Hautreinigung - Die richtige Wahl

veröffentlicht in Kosmetische Praxis 2004 (5), 8-10

Zu den mit Abstand wichtigsten Produkten in der Hautpflege gehören die Hautreinigungsmittel. Sie gehören zur täglichen Hygiene und sind Voraussetzung für weitere Pflegemaßnahmen. Entsprechend vielfältig sind ihr Aufbau und ihre Einsatzgebiete. Die folgende Übersicht soll bei der Produktauswahl helfen.

Die ältesten Hautreinigungsmittel sind naturgemäß Wasser und pflanzliche Öle. Mit Wasser können hydrophile Stoffe, mit Ölen lipophile Substanzen angelöst und entfernt werden. Die einfache Kombination von Wasser und Öl wäre vom physiologischen Standpunkt für die Hautreinigung ideal, vor allem in Hinblick auf Problemhäute. Doch leider sind Wasser und Öl nicht miteinander mischbar und Produkte mit dem Hinweis "Vor Gebrauch zu schütteln!" nicht verkäuflich. Gefragt sind unkomplizierte Reinigungsmittel, die neben wasser- und öllöslichem auch unlöslichen Schmutz sowie lose Hautschüppchen von der Hautoberfläche entfernen können. Zu diesem Zweck werden zusätzliche, oberflächenaktive Hilfsstoffe verwendet, die Öle und Fettstoffe in Wasser emulgieren können und über ein ausreichendes "Schmutztragevermögen" verfügen.

Seifen & Tenside

Die ältesten Stoffe dieser Art sind Seifen, die aus den Natrium- und Kaliumsalzen langkettiger Fettsäuren bestehen. Sie sind auch heute noch in Form der Stückseife im Gebrauch. Seifen traditioneller Zusammensetzung haben zwei Nachteile: der pH ihrer Lösungen liegt zwischen 8 bis 10 und sie reagieren mit den im Wasser gelösten Calcium- und Magnesiumsalzen (Wasserhärte) zu unlöslichen "Kalkseifen", die unansehnliche Rückstände im Waschbecken hinterlassen. Viele Produkte, vor allem die Flüssigseifen, enthalten daher stattdessen synthetische Tenside, die auch mit hartem Wasser verträglich sind und deren pH von neutral bis schwach sauer eingestellt werden kann.

Hilfsstoffe in Produkten

Hautreinigungsmittel können neben den waschaktiven Seifen oder Tensiden eine Reihe weiterer Rezepturbestandteile enthalten.
Überfettungsmittel wie pflanzliche Öle, flüssige Wachse (z. B. Jojobaöl) oder langkettige Säuren (Stearinsäure, Palmitinsäure) dienen der Rückfettung der Haut und sollen eine stärkere Austrocknung verhindern. Sie sind häufig in Baby- und Cremeseifen anzutreffen.
Viele **Rückfetter** bestehen heute unter anderem aus oberflächenaktiven Polyethylenglykol-Derivaten (PEG-Verbindungen). Hier ist eine gewisse Vorsicht bei empfindlicher Haut geboten, da diese Verbindungen als angenehm empfunden werden, aber ähnlich wie Emulgatoren den Aufbau der Lipiddoppelschichten in der Hautbarriere stören können. Personen mit trockener Haut und einer Neigung zur atopischen Dermatitis sollten sie meiden.
Für diese Personengruppe sind auch stärker **schäumende Produkte** wenig geeignet, die meist kurzkettige waschaktive Substanzen wie z. B. Laurylsulfate enthalten. Durch Zusatz von **Schaumstabilisatoren** kann die Schaumbildung noch gesteigert werden, was vor allem bei Wannenbädern erwünscht sein kann. Wenn wie bei Duschpräparaten auch mit einer Anwendung für die Haare gerechnet wird, können **Konditioniermittel** enthalten sein, die eine elektrische Aufladung der Haare nach dem Trocknen unterbinden. Konditionierer ähneln in ihrem Aufbau den Rückfettern; häufig handelt es sich dabei auch um quartäre Ammoniumsalze ("Quats"), in der INCI durch die Silbe ".....onium" erkennbar.
Ein allgegenwärtiger Bestandteil sind **Antioxidanzien**, die zum Schutz sauerstoffempfindlicher Inhaltsstoffe eingesetzt werden. Wenn bei der Hautreinigung Rückfetter oder Fettstoffe wie z. B. bei einer Reinigungsmilch auf der Haut verbleiben, sind Tocopherol- und Ascorbinsäureester vor phenolischen Stoffen wie BHT zu bevorzugen. Je stärker wasserhaltig die Produkte sind, umso häufiger sind **Konservierungsmittel** anzutreffen. Sie sollten aufgrund ihres allergenen Potenzials nicht auf der Haut zurückbleiben, da durch die Reinigung die Barrierefunktion der Haut geschwächt wird, was die Penetration der Konservierungsmittel erleichtert. Alternativ gibt es inzwischen viele konservierungsmittelfreie Produkte, deren so genannte Wasseraktivität

