfallzeit.	feinere Narben, Hautstruktur
Ablativer CO_2-Laser AcuPulse™	Trägt feinste Hautsäulen ab; das Wasser im Narbengewebe verdampft, danach baut sich das Kollagen kräftig um. Intensiv, ca. 1 Woche Ausfallzeit.	ausgeprägte Boxcar- und gemischte Narben
Pikosekunden-Laser PicoPlus™	Ultrakurze Impulse stimulieren die Hauterneuerung und verbessern Struktur und Verfärbungen.	flache Narben, braune Male
Medizinische Peelings	Kontrollierte Abtragung von Ober- und Teilen der Lederhaut, die Haut erneuert sich.	oberflächliche Narben, Hautbild

04 AUFFÜLLEN UND AUFBAUEN

MATERIAL	WIRKT ETWA	EINSATZ
Hyaluronsäure	6–12 Monate	leichte Rolling-Narben; meist mehrere Sitzungen
Calciumhydroxylapatit (Radiesse®)	12–18 Monate	oberflächliche Rolling-Narben, regt Kollagen an
Poly-L-Milchsäure (Sculptra®)	bis zu 24 Monate	mittlere bis ausgeprägte Rolling-Narben, Kollagenaufbau
Eigenblut / PRP	Wachstumsfaktoren	unterstützt Microneedling und Laser, fördert Kollagen und Heilung
Eigenfett-Transfer	dauerhaft möglich	ausgeprägte, großflächige eingesunkene Narben – nach vorheriger Subzision, durch einen Plastischen Chirurgen



Füllmaterialien wirken am besten in Kombination mit einer Subzision: Erst werden die Stränge gelöst, dann wird das Volumen aufgefüllt.

05 WELCHE METHODE FÜR WELCHE NARBE?

NARBENTYP	ERSTE WAHL	SINNVOLLE ERGÄNZUNG
Ice Pick	TCA CROSS, Punch-Exzision	fraktionierter Laser, Microneedling
Boxcar	CO_2-Laser, Potenza™, Punch-Elevation	PRP, Peeling
Rolling	Subzision	Filler bzw. Kollagenaufbau, Potenza™
Ausgeprägte atrophe Narben	Subzision, danach Eigenfett	CO_2-Laser zur Oberflächenglättung
Rote / braune Male	Gefäßlaser bzw. PicoPlus™, IPL	konsequenter Sonnenschutz

KOMBINATION IST DER SCHLÜSSEL

Fast immer liegen mehrere Narbentypen nebeneinander vor. Deshalb kombinieren wir in einem Behandlungsplan meist **zwei bis drei Verfahren** – abgestimmt auf Befund, Hauttyp und die Ausfallzeit, die für Sie passt.

06 ABLAUF UND REALISTISCHE ERWARTUNGEN

SCHRITT	WAS PASSIERT
1 · Beratung	Untersuchung, Bestimmung der Narbentypen, Fotodokumentation, Behandlungsplan und Kostenvoranschlag
2 · Akne beruhigen	aktive Entzündungen werden zuerst behandelt
3 · Narben behandeln	meist 3–5 Sitzungen im Abstand von 4–6 Wochen, je nach Verfahren
4 · Kontrolle	Fotovergleich und bei Bedarf Anpassung des Plans

Kollagen baut sich langsam auf – das Endergebnis zeigt sich meist **3 bis 6 Monate** nach der letzten Sitzung. Narben lassen sich deutlich verbessern, aber nicht vollständig ungeschehen machen.

BITTE VORAB MITTEILEN

- Einnahme von Isotretinoin (auch in den letzten Monaten)
- Neigung zu Lippenherpes oder zu wulstigen Narben (Keloiden)
- Blutverdünnende Medikamente, Schwangerschaft

RUND UM DIE BEHANDLUNG

- 4 Wochen vorher und nachher keine Bräune und kein Solarium
- Täglich Sonnenschutz LSF 50 – beugt braunen Flecken vor
- Retinoide und Säuren nach Absprache pausieren

PERSÖNLICHE BERATUNG

TERMIN **VEREINBAREN**

Scannen Sie den Code, um direkt online bei Doctolib zu buchen – oder rufen Sie uns an unter **0251 917999-0**. Mehr Informationen und Abbildungen finden Sie auf unserer Website.

TERMIN BUCHEN

INFOS & FAQ

Diese Information dient Ihrer Vorbereitung und ersetzt nicht das persönliche ärztliche Aufklärungs- und Beratungsgespräch. Ein bestimmtes Behandlungsergebnis kann nicht garantiert werden. Wir sind eine Privatpraxis; die Abrechnung medizinischer Leistungen erfolgt nach der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ). Stand: 11/2026

© 2026 Praxisklinik am Germania Campus. Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung nur mit Genehmigung.