

Haut in den Wechseljahren

Diese Frage wird Frauen immer beschäftigen: Was kann uns helfen die Haut zu verjüngen? Dazu kommt das Problem, dass die Haut in den Wechseljahren oftmals ganz anders reagiert? Sind **Pflanzenhormone** die Lösung?

Phytohormone sind in Pflanzen vorkommende Hormone, gehören zu den sekundären Pflanzeninhaltsstoffen und werden deshalb auch gerne Phytoestrogene genannt. Sie regulieren Hormone und beeinflussen die Entwicklung, das Wachstum und die biochemischen Prozesse. Sie haben eine estrogenähnliche Wirkung, jedoch deutliche schwächer ausgeprägt als die des menschlichen Estrogens. Die Kosmetikindustrie hat sich die Wirkungsweise zunutze gemacht, um die Haut zu verjüngen. In der Kosmetik werden meist Mischungen aus verschiedenen sekundären Pflanzeninhaltsstoffe verwendet. Pflanzen mit hohem Gehalt an Phytohormonen sind Soja, Hopfen, Rotklee und Yamswurzel. Hier kann man auch die Nähe zu pflanzlichen Hormonpräparaten gegen Wechseljahrsbeschwerden erkennen, denn viele Frauen vertrauen auch hier auf die Natur.

Was bewirken die Pflanzenhormone in unserer Haut? Phytoestrogene wie die Isoflavone Genistein (in hoher Konzentration in Soja enthalten) und Daidstein sind mittler-

weile in zahlreichen Kosmetikprodukten enthalten. Studien haben gezeigt: Bei mehrwöchiger und regelmäßiger Anwendung verbessert sich der sogenannten Falten Score durchschnittlich um 17 Prozent.

Die Haut ist weniger trocken und deutlich geschmeidiger. Die Anwendung kann die unerwünschten Zeichen der endogenen Hautalterung korrigieren und wirkt ein bisschen wie ein Jungbrunnen. Die Forscher konnten auch beweisen, dass die Substanzen die Hautbarriere durchdringen und an der richtigen Stelle ihre volle Wirkung entfalten können. Bedenken vor einer möglichen Überdosierung oder systemischen Nebenwirkungen muss bei einer rein kosmetischen Anwendung allerdings niemand haben. Weiterhin helfen Genistein und Daidstein gegen altersbedingten Haarausfall und sind deshalb in vielen Haarpflegeprodukte enthalten. Sie reichern die Haare mit Feuchtigkeit an und verbessern die Geschmeidigkeit.

Wie funktioniert der Prozess? Die Wirkung beruht zum Teil auf der Bindung der Isoflavone an die Estradiol-Rezeptoren,

die wiederum mit den Estrogenen in Zusammenhang stehen. Dies ist auch bei der äußerlichen Anwendung auf der Haut zu beobachten. Die Kollagensynthese und die Zellneubildung wird angeregt, der Kollagenabbau dagegen verlangsamt. Ein Beispiel: Soja-Isoflavone stimulieren die Kollagen- und die Hyaluronsäure-Synthese. Eine deutliche Erhöhung der Hautdicke ist nachweisbar, UV-bedingte Hautschäden werden verringert und auch eine antientzündliche Wirkung konnte nachgewiesen werden.

Wie immer spielt die Qualität des eingesetzten Pflanzenextraktes eine große Rolle. Die Empfehlung und die Beratung zu einem standardisierten Pflanzenextrakt und dessen Hersteller sind für die Wirkung des Produktes essenziell. Mit einer kompetenten Beratung sind Phytohormone wirkungsvolle Inhaltsstoffe für reife und trockene Haut und ein wahrer Anti-Aging-Experte. ■

*Sandra Holzhäuser,
PTA und Kosmetikerin*



© Ralf Nau / DigitalVision / Getty Images