

Couperose - ein Thema für Wirkstoffkonzentrate

veröffentlicht in Kosmetische Praxis 2007 (1), 8-10

Die Couperose - ein schwieriges Thema in der Kosmetik: ihre Entstehung und ihre Behandlung bergen noch etliche Fragen. Wie viele andere Problemhäute benötigt aber gerade die Couperose eine gut durchdachte Hautpflege. Besonders für die unterstützende Prävention spielt sie eine wichtige Rolle, wenn eine Neigung zur Couperose erkennbar ist oder sie familiär gehäuft auftritt.

Der Ausdruck Couperose ist französischen Ursprungs und lautet übersetzt "Kupferrose" oder "Kupferfinne". Damit sind Erweiterungen kleiner oberflächlicher Blutgefäße gemeint, die sich durch eine charakteristische kupferrote Farbgebung auszeichnen. Sie gehören zu den Teleangiectasien, die auf eine Schwäche der Kapillaren und des Bindegewebes hindeuten. Häufige Ursache ist eine Kälteeinwirkung auf die Gesichtshaut, die zu einer Lähmung und damit zu einer Instabilität der Kleinstkapillaren führt. Die Erweiterungen der Blutgefäße erscheinen äußerlich zuweilen punktförmig, meist jedoch fadenförmig.

Im Bereich der Gesichtshaut werden die Begriffe Couperose und Teleangiectasien mehr oder weniger synonym verwendet, wenn sie gehäuft und lokal begrenzt an den Wangen und um die Nasolabialfalte auftreten.

Vom medizinischen Standpunkt ist das Erscheinungsbild nicht immer eindeutig und eine exakte Abgrenzung zu Rosacea, Erythrosis und aktinischen Hautveränderungen zuweilen schwierig.

Zuerst war eine Rosacea ...

Die Couperose kann unter anderem die Folge einer vorausgehenden Rosacea-Erkrankung sein. Die Rosacea äußert sich anfangs durch temporäre Hautrötungen, die Stunden oder Tage andauern können. Diese Rötungen werden durch Stress, Erregung, Alkaloide (Kaffee, Tee), Alkohol, scharfe Gewürze sowie äußerliche Temperatureinflüsse verstärkt. Auf Dauer werden die hyperreaktiven Blutgefäße geschädigt und es kommt zu bleibenden Teleangiectasien und zu entzündlichen Vorgängen im Bereich des Gefäßendothels mit Erythem-Bildung. Wenn der hellrote Ton dominiert, sind arterielle Gefäße betroffen, bei venösen Gefäßen erscheint die Haut bläulich.

Früh an Prävention denken

Da Teleangiectasien in der Regel persistent sind, ist die Prävention bei einer erkennbaren

Neigung besonders wichtig. D. h. Unterkühlungen der Hautoberfläche im Winter durch trocken-kalten Wind und Überhitzung der Haut durch direkte Infrarotstrahlung des Sonnenlichts (anhaltendes Sonnenbaden) oder Sauna müssen unbedingt vermieden werden. Dies gilt nicht nur für das Gesicht, sondern auch für die empfindlichen Ober- und Unterschenkel. Dort spricht man auch von Besenreisern. Mechanische Druck-Einwirkungen sind eine häufige Ursache im Fußbereich, wenn ungeeignetes Schuhwerk getragen wird. Naturgemäß werden die Grundlagen bei Frauen im jugendlichen Alter gelegt, wenn modische Gesichtspunkte dominieren und präventive Gesundheitsaspekte eine geringe Priorität haben.

Selbstverständlich spielen aber auch andere Ursachen eine Rolle wie z. B. Venenleiden (Unterschenkel!) oder Arzneimittel, z. B. die Langzeitanwendung von Corticoiden. Häufiges Nasenbluten kann ein Indiz für eine besondere Empfindlichkeit der Blutgefäße sein. Die Schwäche von Bindegewebe und Kleinstkapillaren macht sich auch durch bläuliche Verfärbungen der Haut bei nur leichten mechanischen Beanspruchungen bemerkbar. Dunkle Augenringe gehören ebenfalls in dieses Bild.

