



Dr. med. Christine Schrammek

Die Geschäftsführerin der Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik GmbH ist Dermatologin und Allergologin. Als Anti-Aging-Expertin entwickelt sie Behandlungsmethoden, u. a. die Kräuterschälkur „Green Peel“ und dermatologische Pflegeprodukte.

Christina Drusio

ist Teil der Inhabersfamilie und Mitglied der Geschäftsleitung der Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik GmbH. Die Fachärztin für Dermatologie und Venerologie ist als Expertin zum Thema Haut eine geschätzte Referentin bei internationalen Vorträgen und Seminaren.

› www.schrammek.de

Foto: stock.adobe.com/Dragana Gordic

Ganz sanft entfalten

Was ist, wenn die Haut nicht nur altert, sondern auch noch **sehr empfindlich** ist? Damit auch sie die bestmögliche und effektive **Anti-Aging-Pflege** erhält, sollten einige wichtige Aspekte berücksichtigt werden.

Empfindliche Haut weist ohnehin bereits eine leicht zu störende Hautbarriere, einen erhöhten Feuchtigkeitsverlust sowie eine gesteigerte Immunreaktivität auf. Die Toleranz gegenüber exogenen Reizen – Temperaturschwankungen, klimatisierte Räume, Kosmetika – und endogenen Reizen – psychische Belastung, Stress, Nahrungsmittel – ist gering, wodurch häufig eine ganze **Kaskade von Reaktionen** ausgelöst wird: Rötungen, Juckreiz, Spannungsgefühl oder Entzündungen sind die Folge. Die Kernaufgabe der Pflege ist daher, zu beruhigen, Irritationen zu mindern, die Hautbarriere zu stärken und Trockenheit zu mindern. Unterliegt die Haut zusätzlich altersbedingten Prozessen kommen weitere Faktoren hinzu, die in der Pflege Beachtung finden müssen.

Die Haut wird mit zunehmendem Alter dünner. Da die Talgproduktion nachlässt und sich dadurch der **Hydro-Lipidmantel redu-**

ziert, ist sie noch leichter reizbar. Außerdem verlangsamt sich die natürliche Hauterneuerung und es wird weniger stützendes Gewebe gebildet, das der Haut Festigkeit verleiht.

Die Melaninproduktion ist erhöht, zudem wird das Pigment unregelmäßig eingelagert und verlangsamt abgebaut, sodass **Hyperpigmentierungen** entstehen.

Die Haut wird schlechter versorgt

Die Austauschzone zwischen der gefäßführenden Lederhaut und der gefäßlosen Oberhaut (dermo-epidermale Junktionszone) flacht ab. Dadurch verschlechtert sich die **Durchblutung** – und damit die Versorgung der Zellen mit Nährstoffen und Sauerstoff.

Generell schätzen wir ein Gesicht älter ein, je unruhiger das Erscheinungsbild der Haut ist. Hierzu zählen nicht nur Altersflecken bzw. Hyperpigmentierungen, sondern auch Falten sowie Rötungen und trockene- »



Ballonreben-Extrakt (INCI: Cardiospermum Halicacabum Leaf Extract) wirkt entzündungshemmend und lindert Juckreiz sowie Hautrötungen

ne Stellen. Dies führt dazu, dass sensible Haut oft älter erscheint, als sie ist. Andererseits kann sie durch ihre natürliche Beschaffenheit **schneller und auch früher Altersanzeichen** ausbilden. Um dem natürlichen Alterungsprozess entgegenzuwirken, sollten ihre Regenerationsfähigkeit, der Kollagenaufbau sowie der Hyaluronsäuregehalt gefördert werden. Gleichzeitig ist bei empfindlicher Haut darauf zu achten, nicht zu vitalisierend zu arbeiten – der Fokus liegt ganz klar auf „**Regenerieren und Beruhigen**“.

