

**CORIUS.**

### CORIUS: Die Zukunft der Dermatologie

Die CORIUS Gruppe ist ein Netzwerk aus dermatologischen sowie phlebologischen Praxen und Kliniken in Deutschland, den Niederlanden und der Schweiz. Das zentrale Ziel der Gruppe ist es, die Medizin zukunftsorientiert zu gestalten und eine flächendeckende Versorgung zu gewährleisten.

[www.corius.de](http://www.corius.de)



Hier finden Sie unsere Praxen und Kliniken:



# MY.SKIN

AUS LIEBE ZU MEINER HAUT.

CORIUS.

## Leben mit Neurodermitis

**DOS AND DON'TS**

HILFREICHE  
TIPPS BEI  
NEURODERMITIS

**BADE-PUVA**

EIN LICHTBLICK IM  
KAMPF GEGEN  
NEURODERMITIS

**LASERTHERAPIE**

ALLROUNDER  
IN DER  
ÄSTHETIK

# 04

## LEBEN MIT NEURODERMITIS

Eisige Zeiten für empfindliche Haut



# 10

## ALLES EINE FRAGE DER ERNÄHRUNG

Jenseits der Hautbarriere

# 06

## ZAHLEN UND FAKTEN

Dem Juckreiz auf der Spur

# 07

## DOS AND DON'TS

Hilfreiche Tipps bei Neurodermitis

# 12

## BADE-PUVA

Ein Lichtblick im Kampf gegen Neurodermitis

# 08

## MYTHEN UM NEURODERMITIS

Wir schauen dort hin, wo es andere juckt



# 14

## WINTERTRENDS IN DER ÄSTHETIK

Diese Ästhetik-Trends bringen Ihre Haut zum Strahlen

# 16

## LASER IN DER ÄSTHETISCHEN MEDIZIN

Strahlende Ergebnisse von Kopf bis Fuß

# 19

## KOLUMNE

Hyaluron in der Hautpflege: Beauty-Geheimnis oder nur ein weiterer Hype?



Bildquellennachweis linke Seite in num. Reihenfolge: © iStock, © Pexels, © CORIUS, © iStock. Titel: © iStock



# Vorwort

Wussten Sie, dass unsere Haut zu 80% aus Wasser besteht? Wasser ist für die Durchblutung unserer Haut wichtig und kurbelt den Stoffwechsel an, damit sie frisch und gesund aussieht. Doch gerade jetzt in der kalten Jahreszeit setzen warme Heizungsluft und eisige Temperaturen im Freien unserer Haut ganz schön zu und entziehen ihr die nötige Feuchtigkeit. Im Winter benötigt unser größtes Organ also besonders viel Pflege.

Auch viele Neurodermitiker leiden gerade im Winter unter ihrer Hauterkrankung: Minusgrade, dicke Pullis und Schals sowie überheizte Räume reizen die ohnehin empfindliche Haut, sorgen für starken Juckreiz, neue Schübe und trockene Stellen. Zusätzlich mangelt es der Haut an Feuchtigkeit, da Neurodermitiker diese nicht zur Genüge speichern können.

In unserer zweiten Ausgabe von MY.SKIN nehmen wir die Hauterkrankung Neurodermitis ins Visier. Jenseits der Hautbarriere klären wir mit unserer Ernährungsberaterin Dr. Bai-Habelski, welche Rolle unsere Ernährung dabei spielt. Zudem geben wir Ihnen einen Überblick über die zahlreichen Einsatzmöglichkeiten von Laser in der ästhetischen Medizin und klären, ob Hyaluron in Hautpflegeprodukten wirklich das hält, was es verspricht.

Wir wünschen Ihnen einen zauberhaften Winter und viel Spaß beim Lesen!

Vanessa Henne  
CORIUS Chefredaktion

## Impressum

Ausgabe 2, Herausgeber: CORIUS Deutschland GmbH, Karlstraße 60, 80333 München, +49 89 588 043 250, info@corius.de, www.corius.de  
Chefredaktion: Vanessa Henne, Gestaltung und Satz: Susanne Jünginger, PR-Kontakt: presse@corius.de

f CORIUS Gruppe @ coriusgruppe v CORIUS Gruppe in corius-deutschland x coriusdeutschlandgmbh

Erfolgt in den Texten zugunsten einer besseren Lesbarkeit keine explizite Differenzierung zwischen der weiblichen, männlichen und weiteren Formen, so sind dennoch stets alle gemeint.

