

Übersicht zur Behandlung von Problemhäuten

veröffentlicht in *Kosmetik International* 2012 (8), 16-19

Will man ein Haus sanieren, beginnt man am besten mit dem Dach. Auf die Problemhaut bezogen hat die Hautbarriere Priorität. Dann folgt die Renovierung sprich Regeneration. Doch welche Wirkstoffe sind dazu geeignet? Orientierende Hilfen gibt der folgende Beitrag.

Bei Abweichungen von der Normalität gestaltet sich die Hautpflege immer schwierig. Die Präparate sollen schützen, aber die Wirkstoffe perfekt dorthin kommen, wo sie benötigt werden. Gemäß der von Prof. Dr. Albert Kligman begründeten Korneotherapie löst man diesen "gordischen Knoten", indem man erst Wirkstoffe mit Trägerkörpern in die Haut schleust und dann mit lamellaren Cremebasen die Barriere schließt, ohne sie zu versiegeln. Die Auswaschverluste von Wirkstoffen und Pflegekomponenten bei der Hautreinigung sind dann nur gering.

Die einzelnen Schritte

Die Behandlungen von Akne, Neurodermitis & Co gehören selbstverständlich in ärztliche Hände. Jede Problemhaut benötigt darüber hinaus aber eine geeignete kosmetische Pflege, die mindestens ebenso wichtig wie eine medikamentöse Behandlung ist. Hautanalyse und profundes Hintergrundwissen über kosmetische Wirkstoffe sind dabei entscheidend, um gute Resultate zu erreichen. Denn ergebnisloses Ausprobieren kostet Zeit und nervt die Betroffenen. In der Tabelle finden Sie Anhaltspunkte, welche Wirkstoffe in Frage kommen.

Haut-Typ	Reinigen	Peeling	Tonisieren (Lotion)	Maske	Massage
Trockene und fettarme Haut	Alkylpolyglycoside (Gel) oder Triglyceride (Milch)	Jjoba-Beads; kein Peeling bei rissiger Haut	Phosphatidylcholin, D-Panthenol	Regeneration: Vitamine A, B ₃ , C, E, Linolsäure Radikalfänger: Oligomere Proanthocyanidine (OPC) Moisturizer: Aminosäuren, Hyaluronsäure, Glycerin, Aloe, Alginsäuren Adstringenzen (bei rissiger Haut): Gallussäure, Tannine, Polyphenole Barriereschutz: Phytosterine, Ceramide, langkettige Fettsäuren, hydriertes Phosphatidylcholin, Triglyceride, Squalan	Weizenkeimöl, Avocadoöl, Jojobaöl
Barrieregestörte, zu Entzündungen neigende Haut	Alkylpolyglycoside (Gel) oder Triglyceride (Milch)	nein	Phosphatidylcholin, D-Panthenol; CM-Glucan vor Nassrasur	Entzündungshemmung: α - und γ -Linolensäure, Boswelliasäuren Juckreizhemmung: Harnstoff, Allantoin, Fettsäureamide Antimikrobiell: Betulinsäure Regeneration: Vitamine A, B ₃ , C, E, Linolsäure Moisturizer: Aminosäuren, Hyaluronsäure, Glycerin; nach Laserbehandlung und Rasur auch CM-Glucan, Alginsäure, Aloe Barriereschutz: Phytosterine, Ceramide, langkettige Fettsäuren, hydriertes Phosphatidylcholin, Triglyceride, Squalan	Nachtkerzenöl, Weizenkeimöl, Avocadoöl
Altershaut: verhornt, trocken, faltig	Alkylpolyglycoside (Gel) oder Triglyceride (Milch)	Jjoba-Beads oder Enzyme	Phosphatidylcholin, D-Panthenol	Regeneration: Vitamine A, B ₃ , C, E, Phytohormone, Phosphatidylcholin Moisturizer: Aminosäuren, Hyaluronsäure, Glycerin, Alginsäuren Stoffwechselanregung: Coffein, Grüner Tee, Coenzym-Q ₁₀ , Radikalfänger: Oligomere Proanthocyanidine (OPC) Faltenreduzierung: Spilanthol, Peptide Barriereschutz: Phytosterine, Ceramide, langkettige Fettsäuren, hydriertes Phosphatidylcholin, Triglyceride	Avocadoöl, Weizenkeimöl, Jojobaöl
Normale und Mischhaut	Alkylpolyglycoside (Gel) oder Triglyceride (Milch)	Jjoba-Beads oder Enzyme	D-Panthenol	Moisturizer: Aminosäuren, Glycerin Barriereschutz: Phytosterine, Ceramide, langkettige Fettsäuren, hydriertes Phosphatidylcholin, Triglyceride, Squalan	Jojobaöl
Rosacea-Haut Couperose-Haut	Alkylpolyglycoside (Gel) oder Phosphatidylcholin, Azelainsäure (Lotion)	nein	D-Panthenol	Entzündungshemmung: α - und γ -Linolensäure, Boswelliasäuren Regeneration: Vitamine A, B ₃ , C, E Moisturizer: Aminosäuren, Glycerin Radikalfänger: Oligomere Proanthocyanidine (OPC) Antimikrobiell: Azelainsäure, Betulinsäure Gefäßstabilisierung: Sonnenhut, Mäusedorn Barriereschutz: Phytosterine, Ceramide, langkettige Fettsäuren, hydriertes Phosphatidylcholin, Triglyceride, Squalan	mit Bestandteilen der Maske
Fetteiche Haut	Alkylpolyglycoside (Gel)	Jjoba-Beads oder Enzyme	Phosphatidylcholin, D-Panthenol	Regeneration: Vitamine A, B ₃ , C, E, Phosphatidylcholin Bei feuchtigkeitsarmer Haut zusätzlich Moisturizer: Aminosäuren, Glycerin	Hagebuttenkernöl
Unreine, zu Akne neigende Haut	Alkylpolyglycoside (Gel) oder Phosphatidylcholin, Azelainsäure (Lotion); bei trockener Haut ggf. Triglyceride (Milch)	Enzyme; bei trockener Haut auch Jjoba-Beads	Phosphatidylcholin, D-Panthenol, Azelainsäure	Entzündungshemmung: α - und γ -Linolensäure Regeneration: Vitamine A, B ₃ , C, E, Phosphatidylcholin, Linolsäure, Phytohormone Antimikrobiell: Azelainsäure Moisturizer (bei trockener Haut): Aminosäuren, Glycerin Barriereschutz (bei trockener Haut): Phytosterine, Ceramide, langkettige Fettsäuren, hydriertes Phosphatidylcholin, Triglyceride, Squalan	Hagebuttenkernöl, Weizenkeimöl
After Sun	Alkylpolyglycoside (Gel) oder Triglyceride (Milch)	nein	Phosphatidylcholin, D-Panthenol, CM-Glucan	Entzündungshemmung: α - und γ -Linolensäure, Boswelliasäuren Regeneration: Vitamine A, B ₃ , C, E, D-Panthenol Moisturizer: Aminosäuren, Hyaluronsäure, Glycerin, Alginsäuren, Aloe	ggf. mit Bestandteilen der Maske
Zu Schuppenflechte neigende Haut	Alkylpolyglycoside (Gel) oder Phosphatidylcholin, Fumarsäure (Lotion)	nein	Phosphatidylcholin, D-Panthenol, Fumarsäure	Entzündungshemmung: α -, γ -Linolen- und Boswelliasäuren Antimikrobiell: Betulinsäure, Regeneration: Vitamine A, B ₃ , C, E, Fumarsäure Barriereschutz: Phytosterine, Ceramide, langkettige Fettsäuren, hydriertes Phosphatidylcholin, Triglyceride, Squalan	mit Bestandteilen der Maske

