

# Die Fruchtigen

Produkte mit diesen Inhaltsstoffen sorgen für den **AHA-Effekt** bei den Anwendern. Das Geheimnis der Fruchtsäuren sind die eindrucksvolle Tiefenreinigung und der Detox-Effekt mit dem Ergebnis eines strahlenden, jugendlichen Aussehens.

**D**as verheißungsvolle AHA steht für Alpha Hydroxy Acids. Diese Substanzen werden als Fruchtsäuren bezeichnet, denn die bekanntesten stammen tatsächlich aus Obst. Wir kennen einige von ihnen aus der Lebensmittelindustrie, wo sie als Säuerungsmittel dienen. Typische AHA sind Säuren aus Beeren, Zitronen, Äpfeln oder Mandeln sowie Oxal-, Wein-, Salicyl-, und Glycerolsäure. Die Kosmetikindustrie macht sich die breit gefächerte Wirksamkeit der Fruchtsäuren

gerne zunutze, daher sind sie in verschiedenen Anwendungsformen zu finden.

## Die Fähigkeiten der AHA

Die Erneuerung einer gesunden Haut dauert in der Regel 28 Tage. In diesem Zeitraum wandern die Zellen von der Basalschicht der Epidermis an die Hautoberfläche. Sie sterben auf dieser Reise ab und werden an der Oberfläche abgestoßen. Ist der Teint fahl, grau und müde, kann es daran liegen, dass die oberste Schicht der Epidermis, die Hornschicht, verdickt ist. Dies tritt häufig im

Sommer nach verstärkten Sonnenexpositionen auf, denn durch übermäßige UV-Bestrahlung wird die Hornschicht verstärkt. Man spricht von der Lichtschwiele.

Durch den Einsatz von Fruchtsäurepeelings findet ein Tiefenreinigungs- und Detoxprozess in der Haut statt, abgestorbene Hautzellen werden entfernt und Schmutzpartikel gelöst. Die AHA Peelings haben eine leicht keratolytische Wirkung, dadurch werden die obersten Hornzellen gelöst. Dies wird als Signal an die Basalschicht weitergegeben, wo-

rauf diese den Hauterneuerungsprozess antreibt. Unreine Haut und trockene Hautstellen verschwinden. Sichtbar wird ein klares, gleichmäßiges frisches und rosiges Hautbild.

Ein beachtlicher Vorteil ist, dass die Hautfeuchtigkeit und die Elastizität stark verbessert werden, da die Haut ohne übermäßige Verhornung hochwirksame Kosmetikwirkstoffe besser aufnehmen kann. Ein weiterer Pluspunkt der Fruchtsäure-Peelings ist, dass sie keinerlei mechanische Peeling-Partikel enthalten. Somit kann es nicht durch unsachgemäße Anwendung zu Verletzungen der Haut kommen. Durch den niedrigen pH-Wert der AHA stärken sie den natürlichen Säureschutzmantel und die Widerstandskraft der Haut. Neben dem sichtbaren Glow-Effekt werden auch Fältchen reduziert und Pigmentflecken aufgehellt.

**Einsatzgebiete der AHA** Geeignet sind die Fruchtsäurekosmetika für jeden Hauttyp. Ein ausschlaggebender Punkt für eine erfolgreiche und verträgliche Anwendung ist die einschleichende Dosierung. Die Konzentration der verwendeten Fruchtsäure liegt je nach Hautempfindlichkeit meist im Bereich zwischen 1 und 15 Prozent.

Die Produktpalette ist groß und für jedes Hautproblem gibt es eine Lösung. Als Peeling gilt die Anwendungsempfehlung von



© puhha / iStock / Getty Images

## MEDIZINISCHE EINSATZFORM

Die medizinischen AHA-Peelings werden zum Beispiel mit Glykolsäure in sehr hohen Konzentrationen von einem Arzt durchgeführt. Sie haben einen hervorragend hauterneuernden Effekt und helfen bei starker Akne, alten Akne-Narben, großporiger Haut sowie bei Alters- und Pigmentflecken. Nach dem Auftragen dringt die Glykolsäure in die obere Hautschicht ein und löst die alte Hornschicht ab. Dadurch wird die Oberhaut zur Regeneration/Heilung angeregt und die Lederhaut bildet vermehrt kollagene Fasern und Elastin. Feuchtigkeit kann besser gespeichert werden. Es kommt zu einer Rekonstruktion der Haut mit einer starken Hydratisierung. Durch den Neuaufbau der Haut wird die Haut wider Erwarten nicht dünner, sondern widerstandsfähiger, kräftiger und gesünder. Wichtig ist natürlich, dass die Einwirkzeit exakt eingehalten wird. Denn wird auch die Lederhaut angegriffen, bleiben neue Narben zurück. Daher ist dies keine Wellness-Behandlung für zuhause.