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieser Publikation darf ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung des Herausgebers in irgendeiner Form, sei es auf digitalem, mechanischem oder anderem Wege, reproduziert oder unter Verwendung mechanischer oder elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt, gespeichert oder verbreitet werden. © 2023 | CORIUS Gruppe

Bildquellennachweis: © CORIUS



# Leben mit Neurodermitis

Eisige Zeiten für empfindliche Haut

Die Haut ist trocken, schuppig, wund und juckt: „Nicht kratzen“ bekommen viele Neurodermitiker dann immer wieder zu hören. Der Juckreiz ist dabei ein häufiger Begleiter und auch die Krankheit ist alles andere als selten: In Deutschland leiden rund zehn bis 15 % an ihr. Eine Heilung gibt es bislang noch nicht, jedoch viele Therapiemöglichkeiten.

Bei Menschen mit der sogenannten atopischen Dermatitis ist die natürliche Hautbarriere durch Entzündungsreaktionen geschädigt. Dadurch können Krankheitserreger oder allergieauslösende Stoffe leichter in die Haut eindringen. Die Erkrankung verläuft oft in Schüben und tritt meist im Säuglings- und Kindesalter zum ersten Mal auf.

Gerade jetzt im Winter können sich die Symptome schnell verschlimmern: Kühle Temperaturen im Freien und warme, trockene Heizungsluft in Innenräumen können der Neurodermitis-Haut stark zusetzen. ○

# Dem Juckreiz auf der Spur: 5 Fakten zu Neurodermitis



## Jeder 7. erkrankt an Neurodermitis

Rund jeder 7. Deutsche erkrankt im Laufe des Lebens an Neurodermitis – Tendenz steigend. Vor allem bei Kindern tritt die Krankheit häufig auf. Je früher sie sich ausbildet, desto größer ist die Chance, dass die Ekzeme schnell wieder verschwinden.



## 3% und 14%

Neurodermitis tritt im Kindesalter häufiger auf: Nach Angaben des Robert-Koch-Instituts leiden 14% aller Kinder mindestens einmal an dem atopischen Ekzem. Jungen erkranken dabei genauso oft wie Mädchen. Unter Erwachsenen ist die Erkrankungsrate mit 3% deutlich niedriger. Mit den Jahren bessern sich die Neurodermitis-Beschwerden meist, bei manchen verschwinden sie während der Pubertät auch komplett.

## 5 typische Symptome

- 1. Juckreiz:** Bei akuten Beschwerden ist die Haut gerötet und juckt.
- 2. Bläschenbildung:** In manchen Fällen entstehen Bläschen, die leicht aufgehen und nässen.
- 3. Hautveränderungen:** Betroffene Stellen können rissig, trocken und dicker werden.
- 4. Dennie-Morgan-Falte:** Eine Hautfalte unterhalb des unteren Augenlids kann auftreten.
- 5. Betroffene Partien:** Meist breitet sich die Erkrankung in den Ellenbeugen, am Nacken und in den Kniekehlen aus. Ein Ausschlag im Gesicht kommt eher selten vor. Jedoch können auch Fußsohlen und Handflächen Entzündungszeichen zeigen.



## Nicht ansteckend

Die Haut von Neurodermitikern ist häufig rot, trocken und kann schuppen. Neurodermitis ist jedoch nicht ansteckend, sie ist keine virale oder bakterielle Erkrankung – also keine Berührungsgänge!



## Achtung – Allergene vermeiden!

Betroffene reagieren neben anderen Auslösern auch allergisch auf verschiedene Stoffe wie beispielsweise bestimmte Nahrungsmittel, Tierhaare sowie Hausstaub. Kommt es zum Kontakt, bildet die Haut juckende Ekzeme.

## Hilfreiche Tipps bei Neurodermitis



# Dos and Don'ts



### Angepasste Kleidung

#### Naturfasern und Zellulosestoffe

Baumwolle, Leinen und Viskose sind gut verträglich. Zudem sollte die Bekleidung luftig sein und nicht zu eng anliegen.

#### Synthetische Fasern

Elastan oder Polyacryl können die Haut reizen.

