

# Harmlose Hautpigmente

Sind sie niedlich oder lästig? An **Sommersprossen** scheiden sich die Geister. Sie sind zwar ungefährlich, können aber für Menschen, die sie nicht mögen, eine kosmetische Herausforderung darstellen.



© Kate\_Koreneva / iStock / Getty Images

**E**in makelloser, heller Teint galt lange Zeit als Schönheitsideal. Es entstand in einer Zeit, in der Proletarier oder Bauern den ganzen Tag draußen arbeiteten und eine dementsprechend dunkle, sonnengegerbte Haut hatten. Wer genug Geld besaß, konnte sich hingegen eine „vornehme Blässe“ leisten – die das Zeichen für Wohlstand war. Doch in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts änderte sich das. Nun war derjenige wohlhabend, der sich Urlaube in damals noch exotischen südlichen Ländern wie Italien und Spanien leisten konnte. Gebräunte Haut wurde plötzlich zum Statussymbol. Nicht so jedoch Sommersprossen: Sie waren und blieben zu speziell, um dem gängigen Schönheitsideal zu entsprechen, vor allem, weil sie häufig in Verbindung mit roten Haaren auftreten, einer anderen, meist ungeliebten Laune der Natur.

Dann sang die Neue-Deutsche-Welle-Band UKW im Jahr 1982: „Ich bin ja so verschossen in Deine Sommersprossen“ – und plötzlich galten Sommersprossen als schick. Angeblich trägt der Niedlichkeitsfaktor der Pigmentflecken sogar dazu bei,

dass Sommersprossige jünger wirken. Deswegen hat sich „Freckling“ mittlerweile zu einem Beauty-Trend gemauert: So kann man sich mit einem „freckle pencil“ falsche Sommersprossen aufmalen oder sie sich sogar mittels Permanent Make-up auf die Haut tätowieren lassen.

## Helle Hauttypen bevorzugt

Die Pigmentzellen in der Haut, die Melanozyten, produzieren bei Sonneneinstrahlung Melanin. Dieser schwarzbraune oder rötliche Farbstoff bewahrt die Haut vor Schäden durch das energiereiche UV-Licht. Bei Menschen mit Sommersprossen produzieren einzelne Melanozyten zu viel Melanin, was goldbraune Sprenkel auf der Haut hervorruft, meist an exponierten Stellen wie Gesicht oder Oberarmen. Anders als bei Leberflecken, die sich durch die Vermehrung von Melanozyten bilden, wird bei Sommersprossen lediglich der Farbstoff in den umgebenden Keratinozyten der Epidermis gespeichert. Wie sonnengebräunte Haut, sind daher auch Sommersprossen nicht für die Ewigkeit gemacht. Sie entstehen, wenn das Sonnenlicht im Frühjahr und Som-

mer kräftiger wird, und verblasen im Herbst wieder. Im Winter verschwinden sie häufig sogar vollständig. Warum manche Menschen Sommersprossen haben und andere nicht, ist noch nicht hinreichend geklärt. Da die Kombination Sommersprossen/rote Haare sehr häufig ist, gehen Forscher von einer Variation im Gen für den Melanocortin-1-Rezeptor (MC1R) aus, das auch für die Rotfärbung von Haaren verantwortlich ist.

**Süß oder störend?** Sommersprossen mögen apart wirken, doch wenn sie sehr zahlreich sind, gar ineinanderlaufen und dann große, dunkle Flecken bilden, können sie für Betroffene ein kosmetisches Problem darstellen. Die beste Vorbeugung ist natürlich, wenn man sich so wenig wie möglich in der Sonne aufhält. Wenige, bereits bestehende und recht helle Sommersprossen kann man mit einer getönten Tagescreme abdecken. Bei stärkerer Pigmentierung hilft richtiges Make-up, in besonders ausgeprägten Fällen kann man auch zu Camouflage greifen. Da die Sommersprossen nur oberflächlich sind, verblassen sie mit jeder Erneuerung der Epidermis. Chemische Peelings, wie zum Beispiel Fruchtsäure-Peelings, können diesen Prozess beschleunigen. Für einige Tage danach gilt daher auch absolutes Sonnenverbot, da die Haut nach der Fruchtsäure-Behandlung extrem lichtempfindlich ist. Da Sommersprossen im Herbst und Winter aber sowieso meist zurückgehen, ist ein Fruchtsäure-Peeling nur für Menschen mit sehr vielen und dunklen Sommersprossen angezeigt. Für die lichtintensive Jahreszeit, in der die Sommersprossen besonders stören können, ist ein schonenderes Enzympeeling eher geeig-

