

# Narbenbehandlung – kosmetische Prävention und Pflege

veröffentlicht in *Kosmetik International* 2008 (8), 36-38

Narben sind ein häufiges Thema im Kosmetikinstitut. Bislang stand immer die dekorative Kaschierung im Vordergrund. In den letzten Jahren haben sich durch neue Wirkstoffe und Grundlagen die Möglichkeiten der kosmetischen Behandlung jedoch beachtlich verbessert.

**D**ie operative und präparative Behandlung von Narben war stets eine Domäne der Medizin. Das Instrumentarium der Kosmetik hat sich aber soweit vergrößert, dass bei Prävention und Pflege von Narben im Institut wesentliche Beiträge geleistet werden können.

Narben entstehen durch Unfall, Operation, Krankheit und chronische Wunden. Ursache ist immer eine tiefe Verletzung bis hin zur Lederhaut. Je nach Körperregion heilen Narben unterschiedlich. Während Wunden an Schleimhäuten gar keine Spuren hinterlassen, erzeugen z. B. Akne und Windpocken "Trichter", die über eine lange Zeit oder bleibend im Gesicht zu sehen sind. Unter den Narben sind die Kollagenfasern unregelmäßig angeordnet, die ursprüngliche Elastizität der Haut ist nicht mehr gegeben. Die Narbenoberfläche hebt sich deutlich, anfangs oft rötlich ab und bildet einen Kontrast zur übrigen Haut, weil Behaarung, Talg- und Schweißdrüsen fehlen. Die rötliche Farbgebung wird von vielen Blutgefäßen verursacht, die durch die Hornschicht scheinen. Mit der Zeit reduzieren sich die Blutgefäße, die rötliche Farbe verblasst. Die Narbe kann sich dann sogar hell abheben, da Melanozyten fehlen. Verhärtungen oder weichere Stellen entstehen durch verändertes Bindegewebe.

## Narben sind verschieden

Je nach Genese unterscheidet man unterschiedliche Narben-Ausprägungen. Bei Akne entstehen **atrophe Narben**. Dabei wird das primär in der Wunde gebildete Granulationsgewebe im Laufe eines Schrumpfungsprozesses durch faserhaltiges Bindegewebe ersetzt. Im Endstadium bleibt es jedoch bei einem Defizit an Kollagenfasern.

Die vermehrte Bildung von Bindegewebe findet man in **hypertrophen Narben**. Bei ihnen ist der Wundheilungsprozess meistens verzögert abgelaufen. Die Ursache hierfür kann darin liegen, dass die Wunde ständig mechanisch gereizt wurde oder sich durch Infektionen erneut entzündet hat. Hypertrophe Narben ha-

ben ein wulstartiges Erscheinungsbild.

Von **Keloiden** spricht man, wenn das neue Bindegewebe sich nicht auf das ursprüngliche Wundgebiet beschränkt, sondern in die umgebende Haut weiter hineinwächst. Dabei entstehen knotenartige Verdickungen, die im Einzelfall eine beträchtliche Größe erreichen können. Die kollagenbildenden Fibroblasten sind in Keloiden wesentlich aktiver als bei hypertrophen Narben.

Verhärtungen, verbunden mit einer verminderter Elastizität, sind charakteristisch für **sklerotische Narben**. Sie neigen zum Schrumpfen.

Dagegen sind **fibröse Narben** (physiologische Narben) glatt und unterscheiden sich hinsichtlich ihrer Elastizität nicht besonders von der benachbarten Haut. Sie fallen aber durch ihren optischen Kontrast auf.

## Frühzeitige Behandlung

Während sich Wunde und Narbe anfangs schnell verändern, verlangsamt sich das Tempo zum Ende des Heilungsprozesses. Allmähliche Anpassungen an die übrige Haut sind noch nach Jahren festzustellen. Daher ist die Nachbehandlung von Narben auch über längere Zeit sinnvoll. Bei den narbenähnlichen Schwangerschaftsstreifen kann man sogar präventiv tätig werden. Das ist naturgemäß bei Wunden unmöglich, dennoch ist es von Vorteil, früh mit der kosmetischen Pflege zu beginnen, um eine möglichst hohe Elastizität des Gewebes zu erzielen. Verzögerungen der Wundheilung durch eine mangelnde Mikrozirkulation im Wundbereich, z. B. bei einem diabetischen Fuß, wirken sich sehr nachteilig aus.

Da Reizungen kontraproduktiv sind, empfehlen sich kosmetische Cremes und Gele ohne Duftstoffe und Konservierungsstoffe. Die Narbenhaut muss darüber hinaus durch UV-Filter in Form von Sonnenpräparaten geschützt werden, da den Narben das Melanin fehlt. Die Gefahr eines Sonnenbrands ist sehr groß.

## Vitamine für die Haut

Die Pflege von Narben erfordert viel Geduld und bringt in der Regel keine schnellen Erfolge. Die Unterstützung einer rascheren Regeneration bietet vor allem Vitamin A, möglichst als Nanopartikel, also in Verbindung mit membranaktivem Phosphatidylcholin (PC). PC sorgt dafür, dass das Vitamin A besser in die Haut eindringt, was Voraussetzung für die Umwandlung in die aktive Vitamin A-säure ist. Ein weiterer Vorteil ist, dass sich oberflächliches Keratin mit PC verbindet und die Narbe so weich gehalten wird. Verhärtungen werden gemildert.

