

Gepflegte Augen – Basics zu Wirkstoffen und Formulierungen

veröffentlicht in Beauty Forum 2010 (6), 66-68

Neben Sprache und Gestik spielen auch die Augen eine wichtige Rolle bei der Kommunikation. Die Ausstrahlung der Augenpartien kann ausschlaggebend für Sympathie und Attraktivität sein. Daher kommt der präventiven kosmetischen Augenpflege eine ganz besondere Bedeutung zu.

Die Haut rund um das Auge ist extrem beweglich, sehr dünn und mit vergleichsweise wenig Bindegewebe ausgestattet. Daher werden Veränderungen wie Fetteinlagerungen (Tränensäcke), oberflächennahe Blutgefäße (Augenringe) und Äderchen stärker wahrgenommen als an anderen Hautpartien. Dies gilt auch für Schwellungen der Lider durch Flüssigkeitseinlagerung und umgekehrt für Trockenheitsfältchen an den Unterlidern durch fehlende Hautfeuchte in trocken-warmer Umgebung. Mimikfältchen, Elastizitätsverlust der Haut und Ermüdungen der Augenmuskulatur runden das Problemfeld Auge ab. Zwar gibt es hervorragende kosmetische Wirkstoffe und dekorative Finessen, um das Erscheinungsbild der Augen zu verbessern, doch hat nach wie vor die nichtkosmetische Prävention eindeutig Vorrang:

- Regelmäßige, körperliche Bewegung – gegebenenfalls auch gezielte Augengymnastik, um die Mikrozirkulation zu erhöhen
- Vitaminreiche Ernährung inklusive einer ausgewogenen Zufuhr essenzieller Fettsäuren
- Abwechslung zwischen Anspannung und Entspannung der Augen während der Arbeit (z. B. regelmäßige Pausen bei der Bildschirmarbeit)
- Ausreichender Schlaf
- Helle Beleuchtung in Innenräumen und Ausrichtung der Arbeitsgeräte unter Berücksichtigung des Lichteinfalls
- Befeuchtung der Raumluft in den Wintermonaten
- Zugfreie Räume und Arbeitsplätze
- Schutz vor extremer Kälte, extremer Wärme und Sonneneinstrahlung
- Moderater Umgang mit Alkohol und Nikotin
- Regelmäßige Überprüfung der Sehhilfen

Diese Punkte vorausgesetzt lassen sich mit kosmetischen Maßnahmen optimale Ergebnisse erzielen.

Hautreinigung & Peeling

Bei der **Reinigung** werden zwangsläufig wichtige hauteigene Schutzstoffe entfernt. Ideal verwendet man daher nur lauwarmes, weiches Wasser. Meist reicht dies aber wegen des Make-ups auf der Haut nicht aus. Eine gute Alternative ist dann eine reizfreie Reinigungsmilch auf pflanzlicher Ölbasis ohne Emulgatoren. Nachfolgend spült man mit reinem Wasser.

Mit **Peelings** sollte man im Augenbereich sparsam umgehen. Ob Reibekörper in Form von Wachspartikeln oder Enzympeeling - die Augen sind vorher sorgfältig durch eine Abdeckung zu schützen. Fruchtsäure- und chemische Peelings sollten nur erfahrene Dermatologen indikationsbezogen ausführen.

Lotionen

Lotionen beruhigen die Haut durch antimikrobielle und adstringierende Zusätze (Hamamelis, Gurke, Schachtelhalm) nach der Reinigung und beleben mit Koffein, grünem Tee und Coenzym Q10. Kühlende Lotionen können z. B. Aloe und Alge enthalten. Weitere Wirkstoffe (siehe unten) sind in der Heimpflege interessant, wenn auf andere Pflegeprodukte verzichtet wird. Folgt eine Maske, kann die Lotion vorteilhaft mit D-Panthenol oder Liposomen (aus Phosphatidylcholin) ausgerüstet sein. Dadurch kann die Haut besser über die Maskenwirkstoffe verfügen. Ansonsten handelt es sich bei den Lotionen um eine wässrige Basis, die mitunter zur Stabilisierung von Extrakten Alkohol enthält. Dessen Konzentration sollte aber gering sein, um weder zu reizen noch auszutrocknen.

