

Herrenkosmetik – Was braucht die Männerhaut?

veröffentlicht in Kosmetische Praxis 2008 (5), 8-10

Die Werbetrommel der Kosmetikbranche für die Männerkosmetik trägt ihre Früchte – nun soll der Markt bereits zweistellig wachsen. Welche Präparate ER wirklich benötigt, lesen Sie hier.

Lange Zeit hat es gedauert, das Bedürfnis der Männer nach Düften, Cremes und Make-up zu wecken - die Zeiten, in denen sie mit Rasierseife und Aftershave auskamen, sind endgültig vorbei. Deos und Düfte haben sich lange etabliert und Lippenstifte sowie Make-up gehören schon vielfach zum Alltag in den Badezimmern. Die Männer emanzipieren sich auf diesem Gebiet. Angeblich brauchen sie schon länger im Bad als die Frauen.

Die kleinen Unterschiede

Viele männertypische Präparate heißen anders, haben aber die gleiche Zusammensetzung, andere wiederum unterscheiden sich grundlegend von den Damenprodukten. Unterschiedlich ist auch die Haut der Männer.

Bindegewebe und Muskulatur: Im Vergleich zu den Frauen sind das Bindegewebe und die hautnahe Muskulatur fester, der spezifische Kollagengehalt der Haut ist höher und die Neigung zu Fettdepots geringer.

Talg- und Schweißproduktion: Die Sebumproduktion und damit auch der äußere Lipidfilm sind ausgeprägter, was in der Summe ein günstigeres Wasserrückhaltevermögen der Haut bewirkt. Außerdem hat die Männerhaut eine höhere Anzahl an Schweißdrüsen – Männer schwitzen schneller und stärker.

Behaarung: Zusammen mit dem erhöhten Sebumfluss führt die stärkere Behaarung zu einer höheren Inzidenz von Akne und Pickeln – insbesondere in und nach der Pubertät. Anlagebedingte Verhornungsstörungen an den Talgdrüsenausgängen und die Besiedlung durch pathogene Keime wirken sich dementsprechend stärker aus. Die vermehrte endogene Fettung macht die Haut auf natürliche Weise glatter, aber auch grobporiger.

Faltenbildung: Aufgrund des günstigen Wasserhaushalts treten Falten später auf, sind dann aber tiefer und im Einzelfall für das individuelle Gesicht sehr charakteristisch. Deshalb akzeptieren Frauen alternde Haut bei Männern eher als umgekehrt.

Wie bei der Frau verhält sich jede männliche Haut anders. Sie kann sehr sensibel und trotz

des dickeren Hautaufbaus mit ähnlichen Hautproblemen behaftet sein wie Frauenhaut. Barrierestörungen bis hin zur atopischen Haut kommen oft vor und müssen analog behandelt werden. Problematisch sind häufig Mikroverletzungen während der Nassrasur. Spezifisch dafür entwickelte Präparate sollen Abhilfe schaffen.

Details zu einzelnen Präparategruppen finden Sie in der nachfolgenden Übersicht.

Familienseife & Co

Reinigungsprodukte sind zwar – was die Verwendungshäufigkeit anbelangt – naturgemäß dominierend, unterscheiden sich aber am wenigsten von Damenprodukten. Oft benutzt die ganze Familie die gleiche Seife, Duschcreme und das gleiche Shampoo. Zwei kleine Besonderheiten: Männer lieben andere Duftnoten und ihr Haar ist weniger anspruchsvoll, was die Auswahl des Shampoos betrifft, da es in der Regel wesentlich kürzer ist. Bei eher selten gewordenen langen Haaren ist aber auf die Konditionierer und Pflegesubstanzen in den Rezepturen zu achten, damit man nach dem Föhnen keine Überraschungen erlebt.

Vor und nach dem Rasieren

Die Rasur hat im letzten Jahrzehnt stark zugenommen, da es nicht nur den Barthaaren, sondern nun auch den Haaren auf der Brust, im Achsel- und Schambereich sowie an den Beinen an den Kragen geht. Was früher der ganze Stolz des Mannes war – die Brusthaare sind heute schon fast verpönt. Ein optischer Vorteil: Männer im fortgeschrittenen Alter eliminieren so gleich die grauen Haare. Allgemein nähern sich heterosexuelle Männer in ihrem Äußeren und im Gebrauch kosmetischer Präparate dem femininen Verhalten immer mehr an. Bereits in den neunziger Jahren wurde für dieses Verhalten der Begriff "Metrosexualität" geprägt.