Man kann auch Vitamin-Masken einsetzen, die zusätzlich Fettkomponenten sowie Vitamin C-phosphat-Liposomen (ebenfalls PC-haltig) und Vitamin E-Nanopartikel enthalten. Enzymatisch freigesetztes Vitamin C ist bei atrophischen Narben nützlich, da sich dort wenig Kollagen bildet. Vitamin E hat sich bei Dehnungsstreifen präventiv bewährt. Für die Wiederherstellung einer maximalen Hautelastizität eignen sich alle Präparate, die Linolsäure enthalten, da sie die äußerliche Barrierschicht geschmeidig erhält. Linolsäure ist in PC und vielen pflanzlichen Ölen in hoher Konzentration enthalten. Beispiele sind Weizenkeimöl und Traubenkernöl.

## Pflegemöglichkeiten

Obwohl der transepidermale Wasserverlust von Narbenoberflächen wesentlich geringer ist als der von normaler Haut, kann eine weitere Senkung durch fettreiche Präparate von Vorteil sein. Bei Akne-Haut sind Verhornungsstörungen typisch. Dabei sind essenzielle Fettsäuren von Pflanzenölen wichtig, um neuen Komedonen vorzubeugen. Paraffinöle sind diesbezüglich kontraproduktiv. Deshalb sollten sie nicht zur Anwendung kommen.

Die Anregung der Mikrozirkulation in und um die Narbe beschleunigt die Stoffwechselforgänge und somit auch Umbauvorgänge im Gewebe. Daher bieten sich Massagen mit belebenden ätherischen Ölen und koffeinhaltigen Teepräparaten an. Ölmischungen, z. B. aus Mandel-, Avocado-, Oliven-, Traubenkern- und Jojobaöl, sorgen mit nativem PC für gute Massage-Eigenschaften und mildern die Verhärtungen.

## Verschiedene Peelings

Vor der Massage helfen kosmetische Peelings beim Abtragen oberflächlicher Verhärtungen. Dabei sollten Wachspartikel in wasserhaltigen Cremes eingesetzt werden. Das Schleifen der Narbenränder per Mikrodermabrasion ist die

apparative Parallele. Werden Narbenränder abgetragen, ist das regenerationsfördernd und kontrastmildernd. Chemische Peelings mit Fruchtsäuren oder Trichloressigsäure (medizinisch) bringen zwar einen gewissen Erfolg, sind aber kein Mittel für Daueranwendungen, da die Haut stark beansprucht wird. Wichtig sind juckreizhemmende Präparate, vor allem bei Keloiden. Dabei werden in der Kosmetik die Klassiker Harnstoff und Allantoin, in der Medizin Lokalanästhetika wie Lidocain eingesetzt. Ob sich Parakresse-Extrakt auch eignet, wird zurzeit überprüft.

## Gezielt entgegensteuern

Zwiebelextrakt hemmt zu starke Gewebeneubildung. Deshalb wird es bei den zur Hypertrophie neigenden Narben genutzt. Dadurch wird die Bildung von kollagenhaltigem Bindegewebe vermindert.

Wichtig ist die Prävention von erneuten Entzündungen, insbesondere von neuen Komedonen bei zu Akne neigender Haut. Gleiches gilt bei starken Barriestörungen. Hier hängt es von der jeweiligen individuellen Hauteigenschaft ab, welche Wirkstoffe präventiv am besten wirken. Bewährt haben sich Zusätze von Nachtkerzenöl, Leinöl oder Hagebuttenkernöl in den Massageölen oder Pflegecremes. Die Öle enthalten dreifach ungesättigte essenzielle Fettsäuren, deren Abbauprodukte in der Haut stark entzündungshemmend sind. Neben den fetten Ölen werden auch wässrige Nanopartikel angeboten, die nicht fetten und schnell einziehen.

Schnell einziehende Cremes sind auch beim Sonnenschutz notwendig. Sie sollten in der INCI lesen und beachten, dass keine Ethoxilate und andere komedogene Komponenten enthalten sind. Wenn Narben durch ihre Farbe auffallen, kann man entweder mit wenig Selbstbräuner oder bleichenden Präparaten nachhelfen, um den Kontrast zu mildern.

## Narben abdecken

Beim Einsatz von Make-up ist die Verträglichkeit der Grundlagen ebenfalls zu überprüfen. Wenn die Regeneration im Vordergrund steht, darf das Make-up nicht zu okklusiv sein. Andererseits können okklusive Abdeckungen wie oben beschrieben auch Vorteile haben. Darüber hinaus können spezielle Puder die Auffälligkeit von Narben reduzieren. Solange sich noch keine bleibende Narbe mit einer trockenen Oberfläche gebildet hat und zum Teil noch feuchtes Granulationsgewebe vorliegt, können D-Panthenol und Echinacea-Extrakt den Heilungsprozess unterstützen. In diesem Stadium ist es sehr wichtig, durch aseptische Verhält-

nisse Neuinfektionen zu verhindern.

Neben den medizinischen Behandlungen bietet die Kosmetik beim Umgang mit Narben viele Möglichkeiten. Der Mix aus kurzfristigen dekorativen Maßnahmen und langfristiger Behandlung mit geeigneten Wirkstoffen gibt in den meisten Fällen eine gute Hilfestellung.

Dr. Hans Lautenschläger