### Juckreiz lindern

#### Kühlen

Um den Juckreiz zu lindern, können kühle Umschläge mit Quark und Tee sowie kalte Wickel helfen.

#### Kratzen

Haut so wenig wie möglich durch Kratzen reizen, auch wenn es den Juckreiz kurzfristig lindert. Kratzen verletzt die Haut und verschlimmert das Ekzem langfristig.

### Auf Luftfeuchtigkeit achten

#### Feuchte Luft

Luftbefeuchter oder regelmäßiges Stoßlüften regulieren die Luftfeuchtigkeit.

#### Überheizte Räume

Heizen trocknet die Raumluft aus und kann für Neurodermitiker ein Trigger sein.

### Auf den pH-Wert kommt es an

#### Angepasste Hautpflege

pH-neutrale Seifen und rückfettende Duschöle stärken die Hautbarriere. Nach dem Duschen Haut trockentupfen, nicht rubbeln. Ganz wichtig: eincremen!

#### Häufiges Duschen

Zu häufiges und heißes Duschen kann den pH-Wert negativ beeinflussen.

Wir schauen dort hin,  
wo es andere juckt:

# Neurodermitis- Mythen unter der Lupe

## MYTHOS 1

### Neurodermitis ist eine Nervenkrankheit

Ein weitverbreiteter Mythos ist, dass Neurodermitis zu den Nervenkrankheiten zählt. Leider bestimmte dieser Irrglaube maßgeblich die Namensgebung der Krankheit: Das griechische Wort Neuron bedeutet Nerv, während Derma die Haut bezeichnet und „itis“ als Endung für Entzündungen steht. Heutzutage werden daher Begriffe wie „atopische Dermatitis“ oder „atopisches Ekzem“ bevorzugt, um das Augenmerk auf die erbliche Veranlagung zu legen.

## MYTHOS 2

### Nur Kinder haben Neurodermitis

Neurodermitis kennt kein Alter: Zwar tritt die Erkrankung deutlich häufiger im Baby- und Kleinkindalter auf, doch das heißt nicht, dass Erwachsene vor ihr verschont bleiben. Entgegen dieser weitverbreiteten Annahme kann das atopische Ekzem auch im Erwachsenenalter erstmalig auftreten oder sogar reaktiviert werden und erneut ausbrechen.

## MYTHOS 3

### Neurodermitis ist ansteckend

Auch wenn sich dieser Irrglaube wacker hält, ist Neurodermitis nicht ansteckend. Da es sich hierbei nicht um eine virale oder bakterielle Erkrankung handelt, wird diese auch nicht bei Körperkontakt übertragen. Jedoch spielt die genetische Veranlagung eine wichtige Rolle: 20 bis 40% der Kinder entwickeln eine Neurodermitis, wenn die Erkrankung bereits bei einem Elternteil vorliegt.

## MYTHOS 4

### Neurodermitis ist heilbar

Eine Heilung der Neurodermitis ist derzeit noch nicht möglich, jedoch bietet die moderne Medizin vielfältige Möglichkeiten, um unangenehme Symptome einzudämmen. Von topischen Ansätzen über die Bade-PUVA-Behandlung bis hin zur Ernährungstherapie: Sprechen Sie mit Ihrem behandelnden Hautarzt, um eine für Sie passende Lösung zu finden!

## Alles eine Frage der Ernährung?

„Was kann ich essen und was besser nicht?“ Diese Frage stellen sich viele Neurodermitiker, wenn es um das Thema Ernährung geht. Ob Sie mit der richtigen Ernährung Neurodermitis vorbeugen können und welche Rolle Diäten dabei spielen, verrät Ihnen unsere Ernährungsberaterin Dr. Jon Chim Bai-Habelski.

### 1 Mit der richtigen Ernährung Neurodermitis vorbeugen: Geht das?

Das Risiko, an Neurodermitis zu erkranken, ist multifaktoriell und hat unter anderem eine genetische Komponente. Es gibt keine eindeutigen wissenschaftlichen Belege dafür, dass eine richtige Ernährung dem Atopierisiko zu hundert Prozent vorbeugt. Aber eine frühe umfangreiche Einführung der Beikost mit Vollkorn, Gemüse, Sauermilchprodukten (z.B. Joghurt) und auch Fisch sowie einer begrenzten Menge Milch und durcherhitztem Hühnerei kann protektiv wirken und das Risiko für eine atopische Dermatitis und Nahrungsmittelallergie senken.

