

**Beauty**

# Gut gepunktet! Die perfekte Pflege für Sommerhaut

Die Sonne hat ihre Spuren hinterlassen. Winzige Sprenkel auf der Haut sind attraktiv und herrlich natürlich. **Hyperpigmentierungen** dagegen werden schnell zum Schönheits-Problem. Zum Glück gibt es wirksame Strategien



14 **my life** 17/2019

**Adressdaten**

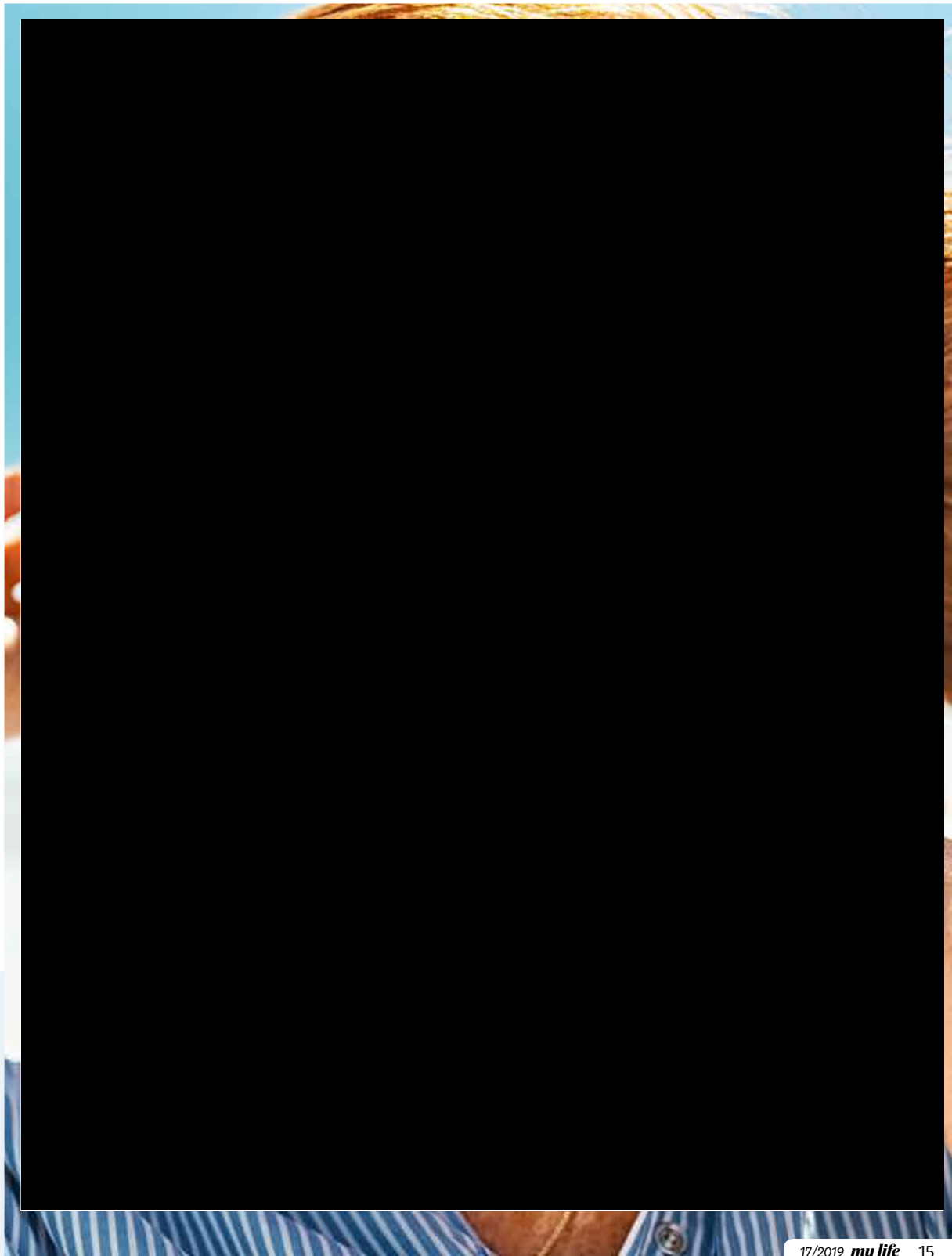
Dr. med. Darius Alamouti  
Aesthetic & Skin  
in der Haranni Clinic  
Schulstrasse 30  
44623 Herne