Gele und Emulsionen: Zu den Klassikern wie Rasierseife, Rasiercreme und Aftershave haben sich Produkte mit entzündungshemmenden Komponenten gesellt. Diese meist fettfreien

Gele oder nur schwach fettenden Emulsionen werden vor und nach der Nass-Rasur angewandt. Typische entzündungshemmende Stoffe sind Algenextrakt, Allantoin, Aloe vera, Bisabolol, Calendula, CM-Glucan, D-Panthenol, Hamamelis-Extrakt, Kamillenextrakt, Leinöl, Linolsäure, Salizylsäure und Spitzwegerich. Die Gelkörper enthalten Polysaccharid-ähnliche Stoffe wie beispielsweise Xanthan, Alginate und Hyaluronsäure. Die glättende Wirkung der Gele erleichtert die Rasur. Wenn zusätzliche barriere-stärkende Stoffe nach der Rasur erwünscht sind, sind DMS-Zusätze (After Shave Balm) zu empfehlen.

Rasierseifen: Sie werden alternativ zu den Gelen verwendet und bestehen auch heute noch aus überfetteten Alkaliseifen (Kalium- und Natriumsalze der Stearinsäure und Palm- oder Kokosölfettsäuren). Liegt ihr pH-Wert im alkalischen Bereich, kann man einige in den oben genannten Gelen verarbeitbare Wirkstoffe aus Stabilitätsgründen nicht einsetzen.

Preshaves: Vor der Trockenrasur hilft kaltes Wasser, um die Haut zu straffen und das Rasierergebnis zu optimieren. Dem gleichen Zweck dienen höher alkoholhaltige Preshaves, die gleichzeitig durch den Zusatz von Gleitmitteln – meist sind es Silikone – die Rasur erleichtern sollen.

Aftershaves: Hier bilden nach wie vor hochalkoholhaltige Lotionen mit herben Duftnoten die Mehrheit. Auch sie können entzündungshemmende Bestandteile enthalten. Daneben gibt es alkoholhaltige (bis 20% Ethanol) oder alkoholfreie Balms, die zusätzlich diverse fettende und kühlende Komponenten (insgesamt ca. 10%) enthalten. Während diese sehr flüssig sind, gibt es auch spezielle Cremes für die trockene Haut. Ihr Marktanteil ist jedoch sehr klein.

Laserepilation: Wird mit dem Laser epiliiert, können Tyrosinasehemmer auf pflanzlicher Basis und Vitamin C-phosphat (Ascorbylphosphat) in Kombination angewendet werden, um Hyperpigmentierungen zu unterdrücken.

Sanfte Deos für IHN

Die oben beschriebene Änderung der Kultur-gewohnheiten (vermehrte Rasur) führt zwangsläufig zu einem ungeahnten Anstieg des Deo-Verbrauchs. Insbesondere im Achsel- und Schambereich entsteht so ein feuchtes und für Keime geradezu ideales Mikroklima. Denn nun fehlt die Isolierschicht - Achsel- und Schamhaare. Die Feuchtigkeit kann nur schwer entweichen, da Haut auf Haut liegt. Was zu nächst sehr ästhetisch anmutet, kann also schnell zu unerwünschten Begleiterscheinungen wie einem Hautpilz und Reizungen führen. Die Situation ist also ganz ähnlich wie in den Zehenzwischenräumen, die bekanntlich besonders anfällig sind. Beim Ausrasieren kommt es

häufig zu kleinen Mikroverletzungen, wodurch Mikroorganismen noch schneller eindringen können.

Männer schwitzen schneller und stärker; zudem sind Männer empfindlicher, als man denkt. Daher sind insbesondere in den Achselhöhlen und im Intimbereich sanfte Deos notwendig. Neuere Präparate enthalten neben den antitranspiranten und keimhemmenden Wirkstoffen auch substanzielle Pflegebestandteile. Besonders verträglich sind emulgatorfreie Produkte, da Emulgatoren die Barriere zusätzlich belasten. Hauptwirkstoffe sind neben den bekannten Aluminiumsalzen Farnesol und Pflanzenextrakte wie z. B. schweißhemmender Salbeiextrakt.

