

Schöne Gesichtshaut – Die Pflege

Nicht zu trocken, nicht zu fettig, immer rosig und **zart** – eine gleichbleibend schöne Haut ist für viele eine Wunschvorstellung. Die richtige Gesichtspflege kann dazu beitragen, dass es mit der schönen Haut auch klappt.

Beim Blick in den Spiegel sind viele Menschen sehr kritisch. Es gibt kaum jemanden, der nicht über Pickel, Hautunreinheiten oder gerötete Stellen klagt. Was in jungen Jahren in der Regel auf hormonelle Veränderungen im Körper zurückzuführen ist, wird später häufig durch Stress, falsche Ernährung, Ni-

kotin oder Klimaeinflüsse ausgelöst. Eine gezielte Pflege kann dabei helfen, die Haut ins Gleichgewicht zu bringen und sie in ihren Funktionen zu unterstützen. Und auch eine normale, gesunde Haut profitiert von der Pflege, wenn sie regelmäßig und im Zusammenspiel mit einer gründlichen Reinigung der Haut erfolgt – morgens und abends.

Pflege nach dem Biorhythmus

Der gesamte Körper und damit auch das Zellwachstum unterliegen einem festgelegten Rhythmus. Dabei wechseln sich aktive und passive Phasen im Zwölf-Stunden-Takt ab. Beim Hautstoffwechsel befinden sich die Zellen tagsüber in der Belastungsphase. Die Haut ist in dieser Zeit mit der Abwehr aggressiver Störfaktoren aus der Umwelt beschäftigt und daher passiv in Bezug auf das Zellwachstum. In der nächtlichen aktiven Regenerationsphase erfolgt die Erneuerung. 70 Prozent des Zellteilungsprozesses finden in dieser Zeit statt. Der Biorhythmus bietet also ideale Voraussetzungen, dass kosmetische Pflegestoffe während der nächtlichen Ruhe ihre Wirkung entfalten und tagsüber die Haut in ihrer Schutzfunktion unterstützen können.

Die Tagespflege Genauso wie Reinigungsprodukte sollten auch die Produkte der Gesichtspflege auf die Bedürfnisse der Haut abgestimmt sein. Diese hängen insbesondere von dem jeweiligen Hauttyp und Hautzustand ab. Für normale Haut empfiehlt sich beispielsweise eine Tagescreme, die den Zustand der Haut bewahrt und gegebenenfalls ausgleichend wirkt. Vor allem leichte Emulsionen eignen sich hier zur täglichen Pflege. Fettige Haut oder Mischhaut



© SHOTPRIME STUDIO / stock.adobe.com

lässt sich am besten mit einer extra leichten Emulsion oder einem Gel pflegen. Sie spenden die benötigte Feuchtigkeit, ziehen schnell ein und lassen die Haut frei atmen. Bei unreiner Haut können zusätzlich reizlindernde, bakterienhemmende und hautberuhigende Wirkstoffe hilfreich sein. Die trockene Haut benötigt hingegen eine besonders milde, reichhaltige Pflege mit feuchtigkeitsspendenden Substanzen, die in der Lage sind, Wasser zu binden. Damit wird der Feuchtigkeitsgehalt der Hornschicht erhöht und das Austrocknen der Haut verhindert. Eine Tagespflege für die empfindliche Haut gleicht hingegen Mangelerscheinungen und ihre Folgen wie Spannungsgefühle aus, indem sie trockene und schuppige Hautstellen beseitigt. Bei unreiner Haut steht nicht so sehr die Pflege im Vordergrund, sondern hier spielt die Reinigung eine besondere Rolle. In diesem Fall werden Spezialprodukte häufig als komplettes System angeboten, die gezielt an den biologischen Ursachen ansetzen. Viele Tagescremes enthalten zudem einen Lichtschutzfilter, um die Haut vor schädlicher UV-Strahlung zu schützen. Solche Tagespflege-Produkte fangen außerdem freie Radikale ab, die zum Beispiel durch fotochemische Prozesse in der Haut entstehen, die von UV-Strahlen ausgelöst werden. Die aggressiven Radikale führen zu Hautschäden, die von einer beschleunigten Hautalterung bis zu Erbgutschäden in den Zellen reichen können.

Die Nachtpflege Nachtpflegeprodukte haben dagegen die Aufgabe, während des Schlafens den Erneuerungsvorgang der Haut zu unterstützen. Reichhaltig in ihrer Konsistenz, schleusen sie Wirkstoffe, wie zum Beispiel Vitamine und Mineralien, in konzentrierter Form in die Haut ein. Die Art und Zusammensetzung der Wirkstoffe muss wie bei der Tagespflege auf den jeweiligen Hautzustand abgestimmt sein. Das Angebot reicht von wirkstoffreichen, aber dennoch leichten Emulsionen für

den normalen Hauttyp bis hin zu außerordentlich gehaltvollen Formulierungen, die für die strapazierte Haut gedacht sind. Lipide, ein Sammelbegriff für Fettstoffe, spielen dabei eine besondere Rolle. Sie schützen die Haut vor Umwelteinflüssen und Austrocknung. Als Wirkstoffe glätten sie die Hautstruktur und vermindern den Wasserverlust. Spezielle Produkte für die empfindliche Haut enthalten hingegen hautberuhigende und feuchtigkeitsspendende Wirkstoffe. Bei trockener Haut werden in Nachtpflegeprodukten spezielle Zusätze wie essenzielle Fettsäuren und Provitamin B₅ eingesetzt. Sie gleichen Mangelerscheinungen aus, binden Feuchtigkeit in der Haut und wirken zugleich beruhigend.

Augenpflege Die empfindliche Augenpartie benötigt darüber hinaus eine gesonderte Pflege. Die Haut ist an dieser Stelle nur knapp einen halben Millimeter dick. Hier sind kaum Unterhautfettgewebe und nur wenige Talg- und Schweißdrüsen vorhanden. Auch die wichtigen Stützfasern der Haut, Elastin und Kollagen, sind in der Augenpartie weniger vertreten und Feuchtigkeit kann nur schlecht gebunden werden. Trockenheits- und Altersfältchen treten rund um die Augen daher schneller auf. Spezielle Augenkonturprodukte wirken dem entgegen und versorgen die Haut rund um die Augen intensiv mit Lipiden und Feuchtigkeitsfaktoren. Augenpflegeprodukte werden vor der gewohnten Pflege auf die gereinigte Haut aufgetragen oder noch besser eingeklopft. Durch das Eincremen kann die Haut unnötig gedehnt werden, was zu Fältchen führen kann. ■

*Birgit Huber, IKW
(Industrieverband Körperpflege
und Waschmittel)*

axicur® – Sommergeschäft mit Knalleffekt!



Eine Auswahl
aus unserem
OTC-Sortiment

**Jetzt kommt axicur® –
die neue OTC-Marke aus
dem Hause axicorp.**

Das rezeptfreie axicur®-Sortiment
bringt Farbe in Ihre Apotheke:

- Auffällig, modern und verkaufstark im Auftritt.
- Deutsche Herstellung – keine Reimporte.
- Zu explosiv-günstigen Konditionen!