

Oh Schreck, ein **Fleck!**

HAUTVERÄNDERUNGEN IM SOMMER – Sobald der Sommer oder der Urlaub vorbei ist, freut sich Ihre Kundin über ihren sonnengeküssten, strahlenden Teint. So weit das Wunschdenken! Denn in der Realität kann die Haut in den sonnenreichen, warmen Monaten in Mitleidenschaft gezogen werden. Was also hilft, wenn sich Fältchen, Unreinheiten oder Hyperpigmentierungen auf der Haut zeigen?



UV-Strahlung, Hitze und gechlortes Poolwasser stressen die Haut und können negative Auswirkungen auf ihr Erscheinungsbild haben. Vor und nach dem Sommer ist abgestimmte Pro-pflege erforderlich, damit sich die Haut von ihrer besten Seite zeigen kann – Urlaubsplanung mal ganz anders! **Die Bedürfnisse der Haut sind im Sommer ganz andere als im Winter.** Auf die „Sommerhaut“ angepasste Pflegeprodukte und Behandlungen

machen ihr die Umstellung von Sommer auf Winter jedoch leichter und die Haut bleibt gesund und frisch.

Fältchen und Irritationen

Durch das Zusammenwirken von niedriger Luftfeuchtigkeit, Sonnenlicht und Wärme **verliert die Haut viel Feuchtigkeit.** Sie wird trocken und es entstehen auch sichtbare **Trockenheitsfältchen** vor allem an der Au-

genregion und am Dekolleté. Intensive UV-Strahlung führt zudem zur Bildung freier Radikale sowie zum Abbau der Kollagenfasern, des Stützgewebes unserer Haut. Es kommt zu **Elastizitätsverlust** im gesamten Gesicht – die Haut erscheint schlaffer und weniger prall.

Weitere Verursacher der Hautveränderungen im Sommer sind Hitze und gechlortes Poolwasser. Die **Widerstandskraft** der Haut wird **geschwächt**, da die natürliche Schutz-



MEHR ERFAHREN – ONLINE GEHEN!

Exklusiv für BASIC-Online- oder PREMIUM-Kombi-Abonnenten von BEAUTY FORUM: Weitere Tipps von Britta Heilmann zur richtigen Hautpflege für den optimalen Sonnenschutz finden Sie auf unserer Internetseite unter www.beauty-forum.com. Geben Sie einfach den Webcode 150664 ein.

barriere angegriffen wird. Dadurch ist die Haut anfälliger für **Entzündungen und Irritationen**. Vor allem empfindliche Haut leidet dann nicht nur unter Trockenheit, sondern auch unter Rötungen und Irritationen. Durch die Sonne wird die Hornschicht verdickt und es bildet sich die sogenannte **Lichtschwiele**. Die Haut ist dadurch allerdings rauer und schuppiger als gewohnt und benötigt zusätzliche Feuchtigkeit, um geschmeidig und weich zu bleiben.

Mit aktiven und bewährten Feuchtigkeitsspendern wie **Urea (Harnstoff), Hyaluronsäure, Aloe vera, Gurke und Algen** wird den genannten Hautveränderungen vorgebeugt. Die Fältchenbildung durch Trockenheit wird effektiv gemindert, die Haut wird nicht spröde, sondern in einem glatten und prallen Zustand gehalten, der der gebräunten Haut ein gesundes Aussehen verleiht.

Zusätzliche beruhigende Wirkstoffe sorgen dafür, dass Irritationen und bestehende Rötungen gemindert werden. Zur Vorbeugung ist neben diesen Maßnahmen natürlich auch ausreichender Sonnenschutz absolute

Pflicht! Vor allem als Schutz vor Hyperpigmentierungen.

Hyperpigmentierungen

In den Sommermonaten treten gehäuft an den lichtexponierten Hautpartien **braune Hautverfärbungen**, sogenannte Hyperpigmentierungen, auf, die u.a. durch UV-Strahlung entstehen. Neben dem UV-Licht der Sonne sind Stress, hormonelle Veränderungen, Umweltbelastungen und Erkrankungen weitere Mitverursacher der unliebsamen Hautflecken.

Die Zellen, die für die gleichmäßige Bräune und damit für den Schutz der Haut verantwortlich sind, sind die **Melanozyten**. Sie produzieren Melanin, einen körpereigenen Farbstoff, der die Haut schützt, indem er die UV-Strahlen in Wärme umwandelt. Grundsätzlich ein cleverer Schachzug der Haut! Allerdings kann die Melaninbildung in der Haut durch die genannten Faktoren gestört werden. Es kann zu **übermäßiger Produktion und Verteilung des Pigments** kommen. Dadurch entstehen die dunklen Flecken auf der Haut, die den Teint unruhig erscheinen lassen. Oder es kann durchaus passieren, dass an einigen Stellen zu wenig oder gar kein Melanin gebildet wird.

Diese sogenannten De- oder Hypopigmentierung äußern sich dann durch **weiße Flecken auf der Haut**. Gesundheitlich sind diese Hauterscheinungen harmlos, jedoch wirkt vor allem die hyperpigmentierte Haut durch die



Hyperpigmentierungen entstehen u.a. durch UV-Strahlung.



Durch erhöhte Schweiß- und Talgbildung bilden sich Unreinheiten wie Komedonen.





Durch Sommerhitze wird die Widerstandskraft der Haut geschwächt. Es entstehen Rötungen und Irritationen.