Masken

Hier erschließt sich ein sehr weites Betätigungsfeld, je nachdem ob man Crememasken, okklusive oder erhärtende Modelagen, mineralische Grundlagen (Ton, Alumosilikate) oder mit Wirkstoffen getränkte Vliese auflegt. Das

angewandte Wirkstoffspektrum unterscheidet sich bei diesen Varianten nicht grundsätzlich. Der springende Punkt ist die nachträgliche Entfernung. Hier haben Creme- und Vlies-Masken eindeutig die Nase vorn, da sie sich einfach und ohne zusätzliche Reinigungsoperationen entfernen lassen. Dies trifft für Modelagen zwar auch zu; jedoch muss man dabei berücksichtigen, dass die in der Modelage verteilten Wirkstoffe wegen der Aushärtung tatsächlich nur in geringen Mengen freigesetzt werden. Werden auf Kalziumsulfat basierende Modelagen verwendet, sollte man zweckmäßigerweise eine "Trennschicht" aus Öl oder Creme einbauen, um den direkten Kontakt mit der Hautoberfläche zu unterbinden. Das erleichtert das spätere Entfernen, zudem kann das Kalziumsulfat die Barriere nicht schädigen. Crememasken – im Überschuss aufgetragen – können gleichzeitig als Massagemedium fungieren. Im Unterschied zu den übrigen Hautpartien ist eine sehr sanfte Massage, die die Haut nicht stresst, angeraten. Dies beginnt bereits beim vorsichtigen Einklopfen zu Beginn.

Grundlagen und Wirkstoffe

Am Auge verwendet man je nach Hautkondition Gel- oder Cremegrundlagen. Dabei können Gele (Gelbildner siehe unten) auch Fettanteile enthalten. Vorteilhaft bei Gelen ist, dass sie kühlend wirken und keine Emulgatoren enthalten. Allerdings sind emulgatorfreie Cremes und Make-ups inzwischen ebenfalls in breitem Umfang verfügbar.

Die Einteilung in Tages- und Nachtpräparate hat sich im Laufe der Zeit gewandelt. Während konventionelle Nachtcremes häufig hohe Fettstoffgehalte, vielfach in Form von Mineralölprodukten, aufweisen – was zu Hautquellungen führt und damit eine Faltenglättung bewirkt – werden heute eher regenerationsfördernde, vielfach licht- und sauerstoffempfindliche Stoffe verarbeitet. Deren Aktivität kann am Tage durch Lichteinwirkung abnehmen. Außerdem gilt das Prinzip: so wenig Hilfsstoffe wie möglich. Einige Wirkstoffe und deren Einsatzgebiete werden nachfolgend beschrieben.

Trockene Stellen und Trockenheitsfältchen (am Unterlid): Aminosäuren, Harnstoff, Mineralsalze und D-Panthenol unterstützen den natürlichen NMF. Sie sollten durch einen äußerlichen Film von Gelbildnern wie Hyaluronsäure, Aloe vera, CM-Glucan, Cellulosederivaten, Alginsäure oder Polyvinylpyrrolidon (PVP) unterstützt werden. Hyaluronsäure ist besonders gut geeignet, da der Film nicht pergamentartig austrocknet. Pflanzliche Triglyceride wie etwa Avocado- und Weizenkeimöl

liefern notwendige Fettsäuren und Phytosterine sowie einen zusätzlichen Beitrag zur Hautglättung.

Tränensäcke: Sie entstehen, weil das Bindegewebe am Unterlid erschlafft und sich später Fettgewebe einlagert. Tränensäcke sind meist anlagebedingt und sprechen auf rein kosmetische Behandlungen praktisch nicht an. Häufig handelt es sich aber nur um Schwellungen am Unterlid, bedingt durch Wassereinlagerungen. Diese nach dem Aufstehen zu beobachtende Erscheinung verschwindet meist, indem die Mikrozirkulation etwa durch Kaffee- oder Tee trinken angeregt wird. Die Rückbildung kann man durch Gurken-, Grüntee- oder Augentrost-Extrakt und alternativ durch Auflegen von Gurkenscheiben, Teebeuteln oder Kompressen wirksam unterstützen. Liposomen beschleunigen den Prozess.

Augenringe: Die bräunlich bis bläulich schimmernden Schatten vermitteln einen müden Eindruck. Sie fallen umso mehr auf, je heller die Haut ist. Augenschatten lassen sich mit Mäusedornextrakt bzw. den darin enthaltenen Saponinen gut behandeln. Optisch kann man sie mit einer leichten Foundation kaschieren, nachdem man die Schatten vorher mit einem komplementären Farbton neutralisiert hat.

