

## Pressemitteilung

---

Münster, 6. Juli 2009

### **Knibbeln, Drücken, Kratzen**

#### **Skin Picking ist weit verbreitet. Infektionen und Narben sind die Folge. Mit großem Aufwand werden die Hautschäden kaschiert**

Jeder kennt es und jeder tut es hin und wieder: Krusten abknibbeln, Pickel ausdrücken, Haare auszupfen oder Häutchen abknabbern. Möglicherweise handelt es sich dabei um eine Art instinktives Selbstpflegeverhalten, das in Stresssituationen aber auch dem Spannungsabbau dienen kann. Schätzungsweise zwei bis vier Prozent der Bevölkerung malträtieren ihre Haut regelmäßig in krankhafter Weise bis Infektionen und Narben entstehen. Einer aktuellen Studie zufolge beträgt ihr Anteil sogar 5,4 Prozent.

Bevorzugt betroffen sind das Gesicht und die Nagelhaut. Dekolleté, Nacken, Rücken sowie Arme und Beine können ebenfalls Zielbereiche des zwanghaften Knibbelns, Drückens und Kratzens sein. Skin Picking, auch als Dermatillomanie bezeichnet, gilt (noch) nicht als eigenständige Erkrankung. „Abhängig von der individuellen Symptomatik lassen sich Bezüge zu einer Impulskontrollstörung oder Zwangsstörung herstellen, ähnlich wie bei der Trichotillomanie, dem zwanghaften Ausreißen von Haaren“, erklärt Birgit Mauler, Leitende Psychologin der Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster.

Manche folgen einem spontanen Impuls, andere knibbeln bewusst, aus einem inneren Zwang heraus. Es ist durchaus möglich, dass sich beide Formen des Skin Pickings parallel zueinander ausbilden und situationsabhängig auftreten. Dennoch können ihnen verschiedene Problematiken zugrunde liegen.

Am stärksten korreliert die Dermatillomanie mit Zwangsstörungen. Oft berichten die Betroffenen auch von depressiven Episoden und Ängsten, wobei die Frage nach Ursache und Wirkung bisher ungeklärt ist. In anderen Fällen geht das Skin Picking mit einer Dys-

#### **Kontakt:**

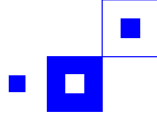
Christoph-Dornier-Klinik GmbH  
Dr. phil. Birgit Mauler  
Leitende Psychologin  
Tibusstraße 7-11  
48143 Münster

Fon: 0251/ 48 10-102  
Fax: 0251/ 48 10-105  
E-Mail: Mauler@c-d-k.de  
Internet: www.c-d-k.de

#### **Pressekontakt:**

Katja Schepers  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
für Medizin & Gesundheit  
Zülpicher Straße 239  
50937 Köln

Fon: 0221/ 261 57 68  
Fax: 0221/ 261 57 69  
Mobil: 0163/361 70 55  
E-Mail: info@schepers-pr.de



## CHRISTOPH-DORNIER-KLINIK FÜR PSYCHOTHERAPIE

### Pressemitteilung

---

morphophobie einher – der Angst, hässlich oder verunstaltet zu sein.

Frauen sind häufiger betroffen als Männer. Keine Rolle spielt dagegen das Alter. Wie ein Seismograph tasten die Betroffenen ihre Haut nach Erhebungen ab. Jede noch so kleine Hautunreinheit wird vor dem Spiegel ausgiebig inspiziert und bearbeitet, mit Fingernägeln, Pinzetten, Scheren, Nadeln, manchmal sogar mit Rasierklingen. Alles, was ein tadelloses Aussehen stören könnte und sich "nicht richtig" anfühlt, wird eingeebnet. Es wird geknibbelt und „gegraben“ bis aus kleinen Hautunreinheiten große Wunden geworden sind, die sich nur mit viel Mühe und Kosmetik kaschieren lassen. Diese echten Wunden lösen dann teufelskreisartig wieder ein starkes Knibbel- und Drückbedürfnis aus.

Skin Picker verbringen täglich bis zu drei Stunden vor dem Spiegel, in schweren Fällen sogar bis zu acht. „Die Knibbel-Anfälle können verschiedene Auslöser haben. Typische emotionale Trigger sind neben Ängsten allgemeiner Stress, soziale Ablehnung, Unruhe oder das Gefühl von innerer Leere. Tiere zeigen interessanterweise ein ähnliches Verhalten, wenn sie in eine Falle geraten sind und nicht wissen, wie sie sich verhalten sollen“, erläutert die Psychologin Birgit Mauler.

Manche Patienten fühlen sich schon durch kleine Hautunreinheiten völlig entstellt. Sie wünschen sich eine perfekte, glatte Oberfläche und versuchen mehr oder weniger verzweifelt „den Dreck“ zu entfernen. Stattdessen fügen sie sich und ihrer Haut dauerhafte Schäden zu. Untersuchungen haben ergeben, dass die Folgen des Skin Pickings größeren Leidensdruck verursachen als das Verhalten selbst, welches kurzfristig durchaus als entspannend und wohltuend empfunden werden kann.

Informationen zu Behandlungsmöglichkeiten erhalten Interessierte telefonisch unter 0251/4810-102 oder im Internet unter [www.c.d.k.de](http://www.c.d.k.de)

#### **Kontakt:**

Christoph-Dornier-Klinik GmbH  
Dr. phil. Birgit Mauler  
Leitende Psychologin  
Tibusstraße 7-11  
48143 Münster

Fon: 0251/ 48 10-102  
Fax: 0251/ 48 10-105  
E-Mail: [Mauler@c-d-k.de](mailto:Mauler@c-d-k.de)  
Internet: [www.c-d-k.de](http://www.c-d-k.de)

#### **Pressekontakt:**

Katja Schepers  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
für Medizin & Gesundheit  
Zülpicher Straße 239  
50937 Köln

Fon: 0221/ 261 57 68  
Fax: 0221/ 261 57 69  
Mobil: 0163/361 70 55  
E-Mail: [info@schepers-pr.de](mailto:info@schepers-pr.de)