Sanft reinigen und schützen

Bei Reinigungspräparaten müssen scharfe Tenside auf Laurylsulfat- oder Laurylethersulfat-Basis unbedingt vermieden werden, da sie nicht nur zu einer starken Entfettung, sondern auch zu Reizungen führen können. Besser geeignet sind in jedem Fall lauwarmes Wasser und schwach konzentrierte Präparate mit hautschonenden Inhaltsstoffen. Wenn Make-up entfernt werden soll, ist eine Reinigungsmilch vorzuziehen.

Zur Prävention einer sonnenbedingten Erythem-Bildung ist ein Lichtschutzpräparat zu empfehlen. Doch sollte das nicht dazu verleiten, sich lange in der prallen Sonne aufzuhalten, da die Infrarotstrahlung ungehindert in die oberen

Hautschichten eindringt und durch ihre Hitzeentwicklung Gewebe und Gefäße schädigt.

Reizarme Hautpflege

Für die Hautpflege sind bei Couperose und Teleangiektasien möglichst reizarme Präparate zu verwenden. Da die Haut bei Couperose sehr empfindlich und durchlässig ist, sollte auf potenziell irritierende oder sensibilisierende Stoffe (Duftstoffe, Konservierungsmittel) ganz verzichtet werden. Dies gilt umso mehr, wenn eine Corticoid-Behandlung im Verlauf einer Rosacea-Behandlung über längere Zeit erfolgt ist, da die Atrophierung der Haut die Durchlässigkeit für schädigende Substanzen weiter erhöht. Weil die oberflächlichen Gefäße wie oben erwähnt empfindlich auf mechanische Einwirkungen reagieren, sind - wenn überhaupt - nur sanfte Massagen zu empfehlen. Reibende Peelings sind ganz zu vermeiden oder nur äußerst vorsichtig durchzuführen; besser geeignet sind Enzym-Peeling-Masken. Pflegecremes sollen atmungsaktiv sein und sparsam aufgetragen werden. Hohe Konzentrationen indifferenten langkettiger Kohlenwasserstoffe (Mineralöle, Wachse) sind ungünstig, da sie zu einer künstlichen Quellung der obersten Hautschichten führen. Selbst Konsistenzgeber, die sonst einen positiven, regulierenden Einfluss auf die Hautfeuchte haben, weil sie einen schwachen Film auf der Haut hinterlassen, scheinen zuweilen kontraproduktiv zu sein. Gefragt sind daher eher Produkte, deren Zusammensetzung der individuellen Haut sehr nahe kommt und möglichst ohne belastende Hilfsstoffe auskommt.

Zu den belastenden Hilfsstoffen gehören auch Emulgatoren synthetischer Art, die nicht abgebaut werden und das Hautgefüge destabilisieren. Wenn Emulgatoren verwendet werden, sollten es möglichst Mono- und Diglyceride physiologischer Fettsäuren sein, da sie sich in das Hautgleichgewicht integrieren können.

Wirkstoffe gezielt einsetzen

Wirkstoffe sollten nur gezielt eingesetzt werden. Bei der Auswahl für die Couperose-spezifische Hautpflege sind die folgenden Eigenschaften von Interesse:

- **Beruhigung** der Haut, insbesondere bei einer bestehenden Rosacea, und damit verbunden eine antierythematöse Wirkung
- **Stabilisierung** der oberflächlichen Blutgefäße
- **entzündungshemmende Wirkung**, vor allem bei gleichzeitiger Rosacea und aktinischen Keratosen

- **antimikrobielle Wirkung**, da couperöse Haut sehr durchlässig und damit besonders empfindlich ist
- **Regenerationsförderung** bei Rosacea

Wenn eine Schwäche der Gefäße und des Gewebes vorliegt, sollte man generell sehr sparsam mit hochkonzentrierten wässrigen (hypertonen) oder wässrig-alkoholischen Lösungen umgehen. Diese können leicht zu vorübergehenden, unbeabsichtigten Reizungen führen, wenn die Pflegeprodukte statt 1-2-mal täglich öfter und in hoher Dosierung aufgetragen werden und sich die wasserlöslichen Bestandteile zwangsläufig in der Haut aufkonzentrieren.