ein- bis zweimal pro Woche. In Form einer Ampullenkur gilt die Regel der Hauterneuerungszeit, also einmal im Monat. Sehr beliebt und wirksam sind Masken mit AHA. Hier ist es wichtig die Einwirkzeit nicht zu überschreiten. Exfolierende Reinigungsprodukte enthalten geringe Konzentrationen an Glykolsäure (ca. 3,5 %). Sie entfernen bereits bei der Reinigung sanft die abgestorbenen Hautschüppchen und bereiten damit die Haut optimal auf die Hautpflegeprodukte vor. Auch Tages- und Nachtcremes mit AHA für ein glattes, frisches und strahlendes Hautbild sind zu finden. Fruchtsäuren in Körperlotionen entfernen auch hier sanft abgestorbene Hautzellen. Das Ergebnis ist eine ebenmäßige Haut. Diese Kosmetikprodukte können weitere hochwirksamen Inhaltsstoffe enthalten, wie zum Beispiel Hyaluronsäure, was in der Kombination zu einer Tiefendurchfeuchtung der Haut führt. Hochkonzentrierte Fruchtsäure-Seren dienen als Unterlage vor der Anwendung der Pflegecreme. Hier empfiehlt

es sich mit der Anwendung langsam zu beginnen und diese nach Hautempfindlichkeit und Verträglichkeit zu steigern. Es darf auch mal prickeln. Kommt es allerdings zu Irritationen, Hitzegefühl und Rötungen sollte man eine geringere Konzentration verwenden. Optimale Jahreszeiten für eine hochkonzentrierte Fruchtsäureanwendung sind die sonnenarmen Jahreszeiten, denn die Lichtempfindlichkeit steigt natürlich, wenn die Hornschicht dünner wird. Niedrig konzentrierte AHA-Produkte sind das ganze Jahr anwendbar, allerdings ist ein hoher Sonnenschutz sehr wichtig, um die Entfärbung von Pigmentverschiebungen zu unterstützen, der Haut ausreichend Schutz zu geben und um der lichtbedingten Hautalterung entgegenzuwirken. Wer also seine schöne Haut aus der Pelle holen will, hat mit den Fruchtsäuren das Mittel der Wahl - zarte glatte Haut mit natürlichem Glow für den AHA-Effekt. ■

*Sandra Holzhäuser,  
PTA und Kosmetikerin*

Ihre Empfehlung,  
wenn die Energie fehlt.

Jetzt neu!

## DAS ENERGETIKUM\* FÜR KÖRPER\* & GEIST\*\*

### VitaGerin® Forte

#### Zur Unterstützung der körperlichen\* und geistigen Leistungsfähigkeit\*\*

- **Vitamine (A, B5, B12, C, E und Folsäure)** – die ausgewählten Vitamine tragen zur besonderen Nährstoffkombination des Energetikums\* bei
- **Mineralstoffe (Zink, Eisen und Magnesium)** – dienen als Bausteine von Geweben oder als Bestandteil bzw. Cofaktor von Enzymen
- **Cholin** – wird für die Bildung des Botenstoffs Acetylcholin benötigt

**DHA** – trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion bei

  
Gute  
Verträglichkeit

  
Zur Unterstützung  
der körperlichen\*  
und geistigen  
Leistungsfähigkeit\*\*

  
Besondere  
Nährstoff-  
kombination

  
Für Energie\*,  
Immunsystem\*  
und Nerven\*\*



Für alle, die noch  
viel vorhaben.

\*Vitamin B12 und Magnesium tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Vitamin C und Vitamin A tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Magnesium, Folsäure und Vitamin C tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei.

\*\*Pantothenensäure trägt zu einer normalen geistigen Leistung bei. Eisen und Zink tragen zu einer normalen kognitiven Funktion bei.