Vorfahrt für reizarme Produkte

Da die Reaktionsbereitschaft empfindlicher Haut erhöht ist, sind Inhaltsstoffe gleichzeitig ein kritischer Faktor. Es gibt mittlerweile zahlreiche maßgeschneiderte Wirkstoffe, allerdings sollten diese speziell für sensible Haut sehr sorgfältig kombiniert werden. Auch deren Einbettung in **reizarme Grundlagen** – z. B. ohne Farb- und Duftstoffe, Parabene, Mineralöle, PEG-Derivate etc. – ist wichtiger

Bestandteil einer zielführenden Produktentwicklung. Die Kosmetikerin kann diesem Kundentyp nicht ohne Weiteres die reichhaltigste Creme mit den wirkungsvollsten Actives empfehlen. Denn solche Präparate, die normalerweise eine gute Wirkung erzielen, können bei empfindlicher Haut genau das Gegenteil erzeugen: Kommt es zu einer Reaktion, entstehen statt glatter, vitaler Haut Spannungen, Rötungen und Schuppungen. Ein Dilemma, welchem die Kosmetikerin durchaus vorbeugen kann.

Wünscht sich die Kundin mit empfindlicher Haut „weniger Falten“, spielt die **Anamnese** daher eine übergeordnete Rolle. Die Kosmetikerin muss bereits im Vorfeld versuchen, alles über die Kundin und ihre Hauptprobleme herauszufinden:

- › Was macht der Haut zu schaffen?
- › Welche Allergien bestehen, welche Unverträglichkeiten gab es in der Vergangenheit?
- › Mit welcher Pflege fühlte die Kundin sich bislang wohl – eher mit sanften Lotionen

Der Anti-Aging-Klassiker bekommt Konkurrenz

› Bei empfindlicher Haut ist **Vitamin A (Retinol)** mit Vorsicht zu verwenden. Es ist zwar ein echter „Faltenkiller“ – Menschen mit empfindlicher Haut sollten jedoch lieber auf den Wirkstoff verzichten, da er die Haut stark reizen kann. Außerdem macht Vitamin A die Haut noch empfindlicher gegenüber dem Sonnenlicht.

› Eine effektive Alternative zu Vitamin A ist **Bakuchiol**.

Der Extrakt aus der u. a. in Indien vorkommenden Pflanze *Psoralea corylifolia* (Babchi-Baum) hat Tiefenwirkung. Er sorgt auf natürliche Weise für eine deutliche Verbesserung von Linien und Falten, eine ebenmäßige Pigmentierung, Elastizität und Hautfestigkeit. Bakuchiol **stimuliert die Kollagenbildung** und boostet damit straffe Gesichtskonturen und glatte Haut, ohne sie zu strapazieren.



oder mit reichhaltigen Cremes?

- › Welche Grundlage wird favorisiert?
- › Welche Treatments sind bereits erfolgt, wie war deren Erfolg bzw. Misserfolg? etc.

Wird hier nicht mit besonderem Fingerspitzengefühl vorgegangen, sind Probleme und die damit verbundene Unzufriedenheit der Kunden leicht vorprogrammiert.

Sanft und dennoch effektiv

Im Anschluss an die ausführliche Anamnese wird die passende **Pflegeroutine** zusammengestellt. Sie besteht bei sensibler, reifer Haut aus sanften Formulierungen ohne Duftstoffe oder andere irritierende Substanzen. Wer denkt, dass milde Produkte nicht wirksam sind, irrt: Ausreichend Erfahrung bei der Produktentwicklung und Kenntnisse über die neuesten Wirkstoffe aus der aktuellen Forschung tragen dazu bei, dass sich beste Verträglichkeit mit gezielter Wirksamkeit sehr gut in Produkten vereinbaren lässt.

Die **Reinigung** der Haut ist bei jedem Hauttyp das A und O. Reinigungsmilchen mit rückfettenden, wertvollen Ölen reinigen gründlich, ohne durch reizende Tenside auszutrocknen. Auch mizellare Lösungen auf Basis von Zuckertensiden und ohne Ölbestandteile sind mitunter gut geeignet. Welches Reinigungsprodukt zum Einsatz kommt, hängt häufig von der individuellen Vorliebe ab.