### 2 Diät bei Neurodermitis: Ist sie unnötig oder sinnvoll?

Verschiedene Nahrungsmittel können Neurodermitisschübe auslösen. Um diesen auf die Spur zu kommen, wird zunächst eine Auslassdiät über mehrere Tage durchgeführt. Dabei vermeiden Betroffene die Lebensmittel, die in Verdacht stehen, den Zustand der Haut zu verschlechtern. Dazu gehören beispielsweise saures Obst wie Erdbeeren und Zitrusfrüchte oder Brot und Getreideprodukte aus Weizen oder Roggen. Danach können einzelne Lebensmittel wieder in den Speiseplan integriert werden. Reagiert die Haut nicht darauf, bleibt das entsprechende Lebensmittel im Plan. Kommt es erneut zu einem Hautausschlag, sollten diese aus der Ernährung gestrichen werden. Ein Ernährungs-Symptom-Tagebuch ist dabei hilfreich.

### 3 Welche allgemeinen Tipps haben Sie für die tägliche Ernährung?

Um das Wachstum der nützlichen Darmbakterien zu unterstützen, benötigen wir lösliche Ballaststoffe. Diese kommen vor allem in Gemüse oder Obst vor. Zu empfehlen sind mindestens drei Portionen Gemüse und zwei Portionen Obst. Fermentierte Lebensmittel (z.B. Sauerkraut) unterstützen ebenfalls unseren Darm. Wählen Sie bei Getreideprodukten die Vollkornvariante. Diese enthalten nicht nur mehr Ballaststoffe, sondern auch mehr Vitamine und Mineralstoffe als Weißmehlprodukte. Dagegen sollten Sie mit Zucker gesüßte Lebensmittel und Getränke möglichst meiden. Allgemein gilt: Je stärker die Lebensmittel verarbeitet sind, desto weniger wertvolle Inhaltsstoffe sind enthalten. ○



**Dr. oec. troph. Jon Chim Bai-Habelski**

Ernährungsberaterin/  
DGE und Studienkoordinatorin  
MVZ Dermatologisches Zentrum Bonn  
www.derma-bonn.de

## REZEPT

### Hirse-Dinkel-Vollkornbrot

Kohlenhydratarm, ballaststoffreich oder glutenfrei? Unser Hirse-Dinkel-Vollkornbrot ist nicht nur einfach zubereitet, lecker und gesund, sondern auch gut für Ihre Haut.

#### Zutaten:

- 100 g Hirse
- 500 g Dinkelvollkornmehl
- 20 g gemahlene Flohsamenschalen
- 100 g Sonnenblumenkerne
- 30 g Hefe
- 10 g Salz
- 0,5 TL Kreuzkümmel
- 550 ml Wasser

#### Zubereitung:

1. 300 ml Wasser aufkochen. Hirse darin für ca. 10 Minuten kochen und für 30 Minuten bei schwacher Hitze quellen lassen. Anschließend abkühlen.
2. Hefe in 250 ml warmem Wasser auflösen, Salz und Dinkelvollkornmehl sowie restliche trockene Zutaten hinzufügen.
3. Hirse unter den Teig geben und alles für etwa 7 Minuten durchkneten.
4. Den abgedeckten Teig an einem warmen Ort für 30 Minuten gehen lassen.
5. Kastenform einfetten und den durchgekneteten Teig hineinfüllen.
6. Backofen auf 240 Grad vorheizen.
7. Form in den Backofen geben. Daneben eine Schüssel mit Wasser stellen.
8. Brot bei 240 Grad für 20 Minuten backen. Nach 20 Minuten den Teigling mit einem scharfen Messer längs einschneiden und mit Wasser besprühen. Anschließend weitere 40 Minuten bei 190 Grad backen. **Fertig!**

Bildquellennachweis linke Seite: © Eventfotograf.in, rechte Seite: © Pexels

# Bade-PUVA-Therapie

## Ein Lichtblick im Kampf gegen Neurodermitis



### Schon gewusst ...

... dass es sich bei Psoralen um einen pflanzlichen Naturstoff handelt? Bereits vor über 3.000 Jahren wurden im alten Ägypten Hautkrankheiten mit psoralenhaltigen Pflanzenextrakten therapiert. In Kombination mit Sonnenlicht konnten so entzündliche Hauterkrankungen wie Psoriasis (Schuppenflechte) oder auch Vitiligo (Weißfleckenkrankheit) wirksam behandelt werden.