Die Wirkstoffe werden zweckmäßig zuerst partiell an den betroffenen Stellen appliziert und dann wird die Pflegecreme auf die gesamte Haut aufgetragen. Im Einzelnen kommen die folgenden Wirkstoffe in Frage:

- **Vitamin K1** wirkt beruhigend und gefäßstabilisierend bei Hautrötungen, Besenreisern und traumatischen sowie behandlungsbedingten Purpura (z. B. nach Laser oder Schönheitschirurgie) und dunklen Augenringen.
- **D-Panthenol** erhöht die Hautfeuchte, wirkt hautglättend und verstärkt die Zellteilungsrate (heilungsfördernd). Es hemmt den Juckreiz und entfaltet eine antibakterielle Wirkung.
- **Weihrauch-Extrakt (Boswellia sacra)** hemmt die Expression von Metalloproteinasen, die am Kollagenabbau beteiligt sind. Boswellia blockiert die 5-Lipoxygenase, ein Schlüsselenzym bei Entzündungsprozessen. In Nanopartikeln verpackter Weihrauchharz-Extrakt wird speziell zur Pflege bei aktinischen Keratosen eingesetzt.
- **Kamille** wirkt reizlindernd, antierythematös, antiseptisch und entzündungshemmend.
- **Aloe Vera** wirkt durch Aminosäuren und oberflächliche Filmbildung feuchtigkeitsspendend, darüber hinaus entzündungshemmend und wundheilend.
- **Mäusedorn-Extrakt** wirkt entzündungshemmend, adstringierend und ödemhemmend sowie venentonisierend und kapillarabdichtend.
- **Echinacea (Sonnenhut)** hemmt die Hyaluronidase, wirkt antiseptisch und antientzündlich. Die wundheilende Wirkung ist schon lange aus der Volksmedizin bekannt.
- **Leinöl** wirkt in Form wasserdispersierbarer Nanopartikel antierythematös und entzündungshemmend. Es ver-

- sorgt die Haut mit Omega-3-Fettsäure (α -Linolensäure).
- **Nachtkerzenöl** wirkt in Form wasserdispergierbarer Nanopartikel entzündungshemmend. Es versorgt die Haut mit Omega-6-Fettsäure (γ -Linolensäure). Es ist topisch besser wirksam als oral.
 - **Vitamin A bei Rosacea** fördert die Kollagen-Neubildung und Regeneration der Haut
 - **Salicylsäure bei Rosacea** wird als Reinsubstanz oder in Form von Weidenextrakt bei Rosacea eingesetzt. Salicylsäure wirkt keimhemmend und antiinflammatorisch.

Mischungen der Wirkstoffe mit Liposomenkonzentraten oder Verkapselung der Wirkstoffe in Liposomen und Nanopartikeln erhöhen die Penetration und Wirksamkeit deutlich. Insbesondere fette Öle und Weihrauchharz verlieren dadurch ihre fettige oder klebrige Konsistenz und verhalten sich dann in der Anwendung wie eine wässrige Lotion.

Rötungen geschickt kaschieren

Zum Schluss noch einige Hinweise zu Make-up und Kaschierung der Couperose im Allgemeinen:

- **Grün-Pigmente** können die Rötungen neutralisieren. Sie werden in Form einer Creme-Foundation vorsichtig aufgetupft und mit dem Pinsel egalisiert.
- Alternativ können zur Abdeckung **Kompakt-Make-ups** mit hohem Pigmentanteil aufgetragen werden. Dabei ist darauf zu achten, dass die Abdeckung nicht zu einer Hautquellung führt, sondern sich atmungsaktiv verhält.
- Mit **Selbstbräunern** auf der Basis von Dihydroxyaceton kann der Teint dunkler eingestellt werden. Die kapillaren Gefäße fallen dadurch weniger auf.
- Mit hautfarbenen dermatologischen **Pudern**, die talkumfrei sind und nicht austrocknend wirken, erreicht man eine natürlich aussehende Hautoberfläche.

Dr. Hans Lautenschläger