Peelings gehören auch dazu

Institutsbehandlungen beinhalten meist ein Peeling. Peelings sind nicht männerspezifisch und in der Regel stehen Enzym- und Creme-Peelings mit Wachsreibe-körpern, Salz-Peelings sowie Fruchtsäure-Behandlungen auf dem Plan. Letztere stressen die Haut am stärksten und sollten trotz dickerer Haut – insbesondere wenn sie öfter angewandt werden - möglichst in enger Absprache mit einem Dermatologen nach medizinischer Indikation durchgeführt werden.

Lotionen sind sehr beliebt

Bei Männern muss es immer schnell gehen – daher stehen Lotionen besonders hoch im Kurs. Gesichts- und Körperlotionen werden in allen Variationen angeboten – von erfrischend bis pflegend. Abgesehen von den Duftnoten, die sich von den Damenpräparaten unterscheiden, ist die generelle Zusammensetzung praktisch die gleiche, wobei der Fettgehalt durchaus geringer sein kann. Wässrige Präparate sind den stark alkoholischen hautphysiologisch vorzuziehen. Emulgatorfreie Barrierelotionen auf der Basis flüssiger Nanopartikel sind nicht nur für die normale, sondern auch für die barriere-gestörte Haut ideal.

Masken und Cremes

Mit Ausnahme von reichhaltigen Vitamincremes, die auch in der Heimpflege benutzt werden können, sind Masken eine Domäne der Institute. Hier bieten sich vor allem variable Baukastensysteme an, da sie die kostspielige Vorratshaltung vieler unterschiedlicher Varianten überflüssig machen. Die Wirkstoffe der Masken richten sich nach den Hautdiagnosen oder speziellen Wünschen. Im Allgemeinen sind die Cremes fettarm (siehe oben).

Vielfach werden auch fettfreie oder fettarme Gele – insbesondere zur Behandlung von Tränensäcken und Augenringen – angewendet.

Typische Wirkstoffe für die Augenpflege sind Vitamin K, Hyaluronsäure, Mäusedorn, D-Panthenol und Gurkenextrakt. Darüber wurde kürzlich berichtet: Kosmetische Praxis, Ausgabe 3/2008, Seite 12-15.

Sonnenprodukte benutzen die Männer schon immer. Ihre Vorliebe geht aber auch hier zu schnell einziehenden, weniger fettenden Cremes. Selbstbräuner sind zur Zeit noch unter "ferner liefern" einzuordnen.

Natürlich geschminkt

Für die dekorative Kosmetik im Institut eignen sich Baukastensysteme. Die Farben der Produkte – Make-up, Puder, Liner, Lippenstifte & Co – sind eher zurückhaltend und betonen die natürliche Haut. Hauptanwendungsgebiet ist eindeutig die Problemhaut. Meist lernen Jugendliche wegen einer Akne kosmetische Anwendungen überhaupt kennen. Fettarme Präparate auf Linolsäurebasis sind auf längere Sicht die beste Wahl. Phosphatidylcholin-haltige Lotionen in Liposomenform haben sich bei Akne vulgaris ersten und zweiten Grades bestens bewährt und helfen auch bei der Behandlung von Aknenarben. Daneben können man-

che Haargele und rückfettenden Shampoos aufgrund ihrer Zusammensetzung kontraproduktiv sein; das ist besonders bei jugendlicher Akne zu beachten. Cremes sollten frei von ethoxilierten Alkoholen (PEG) sein.

Paarbehandlung liegt im Trend

Ansonsten scheinen Männer in den Kosmetikinstituten pflegeleicht und für die fachkundige Beratung sehr aufgeschlossen zu sein. Da auch ihre Mundpropaganda bestens funktioniert, können gute Institute zukünftig einen nennenswerten Teil ihrer Einkünfte über die Behandlung von Männern generieren.

Ein gutes Maß an Skepsis gegenüber der Werbung der Kosmetikfirmen ist allerdings mit einzukalkulieren - hier reagieren Männer wesentlich nüchterner. Eine klare und verständliche Argumentation kommt bei ihnen an. Männer wollen gleich gute Ergebnisse sehen. Ein interessanter Trend ist die Paarbehandlung in größeren Instituten, Hotels oder Thermen, die Wellness oder noch besser Medical Wellness anbieten.

Dr. Hans Lautenschläger