

Schöne Gesichtshaut – die Reinigung

Das Gesicht gilt als Gradmesser für Attraktivität und ist Ausdruck der Persönlichkeit. Um die natürliche Schönheit des **Teints** zu erhalten oder positiv zu verändern, muss das Gesicht täglich sorgfältig gereinigt werden. Was gehört alles dazu?

Die Gesichtshaut hat es nicht leicht. Ständig ist sie Umwelteinflüssen wie Sonne, Kälte, Trockenheit oder Luftverschmutzung ausgesetzt. Hinzu kommen noch Stress oder Schlafmangel, die ihre Spuren im Gesicht hinterlassen. Da die Gesichtshaut wesentlich dünner und empfindlicher als die übrige Körperhaut ist, benötigt sie die Unterstützung durch gezielte Reinigung und Pflege – möglichst zweimal am Tag und zwar ein Leben lang.



© vitcom / Stockbyte / Getty Images

Hauttypen und ihr Zustand

Die Gesichtereinigung ist die erste Stufe einer systematischen Gesichtspflege, die aus den grundlegenden Bestandteilen Reinigung und Pflege besteht. Die Reinigung sollte auf die jeweiligen Bedürfnisse, Merkmale und Probleme der Haut abgestimmt sein, die wesentlich durch den Hauttyp beeinflusst werden. Neben der normalen Haut gibt es die fettige, die trockene und die Mischhaut, die sich vor allem durch die jeweiligen Fett- und Feuchtigkeitsgehalte der Oberhaut unterscheiden. Daneben spielt auch der Hautzustand eine wichtige Rolle. Dieser kann sich beispielsweise

durch Lebensgewohnheiten oder äußere Einwirkungen wie Schwangerschaft, Diäten, Nikotin- oder Alkoholgenuß aber auch starke Sonneneinstrahlung und Klimaanlagen verändern. Für die Auswahl der richtigen Reinigungsprodukte und -schritte sind außerdem alters- und geschlechtsbedingte Hautunterschiede zu beachten sowie der pH-Wert der Haut.

Die Grundreinigung Die Gesichtereinigung besteht aus der Grundreinigung, dem Klären und Beleben sowie dem eventuellen Einsatz von Spezialpro-

dukten. Weil die Haut durch die Reinigung besser durchblutet wird, wirkt sie danach sofort glatter und frischer. Gleichzeitig wird sie aufnahmefähiger für die Inhaltsstoffe von Pflegeprodukten. Diese können leichter eindringen und ihre Wirkung optimal entfalten.

Zur gründlichen Reinigung der Gesichtshaut stehen neben Reinigungsmilch und -lotionen auch Waschcremes und -emulsionen sowie Gele zur Verfügung. Neben der Berücksichtigung persönlicher Vorlieben sollte sich die Auswahl vor allem an den Bedürfnissen des Haut-

typs orientieren. Mild-cremige Waschemulsionen mit rückfettenden und feuchtigkeitsregulierenden Inhaltsstoffen können bei jedem Hauttyp angewendet werden. Wegen ihrer sehr schonenden Wirkweise eignen sie sich auch für die trockene und die empfindliche Haut. Reinheit und Frische für normale, fettige und Mischhaut bieten milde, seifenfreie Waschgele. Häufig besitzen Waschgele auch Inhaltsstoffe, die antibakteriell wirken. Sie bekämpfen entzündungsauslösende Keime und beugen so Pickeln, Mitessern und Unreinheiten vor. Die Reinigungsmilch ist vornehmlich für den trockenen bis normalen Hauttyp bestimmt, kann aber auch bei Mischhaut eingesetzt werden. Wegen ihrer entspannenden und beruhigenden Wirkung sind bei empfindlicher Haut Zwei-Phasen-Produkte empfehlenswert. Während die ölhaltige Phase schonend und porentief reinigt, verleiht die wässrige Phase der Haut ein angenehmes Gefühl der Frische.

Die Nachreinigung Die Verwendung eines Gesichtswassers schließt den Reinigungsvorgang ab. Damit lassen sich letzte

Spuren des zuvor benutzten Reinigungsmittels entfernen. Das ist vor allem in Regionen mit stark kalkhaltigem Wasser wichtig. Gleichzeitig wird die Gesichtshaut geklärt und erfrischt und so optimal auf die folgende Pflege vorbereitet. In keinem Fall kann die Verwendung eines Gesichtswassers jedoch die vorhergehende gründliche Gesichtereinigung ersetzen. Gesichtswässer enthalten häufig Pflanzen- oder Blütenextrakte, die einen anregenden, beruhigenden oder parfümierenden Effekt haben können. Vom Hauttyp abhängig ist die Entscheidung, ob ein alkoholhaltiges Produkt verwendet werden soll: Während ein Produkt mit Alkohol bei fettiger, unreiner, normaler oder Mischhaut po-

rentief nachreinigt, ist für die trockene und empfindliche Haut ein alkoholfreies Gesichtswasser zu empfehlen. Den gleichen Verwendungszweck wie Gesichtswässer erfüllen auch klärende Gesichtslotionen. Sie erfrischen die Haut nach der Reinigung und neutralisieren gegebenenfalls den austrocknenden Effekt von Wasser.

Die Spezialreinigung Produkte zur Spezialreinigung kommen immer dann zum Einsatz, wenn das normale Reinigungsprogramm nicht mehr genügt. Zwar lässt sich mit den meisten der Basis-Reinigungsmittel auch ein leichtes Make-up entfernen. Nicht immer ist das jedoch ausreichend. Besonders umfangreich ist die Auswahl

an Entfernern für das Augen-Make-up. Die Augenpartie ist außerordentlich empfindlich und anspruchsvoll, denn die Haut ist hier bis zu achtmal dünner als im übrigen Gesicht. Außerdem besitzt sie kein Unterhautfettgewebe. Dadurch kommt es besonders leicht zur Bildung von Fältchen. Augen-Make-up muss daher schonend entfernt werden. Starkes Reiben, Drücken oder Zerren bei der Reinigung sollte man unbedingt vermeiden.

Für eine porentiefe Reinigung und um müde wirkender Haut ein frisches Aussehen zurückzugeben, sind Peelings und Masken empfehlenswert. Durch die Zugabe leicht abrasiv wirkender Zusatzstoffe, sogenannter Schleifkörper, holen Peelings

verhornte und abgestorbene Zellen schonend von der Hautoberfläche, massieren die Haut und sorgen gleichzeitig für eine verbesserte Durchblutung. Masken zur Reinigung haben zusätzlich den Vorteil, dass die enthaltenen Wirkstoffe länger auf dem Gesicht verbleiben können. Reinigungs-Masken sind daher eine ideale Ergänzung zur Basisreinigung. In wenigen Minuten befreien sie die Haut besonders gründlich von überschüssigem Hauttalg und Unreinheiten und wirken ganz nebenbei noch pflegend. ■

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

Anzeige



© pmpic / thinkstock / iStock

GEZIELT INFORMIERT!

Wir haben unsere Webseite runderneuert und dabei Platz geschaffen für neue Rubriken, neue Features und ein neues Fortbildungsmodul. Tägliche News mit Neuigkeiten rund um die Bereiche Pharmazie, Gesundheit und Ernährung runden die Seite ab. Überzeugen Sie sich selbst!

Besuchen Sie jetzt unsere Webseite unter
www.diepta.de

PTA 
DIE PTA IN DER APOTHEKE