Auch wenn eine vollständige Heilung bislang nicht möglich ist, gibt es einige Behandlungsmöglichkeiten, die das Leben mit Neurodermitis erträglicher machen. Mit einer guten Hautpflege, einem ernährungsbasierten Ansatz oder topischen Arzneimitteln wie Cremes und Salben lässt sich die Krankheit oftmals schon gut in den Griff bekommen. Zudem gibt es mittlerweile einige neue, sehr wirksame Medikamente zur Behandlung von mittelschweren bis schweren Verläufen. So kommen in besonders hartnäckigen Fällen beispielsweise Biologika zum Einsatz. Die Biologika bremsen das Immunsystem und stoppen somit die Entzündungsmechanismen, die für den Ausbruch von Neurodermitisschüben verantwortlich sind.

### Wie Licht bei Neurodermitis hilft

Eine weitere vielversprechende Behandlungsmöglichkeit besteht in der sogenannten Bade-PUVA-Therapie (oder Balneophototherapie). Es handelt sich um eine spezielle Form der Lichttherapie, die bei schwerer Neurodermitis zum Einsatz kommt. Der Begriff „PUVA“ ist eine Abkürzung für den lichtsensibilisierenden Wirkstoff Psoralen plus Ultraviolettlicht des langwelligen Bereichs A (UVA-Strahlen). Das UV-Licht wird auf eine besondere Art gefiltert, sodass keine Hitze entsteht, und hemmt die Entzündungsreaktionen in der Haut. Darüber hinaus beeinflusst die Strahlung die Zellteilung. Dadurch können Neurodermitisschübe nachweislich reduziert und die Symptome wie Juckreiz und Rötungen gelindert werden.

### So funktioniert die Bade-PUVA-Therapie

Wie der Name schon vermuten lässt, badet der Patient zunächst etwa 20 Minuten in einer Psoralen-Lösung. Alternativ können auch psoralenhaltige Salben und Cremes aufgetragen werden, wenn nur einzelne

Körperstellen betroffen sind. Der lichtsensibilisierende Wirkstoff macht die Haut für die anschließende Bestrahlung empfindlicher, sodass das UVA-Licht besser aufgenommen wird und tiefer in die Hautschichten eindringen kann.

Für die PUVA-Behandlung werden spezielle Kabinen mit Leuchtstoffröhren verwendet.

In der Regel findet die Lichttherapie über einen längeren Zeitraum mehrmals pro Woche statt. Die Anzahl und Dauer der Sitzungen hängen jedoch stark vom Krankheitsgrad und Leidensdruck der Patienten ab. Für eine ausführliche Beratung wenden Sie sich an einen Facharzt. Er kann Ihnen die Möglichkeiten einer Lichttherapie näher erläutern und gemeinsam mit Ihnen die nächsten Schritte besprechen. ○

# Summer skin

## TCA-Peeling Aus alt mach neu

1

Peelings sind dafür bekannt, die oberste Hautschicht bei der Regeneration zu unterstützen und abgestorbene Hautzellen abzutragen. Eine besondere Form ist das sogenannte Trichloressigsäure (TCA)-Peeling. Bei diesem chemischen Peeling-Treatment wird Trichloressigsäure in unterschiedlichen Konzentrationen auf die Haut aufgetragen. Dieser Wirkstoff geht im wahrsten Sinne des Wortes tiefer: Die Trichloressigsäure dringt in die Oberhaut (Epidermis) ein, wirkt bis in die Lederhaut und stimuliert die natürliche Regeneration der Hautzellen. So werden feine Linien, Falten, Pigmentflecken, Aknenarben oder auch Lichtschäden effektiv behandelt.

