

Dos and Don'ts der Pflegeroutine bei Pigmentflecken

Pigmentflecken gehören zu den häufigsten Themen in Kosmetik instituten. Die Folgen von UV-Belastung, hormonellen Schwankungen, Akne oder Hautreizungen sind eine übermässige und unregelmässige Pigmentierung, die meist als sehr störend empfunden wird. Kundinnen und Kunden sind häufig überfordert von der Vielzahl an Produkten und den Versprechen der Kosmetikindustrie. Wie Kosmetikerinnen gezielt Kundinnen und Kunden sicher und effizient begleiten können soll dieser Artikel aufzeigen. von Brigitte Riillo

Die Kosmetikerin spielt eine wichtige Rolle, um Hautergebnisse zu erzielen und die Kundin und den Kunden über Dos and Don'ts aufzuklären. Sie informiert darüber, welche Pflegeschritte sinnvoll sind, welche Inhaltsstoffe wirken und was unbedingt vermieden werden sollte. Denn falsche Massnahmen können Flecken verstärken, anstatt sie zu mildern.

Ein fachgerechtes Pflegeritual mit täglichen Impulsen hochdosierter Wirkstoffe und konsequentem Sonnenschutz erzielt sehr gute Ergebnisse bei der Vorbeugung, Regulierung und Behandlung von Hyperpigmentierung. Behandlungen mit Laser, Needling und Co. sind nur in Kombination mit der entsprechenden Pflegeanwendung erfolgreich.

WELCHE WIRKSTOFFE BRINGEN NACHWEISLICH EINE VERBESSERUNG:

Niacinamid (Vitamin B3) hemmt die Übertragung von Melanin in die Hautzellen und unterstützt dadurch eine gleichmässige Pigmentierung. Entscheidend ist eine Konzentration von mindestens 10%, optimal sind 20%, damit diese Wirkung gewährleistet ist. Niacinamid zeichnet sich durch eine sehr gute Verträglichkeit aus.

Azelainsäure in einer Konzentration von 10% bis 20% wird vor allem bei Pigmentflecken eingesetzt, die postinflammatorisch bei Akne entstehen. Dank ihrer entzündungshemmenden und antibakteriellen Wirkung hemmt sie zudem die Hyperpigmentierung.

Tranexamsäure eignet sich besonders bei Melasmen und hartnäckigen dunklen Flecken. Dieser interessante Wirkstoff hemmt nicht nur die Bildung von Melanin, sondern reguliert auch Rötungen in der Haut. Er ist



ein wichtiger Bestandteil in vielen koreanischen Kosmetikprodukten.

Die aufhellende und antioxidative Wirkung von **Vitamin C** ist weithin bekannt. Um eine signifikante aufhellende und melaninhemmende Wirkung zu erzielen, ist jedoch eine Konzentration von 20% erforderlich, die in vielen Produkten selten zu finden ist. Die meisten frei verkäuflichen Vitamin-C-Seren enthalten häufig nur 3% bis 5% Vitamin C, was nicht stabil ist und daher keine ausreichende Wirkung entfaltet. Diese Seren dienen oft lediglich Marketingzwecken.

Die Kombination von **Niacinamid** und **Ferulasäure** verstärkt die Wirkung synergistisch, wodurch eine effektive Hautaufhellung erzielt werden kann.

Retinoide (Retinol, Tretinoin) fördern die Hauterneuerung und Abschleifung von pigmentierter Haut. Als Synergist mit hochdosiertem Vitamin C bringen Retinol oder Retinal sehr gute Ergebnisse.

Hydrochinon kann zwar kurzfristig stark wirksam zur Hemmung der Pigmente eingesetzt werden, eignet sich aber nicht für die Langzeitanwendung (nur unter ärztlicher Aufsicht).

Ohne **Sonnenschutz** ist selbst der beste Wirkstoff wirkungslos, da UV-Strahlung die Pigmentbildung massiv fördert. Ein täglicher Sonnenschutz mit mindestens LSF 30, und dies 365 Tage im Jahr, auch an bewölkten Tagen, ist Pflicht, wenn es um die Vorbeugung und Behandlung von Hyperpigmentierung geht. Paradox ist jedoch, dass es viele Sonnenschutzprodukte auf dem Markt gibt, welche die Haut zwar vor UV-Strahlung schützen, aber Inhalts- oder Zusatzstoffe verwenden, die Pigmentflecken fördern, wie Duftstoffe, ätherische Öle oder Mikroplastik.

