

Schönere Haut durch Trink-Kollagen?

Kollagen ist das wichtigste **Strukturprotein** der Haut. Aber bereits ab dem 25. Lebensjahr verringert sich die Kollagenbildung in der Haut. Die Folge: Das stabile Kollagengerüst verliert an Struktur und Elastizität.

Allgemein bekannt ist, dass unsere Ernährung das Erscheinungsbild der Haut maßgeblich beeinflusst. Neu ist allerdings die Erkenntnis, dass spezifische, bioaktive Kollagen-Peptide zum Trinken die Zellen in den tiefen Hautschichten stimulieren können, wieder mehr körpereigenes Kollagen und Hyaluronsäure zu produzieren, um die ungeliebten Zeichen der Hautalterung von innen anzugehen.

Kollagen Es ist Teil von Bändern, Sehnen und Knorpeln, aber auch die Haut besteht zum größten Teil aus Kollagen – bei junger und gesunder Haut sind es fast 80 Prozent. Kollagen bildet in der mittleren Hautschicht ein Gerüst, das der Haut ihre Festigkeit und Struktur verleiht. Mit zunehmendem Alter verliert die Haut jedoch nach und nach die Fähigkeit, Kollagen zu bilden. Zusätzlich führen äußere Faktoren, wie UV-Strahlung und Umweltgifte dazu, dass das Kollagen-Gerüst in der Haut abge-

baut wird. Als Folge können sich die Dicke und Festigkeit beziehungsweise die Elastizität der Haut sowie deren Feuchtigkeitsgehalt reduzieren.

Stimulation der Fibroblasten durch Kollagen-Peptide Neueste Studien zeigen, dass diesem Prozess und den damit verbundenen Zeichen der Hautalterung entgegengewirkt werden kann – und zwar von innen! Denn anders als Cremes und Hautseren, die oberflächlich aufgetragen werden, können spezielle, bioaktive Kollagen-Peptide zum Trinken die Hautalterung an der Ursache angehen: Nach der oralen Einnahme werden die Kollagen-Peptide in der Magenpassage durch vorhandene Enzyme (z. B. Pepsin) weiter zerkleinert. Der natürliche Verdauungsprozess ist dabei von entscheidender Bedeutung. Schließlich gelangen die Kollagen-Peptide über die Blutbahn in tiefere Hautschichten, wo sie die kollagenbildenden Hautzellen anregen, wieder aktiv zu werden. Studien zeigen: Werden die richtigen Peptide eingesetzt, wird die körpereigene Kollagen-Produktion angeregt und die Strukturen des Kollagengerüsts stabilisieren sich. Die Haut ge-

winnt an Elastizität, kann Feuchtigkeit besser speichern und Falten werden sichtbar reduziert.

Beauty-Drink ist nicht gleich Beauty-Drink Kollagen-Peptide können allerdings signifikant unterschiedlich sein. Daher sind Studienergebnisse auch nicht von einem Produkt auf ein anderes übertragbar. Es kommt auf die Größe und Aminosäurezusammensetzung der Peptide an. Der Blick auf die Liste der Inhaltsstoffe hilft dabei nicht immer weiter, denn „Kollagen-Peptid“ ist nur ein Überbegriff. Es ist wichtig, die „richtigen“ Kollagen-Peptide zusammen mit weiteren hautrelevanten Inhaltsstoffen einzusetzen. Aktuelle Untersuchungen mit ELASTEN® zeigen, dass die speziellen kurzkettigen Kollagen-Peptide des [HC]-Kollagen-Komplexes® dem Alterungsprozess der Haut effektiv entgegenwirken und so eine optimale Ergänzung zu oberflächlicher Hautpflege sind. Entscheidend für die Wirkung der Beauty-Drinks sind Qualität, Molekülgröße und Zusammensetzung der Inhaltsstoffe. Achten Sie auf Apothekenprodukte mit eigenen Studien! ■



© ELASTEN®-Forschung

Sichtbare Faltenreduktion im Bereich der Stirn nach 12-wöchiger Einnahme des Trinkkollagens

Gastbeitrag von
Dr. Gunter Lemnitz,
Medizinisch-wissenschaftliche
Abteilung Quiris Healthcare