

Kampf dem Feinstaub

Feinstaubschleudern wie alte Dieselfahrzeuge dürfen teilweise nicht mehr fahren – aber unsere Haut soll das alles ohne Hilfe von außen verdauen? In Form von **Anti-Pollution-Produkten** hilft die Kosmetik-Industrie.

Wer kennt sie nicht, die Bilder aus der Tagesschau: Die Sonne schafft es auch am hellichten Tag nicht mehr, die Rußwolken über Peking und Shanghai zu durchdringen. Der feine Nebel aus Schadstoffen hängt wie eine bleierne Decke über den Straßen der Städte. Die Menschen schützen sich mit Mundschutz, halten sich Schals vor das Gesicht.

Anti-Pollution aus Asien So ist es kein Wunder, dass in Asien bereits vor Jahren die ers-

ten Anti-Pollution-Cremes, -Masken und -Cleansing-Produkte entstanden; schließlich ist hier die „dicke Luft“ mit bloßem Auge sichtbar. Ruß, Abgase und Kohlenstaub legen sich in winzigen Partikeln unsichtbar auf die Gesichtshaut und behindern ihre Atmung. Noch gefährlicher: Über die aller kleinsten Nanopartikel werden sogar Schadstoffe in die Haut eingeschleust. Und diese können die Hautalterung in Form von oxidativem Stress erheblich beschleunigen. 2010 nahm sich Professor Jean Krutmann vom Leibnitz-Insti-

tut für umweltmedizinische Forschung in Düsseldorf des Themas an und untersuchte in einer Langzeitstudie über 400 Frauen. Das Ergebnis fiel eindeutig aus: Bei jenen Probandinnen, die in den Ballungsräumen des Ruhrgebietes wohnen und damit einer erhöhten Schadstoffkonzentration der Luft ausgesetzt waren, zeigten sich deutlich mehr Pigmentflecken sowie eine ausgeprägtere Nasolabialfalte. Das bestätigten bereits stattgefundenen Untersuchungen aus Shanghai. Die Damen vom Lande hatten übrigens nachweislich die bessere Haut: Landluft macht anscheinend schön.

vera oder Panthenol als Hautbefeuchter und -beruhiger. Richtig sauber ist das Gesicht erst, wenn das Wattepad nach einem Probewisch weiß bleibt.

So vorbereitet kann die hochwertige Pflege richtig tief eindringen. Anti-Pollution-Produkte setzen auf Wirkstoffe, die freie Radikale bekämpfen, den Kollagenaufbau unterstützen und eine Extraportion Lipide im Gepäck haben. Dazu gehören beispielsweise Polyphenole oder Flavonoide, also sekundäre Pflanzenstoffe, ebenso die Vitamine A, C und E, Glycerin und Hyaluronsäure sowie hochwertige Öle wie Moringaöl. Der Naturstoff Ectoin befeuchtet zusätzlich die Haut.

Das A und O ist Reinigung

Die gute Nachricht ist: Man kann etwas dagegen tun, damit sich Ruß, Stickstoffoxide und polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAKs) nicht in unserer Haut einnisten. Ganz wichtig ist morgens und abends eine gründliche Reinigung. Die meisten Schadstoffe sind nicht wasserlöslich, deshalb muss in den Reinigungsprodukten auch ein Tensid enthalten sein. Einmal pro Woche ein Enzympeeling zu benutzen, kann ebenfalls nicht schaden. Nach der Reinigung: Den pH-Wert der Haut mit einem Toner wieder in den normalen Bereich bringen. Jedoch, Alkohol sollte nicht enthalten sein, besser sind Aloe

Rauchen ist der Feind unserer Haut

Übrigens: Selbst wer sich 24 Stunden am Stück Diesel-Feinstaubbelastungen aussetzen würde, schadet sich nicht so sehr, als wenn er sich eine Zigarette anzünden würde. Die Glimmstängel sind es, die unserer Haut von innen und von außen am allermeisten schaden und ihre Alterung extrem beschleunigen – und dann nützen auch Anti-Pollution-Produkte wenig. ■

Alexandra Regner,
PTA und Journalistin



© Toa55 / iStock / Getty Images