Duftstoffe und ätherische Öle führen sehr häufig zu Allergien und Ekzemen, die wiederum zu postinflammatorischen Hyperpigmentierungen führen. Viele davon füh-



Retinoide fördern die Hauterneuerung und Abschleifung von pigmentierter Haut.

ren sogar zu phototoxischen Reaktionen, welche starke Pigmentschädigungen hervorrufen. Zwar ist allgemein bekannt, dass man Parfum nicht in der Sonne tragen sollte, doch den meisten Konsumentinnen und Konsumenten ist nicht bewusst, dass rund 90% aller Kosmetikprodukte auf dem Markt, und leider auch Sonnenschutzmittel, parfümiert sind und diese Duftstoffe langfristig zu einer Hyperpigmentierung führen. Vermeintlich setzen Kundinnen und Kunden ihr Vertrauen in Naturkosmetik, doch genau da sind sehr häufig ätherische Öle enthalten, welche Hyperpigmentierung fördern. Bei der Behandlung gegen Hyperpigmentierung ist die Wahl von duftstoff- und ätherisch ölfreier Kosmetik unumgänglich.

Der Verdacht, dass Mikroplastik in Kosmetikprodukten bei langjähriger Anwendung zudem die Pigmentierung negativ beeinflusst, wird immer mehr bestätigt. Infolge einer Schädigung der Hautbarriere kommt es zu Mikroentzündungen in der Haut, welche eine Pigmentschädigung verursachen.

DIE WICHTIGSTEN DON'TS - TYPISCHE FEHLER BEI DER PFLEGE HYPERPIGMENTIERTER HAUT

Zu viel des Guten: Überpflegung und Reizung der Haut sind weit verbreitete Fehler vieler Konsumentinnen und Konsumenten. Viele Kundinnen und Kunden neigen dazu, zu viele Wirkstoffe und Produkte gleichzeitig zu verwenden, ohne dabei auf ihren Hauttyp oder ein System zu achten. Das führt schnell zu Überforderung und Reizungen der Haut. Reizungen können Entzündungsprozesse in der Haut auslösen, die wiederum zu Hyperpigmentierungen führen. Wirkstoffe sollten daher sinnvoll kombiniert und zeitlich getrennt angewen-

det werden, beispielsweise morgens Vitamin C und abends Retinal.

Im Netz sowie auf **Instagram und Co.** kursieren zahlreiche aggressive Hausmittel und nicht zugelassene Aufheller, die oft verlockend wirken. Doch Vorsicht: Hände weg davon! Zitronensaft, Backpulver oder sogar Bleichcremes aus zweifelhaften Quellen sind tabu! Sie zerstören den Säureschutzmantel der Haut und können im schlimmsten Fall zu Verätzungen führen. Es sollten ausschliesslich geprüfte, kosmetisch zugelassene Inhaltsstoffe verwendet werden, die nachweislich sicher sind. Produkte, die schädliche Stoffe enthalten, werden oft irreführend beworben. Die Folgen für die Haut sind oft schwerwiegende Schäden. Eine fundierte Aufklärung im Institut ist daher von grosser Bedeutung!

KEIN PEELING-MARATHON - MEHR IST NICHT BESSER!

Zu häufiges Peelen schwächt die Hautbarriere und führt zu sogenannten postinflammatorischen Hyperpigmentierungen. Vor allem bei dunkleren Hauttypen (Fitzpatrick III-VI) ist bei Säurepeelings Vorsicht geboten, da es schnell zu einer Überreizung kommen kann.

Die Kombination vieler Verursacher intensiviert das Risiko, dass eine Pigmentstörung entsteht, enorm.

Die Behandlung von hyperpigmentierter Haut zählt zu den anspruchsvollsten Aufgaben in der Kosmetik. Die Haut braucht Zeit, um sichtbare Ergebnisse zu erzielen. Dafür sind mindestens drei bis sechs Hauterneuerungszyklen notwendig. Nach dem Motto: **«Konsequente Anwendung und Geduld sind gefragt, bis der Erfolg sichtbar wird.»**

Kosmetikerinnen, welche die Wirkmechanismen der Inhaltsstoffe verstehen und ihre Kundinnen und Kunden langfristig und konsequent begleiten, können deutliche Verbesserungen erzielen. Sie sind der Schlüssel zum Erfolg!



Zur Autorin

Brigitte Riillo ist Kosmetikexpertin seit über 25 Jahren, Inhaberin Blue Kosmetik in Horgen sowie Founder des Clean Cosmetic Brands BCARE.
www.bluekosmetik.ch
www.bcarecosmetic.ch

Ätherische Öle mit phototoxischer Reaktion:

- Bergamottenöl
- Dillöl
- Fenchelöl
- Grapefruitöl
- Lavendelöl
- Mandarinöl
- Patchouliöl
- Zedernholzöl
- Zitronenöl