„Durch die Anwendung eines TCA-Peelings wird die Kollagenproduktion angeregt, was zu einem sichtbar verjüngten Hautbild führt. Gerade im Winter ist dieses Treatment eine gute Sache, um die von der hohen UV-Strahlung im Sommer gestresste Haut bei der Regeneration zu unterstützen.“

Dr. med. Monika Brück

# is made in winter

## Diese Ästhetik-Trends bringen Ihre Haut zum Strahlen

Nach dem Sommer ist vor dem Sommer – und damit beginnen im Winter bereits die Vorbereitungen für wärmere Tage. Was dann nicht fehlen darf: eine schöne und gesunde Haut, die mit der Sonne um die Wette strahlt. Wie Sie die kalten Wintermonate nutzen können, um Ihre Haut bei der Regeneration zu unterstützen und auf den Sommer vorzubereiten, verrät Ihnen unsere Beauty-Expertin Dr. med. Monika Brück.

## 2 Frotox Eisige Zeiten für Zeichen der Hautalterung

Botulinumtoxin gilt als bewährtes Mittel im Kampf gegen Falten, Furchen und Co. Als sogenanntes Muskelrelaxans hemmt es die Muskelkontraktion und sorgt dadurch für eine sichtbare Glättung der Haut. Eine Alternative, die ohne Botulinumtoxin auskommt, ist das Frotox. Der Begriff setzt sich aus den beiden Worten „Botox“ und „Freezing“ zusammen. Kälte spielt bei dieser Anti-Aging-Behandlung eine zentrale Rolle. Mithilfe dünner Nadeln wird ein Kühlmittel, genauer gesagt Stickstoff, in zuvor definierte Nerven injiziert. Dort werden diese auf rund -70 Grad Celsius heruntergekühlt. Dadurch entspannen sich die Nerven wieder und die Haut wird geglättet.

„Frotox ist eine beliebte und schonende Alternative zur herkömmlichen Botox®-Behandlung. Das Ergebnis ist direkt nach der ersten Sitzung sichtbar und wirkt im Vergleich zum Einsatz von Botulinumtoxin natürlicher.“  
Dr. med. Monika Brück

## 3 Phosphatidylcholin Starker Wirkstoff für starke Haut

Wintertrend Nummer 3 versteckt sich hinter dem Zungenbrecherwort Phosphatidylcholin (PC). Bei diesem handelt es sich um den natürlichen Hauptbestandteil jeder menschlichen Zellmembran. Damit ist PC die ideale Basis für sämtliche Anti-Aging-Produkte und Präparate zum Schutz der Haut mit einer regenerativen Wirkung. Als Wirkstoff in Seren oder Cremes transportiert Phosphatidylcholin Vitamine tief in die Haut, sorgt für eine gute Durchfeuchtung und stärkt nachweislich effektiv die Hautbarriere. Da PC zudem die Hauterneuerung anregt, stellen Präparate, die diesen Wirkstoff enthalten, eine sanfte und natürliche Alternative zu Peelings mit Vitamin A oder Fruchtsäure dar.

„Phosphatidylcholin besitzt regenerative sowie stärkende Eigenschaften, die unsere Haut glatt, gesund und schön aussehen lassen. Mein Tipp: Achten Sie beim Produktkauf auf die Inhaltsstoffliste. PC versteckt sich oftmals hinter den Begriffen Lecithin, Hydrogenated Lecithin oder Hydrogenated Phosphatidylcholine.“  
Dr. med. Monika Brück

### Dr. med. Monika Brück

Fachärztin für Haut- und  
Geschlechtskrankheiten  
Hautarztpraxis Dr. Monika Brück  
in Reutlingen  
[www.hautarzt-dr-brueck.de](http://www.hautarzt-dr-brueck.de)



## Einsatzmöglichkeiten von Laser in der ästhetischen Medizin

### Strahlende Ergebnisse von Kopf bis Fuß

Egal, ob Falten, Pigmentflecken, Narben oder lästige Haare: In den letzten Jahren haben sich Laserbehandlungen kontinuierlich weiterentwickelt und vielfältige Einsatzmöglichkeiten in der ästhetischen Medizin geschaffen. Doch wie funktioniert diese Technologie eigentlich? Das Verfahren setzt auf hochenergetische Lichtstrahlen, welche präzise an die gewünschten Körperstellen gerichtet werden, ohne das umliegende Gewebe zu beeinträchtigen.