Bemerkungen zu den einzelnen Behandlungsschritten:

- **Reinigen:** Alkylpolyglycoside sind ein Beispiel für sehr milde Reinigungskomponenten in Gelen. Triglyceride sind typische fettlösende Bestandteile in Emulsionen (Milch), deren Überschuss nachträglich mit einem Schwämmchen oder mit Wasser entfernt wird. Liposomale Lotionen mit Phosphatidylcholin (PC) sind multifunktionell, d. h. sie reinigen und transportieren gleichzeitig an PC gebundene Linolsäure (antiinflammatorisch) und optional Azelainsäure (antimikrobiell) oder bei Schuppenflechte Fumarsäure in die Haut.
- **Peeling:** Jojoba-Beads stehen stellvertretend für sanfte, mechanische Wachsreibe Körper. Enzympeelings gibt es in vielen Varianten, z. B. als Pulver, das mit Wasser angerührt eine Zeitlang auf der Haut belassen und dann mit Wasser entfernt wird.
- **Tonisieren:** bedeutet, die Haut aufnahmefähig zu machen. Dazu sind Inhaltsstoffe wie PC und D-Panthenol notwendig, die die Hautbarriere für die Wirkstoffe der folgenden Maske durchlässig machen. Ausnahme: CM-Glucan.
- **Maske:** Im ersten Schritt werden diejenigen Wirkstoffe appliziert, die die Hautbarriere passieren sollen. Danach werden die Barrierschutzstoffe unter leichter Massage aufgetragen (Ausnahmen sind fettreiche Haut und After Sun). Die Massage wird ggf. unter Zuhilfenahme von Massageölen verstärkt.
- **Massage:** Die reinen Öle können pur oder in Kombination mit den bei der Maske angegebenen Barrierschutzstoffen verwendet werden. Praktisch sind analog zusammengesetzte Massagecremes.
- Die **Heimpflege** kann Wirkstoffe der Maske und die in der Spalte "Massage" aufgeführten Öle enthalten.

Wie man sieht, kann man bei gezieltem Einsatz mit einem relativ kleinen Repertoire an Wirkstoffen viele Problemhäute pflegen. Einige in der Tabelle angegebenen Wirkstoffe stehen stellvertretend für andere mit ähnlicher Wirksamkeit (s. Radikalfänger). Andererseits sind manche Wirkstoffe wie Aminosäuren multifunktionell (in diesem Fall Moisturizer und Ra-

dikalfänger), auch wenn sie nur unter einer einzigen Wirkung eingeordnet sind.

Dr. Hans Lautenschläger