net. Dieses schält die Haut nicht ab wie ein Fruchtsäurepeeling, sondern löst die Hornschüppchen, indem es die Verbindungen zwischen den Hornzellen spaltet. Weitere Möglichkeiten stellen Laser- oder Kryobehandlungen dar. Sie werden für Sommersprossen aber nur selten eingesetzt, da sie nicht nur sehr kosten- und zeitaufwändig sind, sondern auch zu einer ungleichmäßigen oder gar dauerhaften Depigmentierung führen können. Zudem hält auch ihr Effekt nur bis zur nächsten Lichteinwirkung – dann entstehen wieder neue Sommersprossen.

**Vorsicht beim Bleichen!** Seit Jahrhunderten haben vor allem Frauen versucht, störende Sommersprossen los zu werden. Die vornehme Blässe erreichten die Damen der guten Gesellschaft zum Beispiel mit Puder oder Cremes, die helle Pigmente enthielten – meist das giftige Bleiweiß. Noch bis in die 1970er Jahre kamen Bleichcremes mit Quecksilber zum Einsatz. Nachdem die Gesundheitsgefahren bekannt wurden, stieg man auf das Phenol Hydrochinon um, das sich allerdings später im Tierversuch als kanzerogen erwies. Ob dies innerhalb der Grenzwerte und auch für Menschen der Fall ist, wurde bisher nicht geklärt. Eine Neubewertung findet seit 2012 im

Rahmen der EU-Chemikalienverordnung REACH statt, ist jedoch noch nicht abgeschlossen. Daher ist Hydrochinon in Cremes noch geduldet. Alternativ können Präparate mit Arbutin angewendet werden, einem Hydrochinonglukosid, das als weniger toxisch gilt. Allerdings sind Erfolge von Bleichcremes erst nach ein bis zwei Monaten, meist erst nach einem halben Jahr sichtbar. Ob die Sommersprossen dann wirklich durch die Bleichcremes verblasst sind oder auch ohne Kosmetikprodukte verschwunden wären, bleibt unklar. Vorsicht ist geboten beim Kauf von Bleichcremes

Symbol für Jugendlichkeit, denn manchmal verschwinden die „Sympathiepunkte“ im Alter ganz. Dafür entstehen dann in der zweiten Lebenshälfte möglicherweise die „Sommersprossen des Alters“ - die Altersflecken. Auch sie sind ungefährlich und werden durch Sonneneinstrahlung ausgelöst. Mit dem Alter produziert die Haut das Pigment Lipofuszin, das nicht abgebaut werden kann. Es lagert sich in der Epidermis zunächst als weiß-gelblicher Fleck ab. Da es jedoch die Bildung von Melanin anregt, dunkeln die Stellen schnell nach und ein bräunlicher Altersfleck entsteht. Wie

## Sommersprossen sind heute kein Makel mehr. Im Gegenteil: Sie haben etwas Jugendliches und Frisches an sich und machen ein Gesicht besonders.

aus dem Internet, da man über deren Inhaltsstoffe nur mutmaßen kann.

**Gar nicht erst entstehen lassen** Gefährlich sind Sommersprossen nicht, anders als bei Muttermalen kann sich aus ihnen kein bösartiger Hautkrebs entwickeln. Trotzdem sind aber gerade Sommersprossige durch ihre helle Haut anfälliger für Sonnenschäden. Daher sollte immer gelten: in die Sonne ganzjährig nur mit Lichtschutz! Am besten mit LSF 30 bis 50, auch ein breitkrempiger Hut hält die Sonnenstrahlung zurück.

**Sommersprossen oder Altersflecken?** Vielleicht sind Sommersprossen tatsächlich ein

Sommersprossen entstehen die Pigmentflecken hauptsächlich an Stellen, die der Sonne ausgesetzt waren, also im Gesicht, dem Dekolleté, den Händen und Armen. Altersflecken sind Teil des natürlichen Alterungsprozesses der Haut, aber auch ihnen kann man durch frühzeitigen Sonnenschutz vorbeugen. Bereits bestehende Altersflecken kann man mit denselben Mitteln bekämpfen, mit denen man auch Sommersprossen reduzieren kann. ■

*Dr. Holger Stumpf,  
Medizinjournalist*