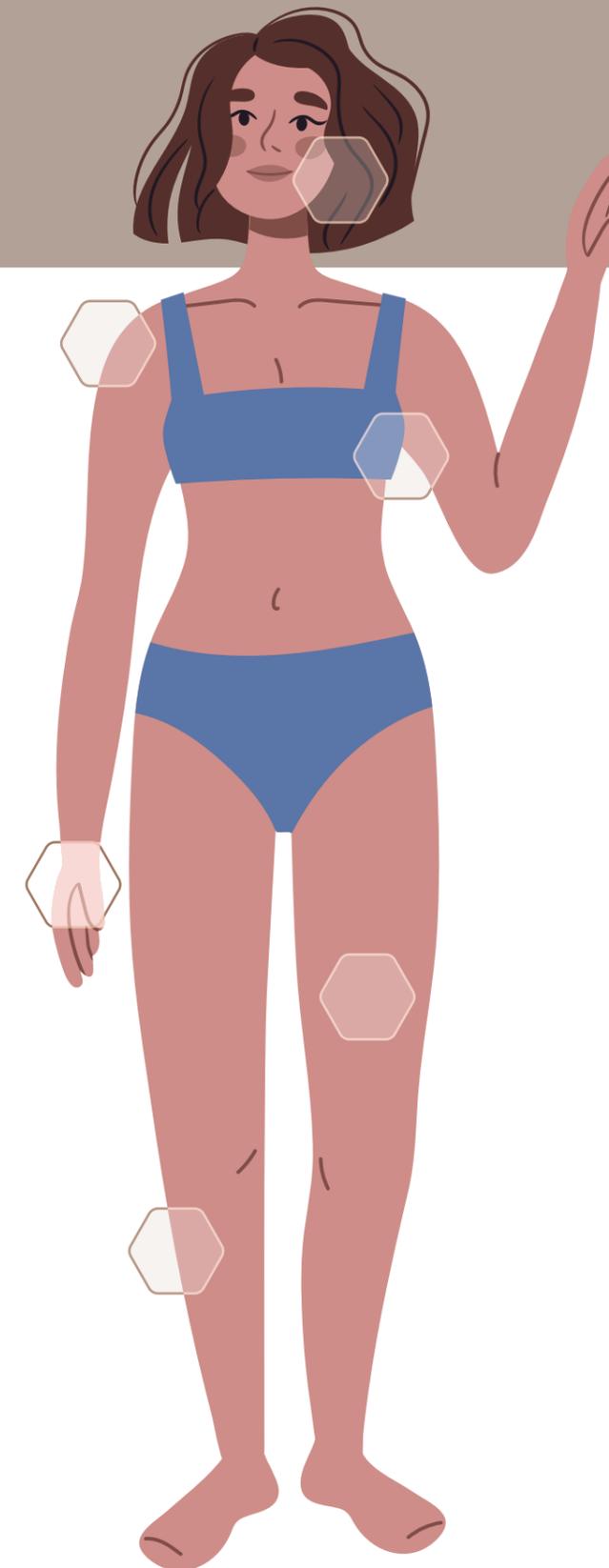
Die Kunst der Laserbehandlung liegt in der optimalen Abstimmung von Wellenlänge, Energie und Impulsdauer des Lichtes. Ihre Vielseitigkeit hängt dabei von einem bestimmten Faktor ab: der gewählten Wellenlänge des Lichtes. Nur spezielle Zielstrukturen der Haut können diese aufnehmen, wodurch ein präzises Vorgehen ermöglicht wird. Aufgenommene Energie wandelt sich dort in hohe Temperaturen um und zerstört die unerwünschten Zellen. Anvisierbar sind beispielsweise natürliche Pigmente wie Melanin von Altersflecken oder Hämoglobin, das sich in unseren Blutgefäßen befindet. ○

### 1 Allround-Lösung für ein verbessertes Hautbild

Wenn es um die Verjüngung der Haut, die Glättung von Aknenarben oder das Entfernen von Äderchen geht, haben Lasertherapien in der Ästhetik längst ihren festen Platz eingenommen. Hautärzte auf der ganzen Welt setzen auf die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten dieser innovativen Technologien.

Im Mittelpunkt stehen die langwelligen CO<sub>2</sub>-Laser, welche bei unregelmäßiger Hautbeschaffenheit, Falten sowie anderen Zeichen der Hautalterung gute Ergebnisse erzielen. Während der Behandlung entstehen auf ca. 20 % der behandelten Hautareale winzige Löcher. Die minimalen Verletzungen regen den natürlichen Heilungsprozess sowie die körpereigene Kollagen- und Elastinproduktion an. Nach einem ähnlichen Prinzip arbeitet der Erbium-YAG-Laser. Beide gehören zu den sogenannten chirurgischen Lasern, die zur Erneuerung der Hautoberfläche eingesetzt werden.

