

Einmal häuten, bitte!

Der Blick in den Spiegel stimmt gerade nach dem Corona-Winter etwas traurig. Die Haut wirkt fahl, trocken und blass. Da möchte man doch gerne mal Schlange sein und das alte Leder gegen **glatte, rosige Haut** eintauschen.



© Thailandphoto / iStock / Getty Images

Neben der täglichen Hautpflege sollte man sich und seiner Haut etwa einmal wöchentlich eine Extra-Wohlfühlkur durch ein Peeling gönnen. Mit effektiven Haut-Treatments können diese Beauty-Behandlungen problemlos zuhause erfolgen.

Chemisches Peeling Es ist für normale bis unreine, fettige, reife Haut oder bei einem unregelmäßigen Teint geeignet. Chemische Peelings gelten als besonders effektiv, da sie bis in die tieferen Hautschichten eindringen und dort ihren positiven Effekt entfalten können. Sie stimulieren die Kollagenproduktion und haben damit langfristig sogar einen Anti-Aging-Effekt auf die Haut. Zudem werden abgestorbene Zellen mithilfe der chemischen Peel-Reaktion abgetragen und die rosige Haut darunter kommt wieder zum Vorschein. Auch (Akne-) Narben und Altersflecken können durch das chemische Peeling sanft aufgehellt werden. Das Hautbild verbessert sich durch die Behandlung schnell und wirkt insgesamt ebenmäßiger. Seine schälende Wirkung verdankt das chemische Peeling seinen sauren Inhaltsstoffen: Zu den Alpha-Hydroxysäuren (AHA) zählen Fruchtsäuren, wie Glykol-, Milch- und Mandelsäure. AHA-Peelings sind übrigens auch für trockene Haut geeignet, da sie helfen, Feuchtigkeit zu binden und einen taufrischen Glow zu fördern (siehe auch S. 38). Die Beta-Hydroxysäure (BHA) Salicylsäure ist besonders für unreine Haut geeignet, da sie entzündungshemmend wirkt und durch ihre keratolytische Wirkung die Poren öffnet und von überschüssigem Talg und Make-up-Resten befreit.

Das mitteltiefe Peeling mit Trichloressigsäure (TCA) dringt bis in die Lederhaut ein. Die TCA-Behandlung ist perfekt, um feine Fältchen an Mund oder Augen zu reduzieren. Allerdings

sollte dies nur von einem Hautarzt durchgeführt werden, weil es schnell zu Verätzungen kommen kann. Für eine Wellness-Kur zuhause ist ein TCA-Peeling nicht geeignet. Phenol als chemische Peelsubstanz dringt noch tiefer ein als Trichloressigsäure. Diese Peeling-Methode eignet sich ausschließlich zur dermatologischen Behandlung von Akne-Narben, tiefen Falten oder Schäden durch UV-Strahlung. Phenol-Peelings sind besonders intensiv und haben ein höheres Risiko für Nebenwirkungen, im schlimmsten Fall irreparable Verätzungen. Für optimale Ergebnisse bedarf es daher einer sorgfältigen Vor- und Nachsorge durch den Arzt.

Mechanisches Peeling Dies ist wohl die bekannteste Peeling-Form. Sie eignet sich für normale bis unreine Haut und kann am ganzen Körper angewendet werden. Es handelt sich dabei um Gel- oder Creme-Produkte, die kleine Schleifpartikel enthalten. Reibt man diese in kreisenden Bewegungen über das Gesicht, werden abgestorbene Hautschüppchen abgetragen und die Mikrozirkulation der Haut stimuliert. Sie sind einfach anzuwenden und zeigen schnelle Ergebnisse. Auf eines muss jedoch geachtet werden: Einige mechanische Peelings enthalten Plastik-Mikropartikel, die nicht abbaubar sind und der Umwelt sowie der eigenen Gesundheit schaden. Leider wird es immer noch häufig in Kosmetik verwendet, vielleicht, weil es so billig ist? Wir kennen erfreulicherweise wesentlich nachhaltigere Alternativen. Peelings, die zum

Beispiel Seesand, Mandelkleie, gemahlene Nussschalen (aber bitte nicht scharfkantig, sondern abgerundet), gemahlene Kaffee oder auch Salz als Schleifmittel enthalten.

Anti-Pollution-Peeling Unsere Haut ist bekanntermaßen täglich strapazierenden, schädlichen Umwelteinflüssen ausgesetzt. Ruß- und andere Schmutzpartikel legen sich auf der obersten Hautschicht ab, verstopfen die Poren und beeinträchtigen die Atmung der Haut. Die Folge sind Hautunreinheiten wie beispielsweise Pickel, fahler Teint und so genanntes „urban aging“. Ebenfalls wird die Funktion der natürlichen Hautbarriere eingeschränkt. Diese Umweltverschmutzungen können mit einem passenden Anti-Pollution-Peeling entfernt werden. So bleibt die Haut im Gleichgewicht und Unreinheiten werden sichtbar gemildert. Die innovative „Gum Peel Technologie“

entfernt Feinstaub, Schmutz und Hautschüppchen ohne Reizungen oder Irritationen. Die Formel enthält spezielle Polymere und Tenside, die sich beim Auftragen zu kleinen „Streuseln“ formen und Schmutzpartikel aufnehmen.

Enzym-Peeling Es ist ganz sanft und daher für sensible und trockene Haut geeignet. Hier bewirken Enzyme einen sehr leichten Erneuerungseffekt. Das macht sie zum idealen Peeling-Partner bei empfindlicher Haut. Die Basis bilden Enzyme zum Beispiel aus Papaya oder Ananas. Sie spalten Proteine an der obersten

Hautschicht und lösen so abgestorbene Zellen ab. Das oberflächliche Peeling reinigt zudem gründlich und sorgt bei regelmäßiger Anwendung für verfeinerte, schöne Haut.

Fazit: Jede der vorgestellten Peeling-Methoden hat seine ganz spezifischen Eigenschaften und erfordert Ihre Sachkenntnis. Eine qualifizierte Beratung ist ein wesentlicher Vorteil, den weder Drogerie, noch Discounter und schon gar kein Online-Anbieter aufweisen kann – nutzen Sie ihn. ■

*Werner Hilbig,
Apotheker und freier Journalist*

Für jeden Hauttyp gibt es den passenden Peeling-Partner. Hier ist Ihre Beratung gefordert.

Anzeige



ANZEIGE

SCHON ABONNIERT?

Unser wöchentlicher Newsletter versorgt Sie mit aktuellen Meldungen aus dem Apotheken- und Gesundheitswesen, aktuellen Heftartikeln und vielem mehr, kostenlos und frei Haus.

Kostenlos anmelden unter
www.diepta.de



PTA
DIE PTA IN DER APOTHEKE