

# Dunkle Schatten im Gesicht

Fast jeder kennt die **Halonierung** der periorbitalen Region, die häufig bei Schlafmangel auftritt. Doch auch andere Ursachen kommen für die violetten Verfärbungen in Frage.

**N**ach einer durchfeierten Nacht kann der Blick in den Spiegel alles andere als aufbauend sein. Aufgrund des Schlafdefizits zeigen sich unter Umständen dunkle Ringe unter den Augen, die uns mitgenommen und ungesund aussehen lassen. In der Fachsprache bezeichnet

man das Schönheitsproblem als „halonierte Augen“. Die Betitelung leitet sich vom griechischen Wort für Ring (halo) ab.

**Alarmsignal Augenringe** Die grau bis bläulich-violetten Verfärbungen können durch verschiedene Faktoren entstehen. In vielen Fällen ist die ein-

fachste Erklärung das Alter: Die Haut hat weniger Spannung, weil die Muskulatur und das polsternde Fett allmählich reduziert werden. Augenringe sind auch ein Indikator für Erschöpfung und starke Müdigkeit. Bei gesunder Lebensweise und ausreichend Schlaf verschwinden sie nach kurzer Zeit wieder. Darüber hinaus deuten sie auf verschiedene Grunderkrankungen hin: Geschwollene Lider zeichnen sich möglicherweise im Zusammenhang mit Allergien, Nierenerkrankungen oder Herzschwäche ab. Bei einer Bindehautentzündung treten sie häufig als erstes



## FINGER WEG VON HÄMORRIDENSALBEN

Auf keinen Fall gehört eine solche Salbe auf die Haut rund um die Augen. PTA und Apotheker sollten Ihren Kunden raten, die Finger von solchen „Geheimtipps“ zu lassen. Die Präparate reizen die Region um die Augen und trocknet sie aus. Wohl verengen bestimmte Wirkstoffe die Gefäße, doch viele Produkte enthalten Lokalanästhetika oder sogar Kortison, was der dünnen Gesichtshaut schadet. Auch Teebeutel haben im Bereich der Augen nichts zu suchen. Sie sind zwar als Hausmittel gegen Augenringe im Gespräch, können jedoch allergische Reaktionen auslösen.

Symptom auf. Die dunklen Augenränder zeigen sich ferner als Folge von Flüssigkeitsmangel und Drogen- oder Alkoholkonsum. Weitere Gründe für das Schönheitsproblem sind Vitamindefizite und Eisenmangel. Auch eine genetische Prädisposition kann ihren Teil zu den verfärbten Regionen beitragen. Zudem sind Raucher häufiger als Nichtraucher von dem Makel betroffen.

**Schlechte Durchblutung oder zu viel Sonne als Ursache** Eine der Hauptursachen für die Entstehung ist eine schlechte Durchblutung. Wegen des Sauerstoffmangels hat das Blut eine dunklere Farbe als gewöhnlich. Unter den Augen ist dies besonders leicht sichtbar, da das Unterhautfettgewebe dort nur leicht ausgeprägt ist. Die Gefäße schimmern dann in Form von dunklen Schatten durch die dünne Haut durch. Die Verfärbungen unter den Augen können aber auch auf Hyperpigmentierungen zurückzuführen sein, die als Folge von zu viel Sonnengenuss auftreten.

Fettpolster unter den Augen, ein Lymphstau, eine Hypertrophie des Ringmuskels oder eine Erschlaffung des Septum orbitale verraten sich durch dunkle und geschwollene Augenringe.

### Finstere Schatten bekämpfen

Gegen halonierte Augen hilft in erster Linie Schlaf. Bleibt das Phänomen dennoch über einen längeren Zeitraum bestehen, sollten Betroffene einen Mediziner konsultieren, um ein Blutbild durchführen zu lassen. Auf diese Weise deckt der Arzt Eisen- oder Vitaminmangelzustände auf und kann zur Substitution entsprechende Präparate empfehlen. Ebenso eignet sich die Mineralstofftherapie mit Schüssler-Salzen zur Behandlung. Zuvor muss das passende Mittel durch die Beobachtung typischer Zeichen ausgewählt werden. Wer trotz aller Maßnahmen Probleme mit den lästigen Verfärbungen hat, kann Folgendes tun: Augenringe lassen sich leicht kosmetisch korrigieren. Das Abdecken der dunklen Bereiche mit einem Concealer sorgt für einen frischen Blick. Für die empfindliche Haut eignen sich Cremes oder Abdeckstifte ohne Duft- und Konservierungsstoffe.

### Feuchtigkeitscremes vertreiben

**Augenringe** Der Wirkstoff Hyaluronsäure ist in zahlreichen Kosmetika enthalten. Er besitzt die Fähigkeit, Wasser zu binden. Dadurch polstert er die Haut von innen auf und hat zusätzlich einen glättenden Effekt. Gluco-Glycerol versorgt die Haut ebenfalls mit Feuchtigkeit. Außerdem befindet sich in vielen Cremes Harnstoff als Feuchtigkeitsfaktor. Wem das nicht reicht, kann sich von einem plastischen Chirurgen bezüglich einer Korrektur beraten lassen. Um Augenringe zu eliminieren, gibt es verschiedene Methoden. Dazu zählen die Lidstraffung oder die Faltentherapie, bei der Hyaluronsäure oder Botox gespritzt wird. ■

*Martina Görz,  
PTA und Fachjournalistin (FJS)*