Auch Pigmentlaser wie der Rubinlaser finden häufig Anwendung. Mit einer Wellenlänge von 694 nm ist die Therapie besonders für hyperpigmentierte Flecken geeignet. Gefäßlaser hingegen wirken unter anderem auf Blutschwämmchen und Krampfadern ein, da die Lichtenergie der Diodenlaser vom roten Blutfarbstoff Hämoglobin aufgenommen wird.





## 2 Adé Rasieren, Waxen und Co.

Viele träumen von glatter Haut ohne Stoppeln. Wussten Sie, dass Sie mit Lasertechnologien wie IPL (Intense Pulsed Light) Ihre Haare langfristig entfernen können? Während der Behandlung werden Lichtimpulse an die Pigmente der Haare abgegeben und an die Wurzel weitergeleitet. Auf diese Weise findet eine dauerhafte Beeinträchtigung des Haares statt: es fällt aus und die Haarfollikel gehen in die Ruhephase über.

## 3 Störende Pigmente: Schnee von gestern

Ein häufiges Phänomen im Alter: nach und nach entstehen Altersflecken oder die ein oder andere Pigmentierung kommt hinzu. Wen das stört, kann auch in diesem Fall auf eine Laserbehandlung zurückgreifen. Ebenfalls lassen sich in die Haut eingebrachte Fremdkörper wie Tattoofarbe mit speziellen Lasersystemen anvisieren. Unsere weißen Blutkörperchen transportieren die zerstörten Farbpartikel im Anschluss ab und das Tattoo verblasst.

Bildquellennachweis: © iStock

Bildquellennachweis: © CORIUS

Kolumne



## Hyaluron in der Hautpflege: Beauty-Geheimnis oder nur ein weiterer Hype?

Hyaluronsäure ist für ihre erstaunliche Fähigkeit bekannt, Feuchtigkeit bis zum tausendfachen ihres Eigengewichts zu speichern. Mit zunehmendem Alter nimmt der Hyaluronsäuregehalt in unserer Haut jedoch deutlich ab. Die Folge: Unsere Haut wird trockener, verliert an Spannkraft und erste Falten entstehen. Der körpereigene Wirkstoff nimmt daher besonders in der Kosmetik einen besonderen Stellenwert ein. Doch viele stellen sich die Frage: Hält sie auch das, was sie verspricht?

Vor allem jetzt in den kalten Wintermonaten, in denen viele unter trockenen Gesichtspartien leiden, erweist sich Hyaluronsäure als ein echter Retter. Sie dient unterstützend als Moisturizer und durchfeuchtet intensiv unsere Haut. Doch auch für unreine Haut ist der Wirkstoff sehr gut geeignet. Gerade bei Akne oder auch

Neurodermitis wirkt Hyaluronsäure wohltuend und lockert das bestehende Spannungsgefühl.

Neben ihrer Fähigkeit Feuchtigkeit in der Haut zu binden, wird Hyaluronsäure aufgrund ihrer volumengebenden Wirkung auch

gerne als Anti-Aging-Mittel eingesetzt. Dabei polstert sie die Haut von innen heraus auf und reduziert so kleine Mimikfältchen. Mein Fazit: Hyaluronsäure ist zweifelsohne ein wahrer Allrounder und ist die ideale Basis für die tägliche Hautpflege. Sie hydratisiert unsere Haut, hält sie

geschmeidig und mildert kleinere Fältchen. Wer jedoch tiefere Falten behandeln oder Gesichtskonturen auffüllen möchte, kommt mit Cremes und Seren nicht weit.

Gönnen Sie Ihrer Haut also in den kalten Wintermonaten die Feuchtigkeit und Pflege, die sie verdient! ○

*“Hyaluronsäure ist zweifelsohne ein wahrer Allrounder und ist die ideale Basis für die tägliche Hautpflege.”*

**Nadja Turner**

Kosmetikerin

AIYASHA Medical Spa, München

[www.aiyasha-spa.de](http://www.aiyasha-spa.de)