niedrig ist und die Vermehrung von Mikroorganismen nicht zulässt.
Bei Deo-Seifen sollen Bakterizide auf der Haut bleiben, um Körpergerüche zu unterbinden. Ähnlich verhält es sich mit **Duftstoffen**. Um Körpergerüche zu überdecken und ein besonderes Wohlempfinden zu erreichen, werden höhere Konzentrationen eingesetzt, während Seifen und Reinigungsmittel, die für die sensible Haut konzipiert sind, eher geringere Mengen oder gar keine Duftstoffe enthalten.
Ein häufiger Begleiter der Antioxidanzien sind **Komplexbildner**, deren Aufgabe es ist, Spuren von Schwermetallen zu binden. Einige Schwermetalle beschleunigen die Oxidation empfindlicher Produktbestandteile durch Radikalbildung. Typischer Komplexbildner ist EDTA (Ethylendiamintetraessigsäure) in Form von Natriumsalzen. Mit **Konsistenzmitteln** wird die Viskosität eingestellt – eine für Flüssigseifen wichtige Gebrauchseigenschaft. Dabei werden vielfach Polyethylenglykol-Derivate mit Kochsalz (Natriumchlorid) kombiniert. Ein **niedriger pH** wird mit Säuren wie z. B. Zitronensäure eingestellt; bei Anwendung eines Zitronensäure-Puffers bleibt der pH auch langfristig stabil.
Farbstoffe sind in den meisten Reinigungsmitteln enthalten. Sie gleichen Farbnuancen der Rohstoffe aus und machen die Produkte ansprechender. Spezielle Effekte wie z. B. Perlglanz werden durch **Pigmente** erreicht. Wenn fest haftende Verunreinigungen entfernt oder ein zusätzliches Peeling erzielt werden soll, werden **Abrasiva** (Reibekörper) eingesetzt. Diese können z. B. aus Kunstoffkügelchen, Jojoba-Beads (Wachs), oder Fruchtkernmehlen bestehen. Während bei Waschpasten Abrasiva mit Tensiden verwendet werden, ist bei ausgesprochenen Peeling-Präparaten die Kombination von Abrasiva mit einer Cremegrundlage empfehlenswert, da sie gleichzeitig die Haut pflegen. Unreine oder Akne-Haut wird am besten mit Reinigungsmitteln behandelt, die keine Rückstände hinterlassen, vor allem nicht an den Talgdrüsen-Ausgängen, wobei keratolytische und entzündungshemmende **Wirkstoffe** und Abrasiva von Vorteil sein können.

Verträglichkeit

Was die Verträglichkeit der Tenside betrifft, gibt es große Unterschiede:
Kurzkettige Tenside wie Natriumlaurylsulfat können bei längerem Kontakt irritierend wirken, da sie mit Proteinen reagieren.
Langkettige und z. B. auch **Zucker-Tenside** sind dagegen wesentlich besser verträglich.

Der Eigengeruch von Tensiden wird meist mit **Duftstoffen** überdeckt.

Tensidfreie Produkte

Bei trockener Haut, Barrierestörungen oder atopischer Haut ist der Gebrauch von Reinigungsmilch zu empfehlen, die ohne Wasser angewandt wird. Dadurch wird der Verlust epidermaler Lipide weitgehend vermieden. Gerade bei atopischer Haut sind Emulgatoren und Tenside bzw. oberflächenaktive Stoffe kontraproduktiv. Für diese Fälle gibt es emulgator- und tensidfreie Reinigungsmilch-Präparate. Hier übernehmen natürliche Membranbestandteile wie Phosphatidylcholin die verbindende Funktion zwischen Wasser- und Ölphase. Sie hinterlassen Fettstoffe auf der Haut und wirken auf diese Weise gleichzeitig hautpflegend. Spezielle **Feuchthaltemittel** wie Glycerin, Glykole, Sorbitol erhöhen nicht nur die Hautfeuchte, sondern haben auch einen biostatischen Effekt, der potenziell sensibilisierende Konservierungsmittel überflüssig macht. Der Fettstoffgehalt ermöglicht die schonende Entfernung von Make-up und Camouflage.
Hohe Lipidgehalte zeichnen auch Ölbäder aus, die ebenfalls bei empfindlicher und trockener Haut angewandt werden. Hier ist allerdings die Zusammensetzung wichtig: gleichzeitig enthaltene Emulgatoren erhöhen die reinigende Wirkung und reduzieren den pflegenden Effekt. Werden Emulgatoren durch Phosphatidylcholin oder/und andere Keratin-affine Stoffe ersetzt, lässt sich das fettende Potenzial grundlegend verbessern.
Tensidfrei sind auch einige Spezialprodukte für die Gesichtsreinigung. Dabei handelt es sich z. B. um Reinigungsmasken auf Heilerde-Basis, mit denen vor allem fettende Haut behandelt wird, oder um Enzym-Peeling-Masken, die neben der Tonerde-Grundlage enzymhaltige Pflanzenextrakte (z. B. aus Ananas und Papaya) enthalten. Im Gegensatz zu den mechanisch wirkenden Peelings mit Abrasiv-Körpern (siehe oben) werden in diesem Fall die oberflächlichen Hautschüppchen enzymatisch gelöst. Enzym-Peelings eignen sich insbesondere für die zu Akne neigende Haut und sind wesentlich schonender als Fruchtsäure-Peelings, die nicht selten stärkere Irritationen der Haut auslösen.

Zuviel Hygiene

Übertriebene Reinigung **trocknet die Haut aus**. Das ermöglicht eine verstärkte Penetration von pathogenen Keimen und allergen wirkenden Stoffen aus dem täglichen Umfeld.

Besonders schonend sollte die Hautreinigung in **sensiblen Bereichen** wie z. B. der Analregion erfolgen, da gerade dort ein feuchtes Mikroklima bakterielle Infektionen und damit verbundene Hautbarrierestörungen fördert.

Dr. Hans Lautenschläger