Für die **Augenpartie** empfiehlt sich eine sanfte, gegen Fältchen wirkende Augenpflege. Die zarte Haut um die Augen altert bei sensibler Haut besonders schnell und auch Irritationen zeigen sich hier besonders gerne. Milde Balms, speziell für die sehr empfindliche, trockene Haut, eignen sich hervorragend. Sie beruhigen z. B. mit Augentrost und Centella asiatica selbst gereizte Haut und machen sie geschmeidig.

Als **Tages- oder Nachtpflege** werden O/W-Emulsionen bevorzugt, da sie leichter auf der Haut sind und einen kühlenden Effekt erzeugen. Anti-Aging- und beruhigende Wirkstoffe werden in parfümfreien Formeln so kombiniert, dass sie wirken, aber die Haut nicht unnötige reizen. Gut geeignet sind

dazu Wirkstoffe wie Aloe vera, Ectoin, Panthenol, Bisabolol oder Ballonreben. Für Anti-Aging-Effekte werden die Formeln mit Peptiden, Hyaluronsäure und Vitaminen kombiniert.

Pflegecremes für sensible Haut sollten immer auch rückfettende Öle enthalten, die durch ihren hohen Anteil an Omega-Fettsäuren eine hohe Affinität zur Haut haben, wie z. B. Echiumöl. Es stärkt die Widerstandskraft und schützt effektiv. Da empfindliche Haut besonders stark auf UV-Strahlen reagiert, kann dies auch die Hautalterung beschleunigen, es empfiehlt sich hoher **Lichtschutz** mit SPF 50+, z. B. parfümfreie Fluids, die über die Pflege aufgetragen werden können.

Zusatzprodukte wie **Ampullen und**

Masken sollten bei empfindlicher Haut hingegen nur in Maßen eingesetzt werden. Ein Zuviel an Pflege fördert die Bereitschaft zur Reaktion. Ampullen mit möglichst nur einem Wirkstoff (z. B. Hyaluronsäure) können drei- bis viermal im Jahr als Kur eingesetzt werden. Und auch schwere, okklusive Masken bitte eher zurückhaltend verwenden. Besser geeignet sind Algenmasken oder

stark beruhigende Gelmasken, die der Haut mit wenig Inhaltsstoffen intensiv Feuchtigkeit spenden.

Auch die Treatments anpassen

Behandlungen, die unter normalen Umständen sehr gute Anti-Aging-Ergebnisse erzielen, können bei empfindlicher reifer Haut nicht ohne Weiteres eingesetzt werden. Chemische Peelings mit Alpha Hydroxy-Säuren (AHA) unterstützen zwar den Hauterneuerungsprozess. Säuren wie z. B. Glykolsäure sind allerdings – vor allem in hohen Dosierungen – irritierend und können empfindliche Haut schädigen. Zudem kann eine zu häufige Verwendung die ohnehin sensible Haut noch reaktiver machen. Es ist zwar möglich, mit geringen Konzentrationen zu arbeiten, besser geeignet sind in diesen Fällen jedoch natürliche Kräuterschälkuren, die in ihrer Intensität auf die sensible Haut und ihre individuelle Beschaffenheit abgestimmt werden können. ■

„Die ausführliche Anamnese ist von zentraler Bedeutung für den Behandlungserfolg bei sensibler, reifer Haut.“

Christina Drusio



QMS
MEDICOSMETICS

EINE NEUE GENERATION
DER FEUCHTIGKEITSPFLEGE

COLLAGEN RECOVERY
DAY & NIGHT CREAM

Innovative Feuchtigkeitscreme mit Kollagen, speziell entwickelt, um die Auswirkungen hormoneller Veränderungen im reifen Alter zu bekämpfen. Fortschrittliche Wirkstoffe erzielen eine deutliche Steigerung der Hautdurchfeuchtung, die das Hautgefühl verbessern und der Haut gleichzeitig einen jugendlichen Glow verleihen.

Für mehr Informationen über QMS Medicosmetics oder neue Produkte und Behandlungen kontaktieren Sie uns unter:
headoffice@qmsmedicosmetics.com
oder Tel. +49 (0) 7663 603 99 00

LOGIC NOT MIRACLES
qmsmedicosmetics.de