Atrophische Haut und Elastizitätsverlust: Hier helfen die regenerativen Vitamine A, C und E, Coenzym Q10 sowie Matrikine. Die Mikrozirkulation wird durch Teepräparate angeregt. Mäusedorn wirkt sich auf Bindegewebe und Blutgefäße stabilisierend aus. Straffungen werden etwa durch Gurken-, Schachtelhalm- und Kigelia-Extrakte erreicht.

Hautrötungen: lassen sich durch Leinöl, Nachtkerzenöl, Aloe-, Echinacea-, Spitzwegereich- und Hamamelis-Extrakt beruhigen. Zu Rosacea und Couperose siehe unten.

Hautunreinheiten: Hier gibt es ein ganzes Arsenal guter Wirkstoffe wie Hefe (B-Vitamine), Boswellia-Harz und Leinöl (entzündungshemmend), Rotklee- und Sojaextrakt (Phytohormone) und natives Phosphatidylcholin (Linolsäure).

Mimische Fältchen: Zu ihnen gehören die Krähenfüße in den Augenwinkeln, die man mit Parakresse-Extrakt oder Peptiden behandeln kann.

Schlupflider sind ein Thema für die dekorative Kosmetik. Dabei wird das wenig oder gar nicht sichtbare bewegliche Lid hell eingestellt und ein dunkelbrauner Lidschatten am Rand der Augenhöhle entlang gezogen. Die Wimpern werden tiefschwarz betont.

Hautschutz

Wie das Dekolleté ist die Augenregion sehr

strahlungsempfindlich. Die vorzeitige Hautalterung fällt hier besonders auf. Dies bedeutet aber nicht, dass man die Haut mit einem ständigen Lichtschutz hundertprozentig abschotten muss. Indem man den **Lichtschutz** gezielt einsetzt, reduziert man die Dauerbelastung mit chemischen UV-Filtern, die insbesondere bei hohen Lichtschutzfaktoren unvermeidlich ist. Direkte Sonnenstrahlung ist mit einer starken Infrarot-Belastung verbunden, für die es keinen Schutz außer Schatten gibt. Der mobile Sonnenhut erscheint zwar altmodisch, ist aber nach wie vor der effektivste Schutz.

Die Empfindlichkeit der Unterlider und der angrenzenden Haut gegenüber Kälte und trockenem auskühlenden Wind ist sehr hoch. Blutgefäße und Nervensystem werden leicht geschädigt. Rosacea-Erscheinungen und auffallende Äderchen sind die Folge. Damit verbunden sind Reizungen und Rötungen, die bei niedrigen Luftfeuchten (Winter, Frühjahr) vermehrt auftreten und sich durch irritierende Duftstoffkomponenten und Konservierungsstoffe, aber beispielsweise auch durch Pollenwirkung verstärken. Während der präventive Schutz durch fettreiche und wasserarme Pflegeprodukte und durch eine tief ins Gesicht gezogene Kopfbedeckung relativ einfach sein sollte, ist die Pflege der geschädigten Haut außerordentlich schwierig, da auch das Bindegewebe betroffen ist. Liegt eine Infektion durch anaerobe Bakterien vor, eignen sich fettreiche und filmbildende Präparate überhaupt nicht mehr. Werden wasserhaltige Präparate zuviel und zu häufig appliziert, kumulieren wasserlösliche Stoffe und können reizen. Hier muss man also sehr sparsam und offenporig verfahren – ein Spagat, der den Betroffenen vielfach nicht einleuchtet. Als Wirkstoffe eignen sich Mäusedorn- und Echinacea-Extrakt, Leinöl, Betulinsäure und Azelainsäure (sie ist in der Kosmetik bis 1% als nicht-filmbildender Konsistenzgeber erlaubt). Entzündungshemmende pflanzliche Öle wie Leinöl, Nachtkerzenöl oder Hagebuttenkernöl lassen sich im Institut durch kräftiges Schütteln mit einem geeigneten Liposomenkonzentrat emulgatorfrei in wässriger Phase verteilen oder in der Heimpflege von vornherein als fertige Nanodispersionen einsetzen.

In jüngster Zeit wächst die Zahl der Behandlungsverfahren, die Geräte und Präparate kombinieren. Dazu gehören unter anderem Ultraschallverfahren. Diese Methoden sind insbesondere in der Nähe des Auges mit Risiken verbunden.

Dr. Hans Lautenschläger