Flecken nicht nur uneben, sondern häufig viel älter, als sie eigentlich ist. Das möchte verständlicherweise niemand. Hyperpigmentierungen können leider auch sehr hartnäckig sein. Sie zu mildern ist extrem langwierig. Sowohl die Fehlproduktion und -verteilung des Melanins in der Haut müssen gebremst, als auch Irritationen vermieden werden.

Der Schlüssel zu wieder ebenmäßiger Haut ist **aktive Aufhellung** bei gleichzeitig minimaler Irritation. Und das ist nicht immer einfach. Mit der richtigen Pflege und Behandlung lässt sich jedoch der ebenmäßige Teint durchaus wiederherstellen. Gute Kombinationen sind **aufhellende Wirkstoffe** (z.B. Vitamin C oder Süßholzwurzel-derivate zur Minderung der Melanin-

produktion) und beruhigende Stoffe. Hier eignen sich u.a. probiotische Lysate (einzelne aus Bakterien extrahierte Stränge oder Stoffwechselprodukte) oder spezielle Biosaccharide. Neben einer kontinuierlichen Anwendung der Pflegeprodukte über mindestens drei Monate ist **konsequenter Lichtschutz** entscheidend – zur Vorbeugung, aber auch zur Minderung bereits bestehender Hyperpigmentierungen. Nur so kann die Haut geschützt werden, sich optimal regenerieren und das überschüssige Melanin, welches die Hyperpigmentierung verursacht, abbauen.

Unreinheiten

„Happy Holiday“ hat die Haut weiterhin nur, wenn keine juckenden Ausschläge hinzukommen. „Mallorca-Akne, Sonnenallergie und Hitzepickel“ sind weitere „Störfaktoren“, die die Urlaubspflegeplanung betreffen. Wenn man zu **Pusteln und Pickeln** am Dekolleté oder an anderen Körperstellen neigt – egal welcher Ursache – sollten bereits im Vorfeld Maßnahmen ergriffen werden.

Um deren Entstehung vorzubeugen, empfiehlt es sich, immer gründlich alle **Cremerückstände** mit sanften, aber **effektiven Reinigungsproduk-**

ten zu entfernen und besser Lichtschutzgele statt -lotionen oder -milchen zu verwenden. Gele verzichten auf Emulgatoren und Fettkomponenten. **Emulgatoren** und auch bestimmte **Ölkomponenten** sind nämlich Mitverursacher der störenden Pickel und sollten vorsorglich gemieden werden. Ein weiterer Tipp ist, luftige Kleidung zu tragen, um Schweiß, der die Bildung der Pickelchen begünstigt, gut verdunsten zu lassen.

Auch entzündliche Pickel, **Mitesser** oder andere Unreinheiten entstehen im Sommer recht schnell. Denn die erhöhte Schweiß- und stärkere Talgbildung führt unmittelbar zur Verstopfung der Poren und es bilden sich Unreinheiten wie **Komedonen** und Pickel. Ein weiterer Grund, die Haut stets gründlich zu reinigen. Die täglichen Pflegeprodukte sollten zusätzlich **wenig Fettkomponenten** enthalten. Um die Haut vor unschönen Pickeln zu bewahren, sind wöchentliche **tiefenreinigende Masken** oder **Peelings** empfehlenswert. Intensive Peelings haben den Vorteil, dass sie die Haut nicht nur zum Strahlen bringen, sie können auch bei der Minderung von Hyperpigmentierungen einen großen Beitrag leisten.

Zuletzt ist es erforderlich, die Haut regelmäßig von abgestorbenen Hornschüppchen zu befreien und die durch die Sonne verstärkte Hornschicht zu normalisieren. „Profi“-Peelings, wie z.B. **Fruchtsäurebehandlungen, Kräuterschälkuren oder Mikrodermabrasion** sind dafür ideal. Sie wirken intensiver als ein Peeling in der Heimanwendung und schenken der Haut neue Frische und Strahlkraft.

Da es Spezialbehandlungen sind, dürfen sie jedoch ausschließlich von geschulten Kosmetikerinnen durchgeführt werden. □



BRITTA HEILMANN
Die Autorin ist Dipl.-Ing. für Kosmetiktechnologie und Kosmetikerin. Ihre Verantwortlichkeiten bei der Dr. med. Christine Schrammek Kosmetik GmbH liegen im Bereich Produktentwicklung, Dokumentation und Qualitätssicherung.

Foto: Fineart1/Shutterstock.com

ÜBERSICHT: HAUTVERÄNDERUNGEN IM SOMMER

Ursache	Folgen auf der Haut	Maßnahmen
Niedrige Luftfeuchtigkeit, Sonnenlicht, Wärme	Trockenheitsfältchen (vor allem an der Augenregion und am Dekolleté)	Feuchtigkeitsspender (Urea, Hyaluronsäure, Aloe vera, Gurke und Algen)
Intensive UV-Strahlung	Elastizitätsverlust	Ausreichender Sonnenschutz
Hitze und gechlortes Poolwasser	Entzündungen und Irritationen, Lichtschwiele, rau und schuppig	Beruhigende Wirkstoffe
UV-Strahlung	Hyperpigmentierungen	Aufhellende Wirkstoffe mit beruhigenden Stoffen, konsequenter Lichtschutz
Erhöhte Schweiß- und Talgbildung	Verstopfung der Poren, Unreinheiten (Komedonen, Pickel)	Sanfte, effektive Reinigung, tiefenreinigende Masken oder Peelings