**Kommunikationsdaten**

T. +49 2323 . 9644-814  
F. +49 2323 . 9468-122  
praxis@dariusalamouti.de  
www.dariusalamouti.de

**Pressekontakt**

pr@darius-alamouti.de



**Adressdaten**

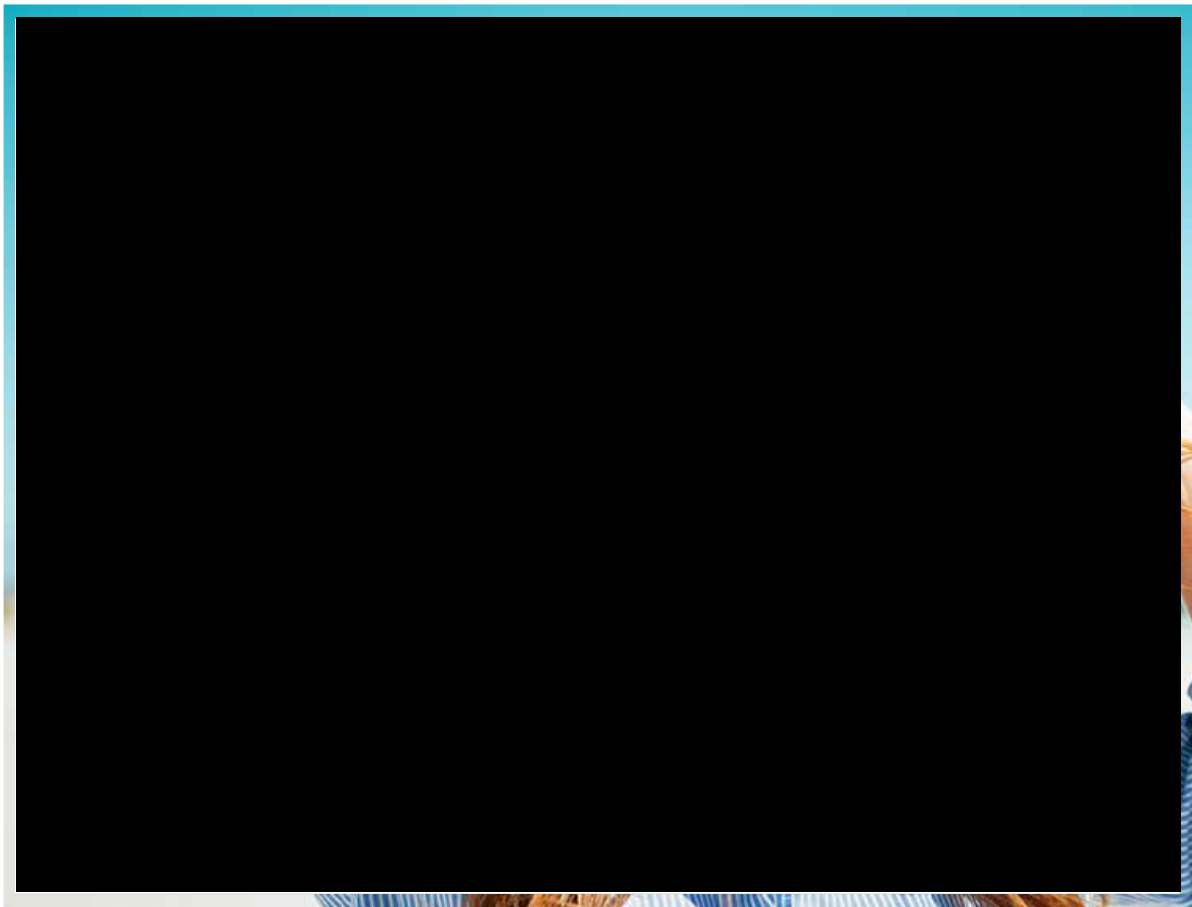
Dr. med. Darius Alamouti  
Aesthetic & Skin  
in der Haranni Clinic  
Schulstrasse 30  
44623 Herne

**Kommunikationsdaten**

T. +49 2323 . 9644-814  
F. +49 2323 . 9468-122  
praxis@dariusalamouti.de  
www.dariusalamouti.de

**Pressekontakt**

pr@darius-alamouti.de



**Hübsch abgeschirmt** Ein großer Strohhut schützt sensible Hauttypen zusätzlich vor Hyperpigmentierungen



**Dr. Darius Alamouti**  
ist Facharzt  
für Dermatologie  
mit eigener  
Praxis  
in Bochum

➔ Was für ein Sommer! Auch in diesem Jahr hat uns die Sonne mit ihren wärmenden Strahlen wieder verwöhnt. Viele freuen sich über einen zart gebräunten Teint. Denn dieser ist bei uns immer noch ein Ausdruck von Vitalität und Lebensfreude.

Doch häufige Sonnenbäder können leider auch etliche unliebsame Spuren hinterlassen. Das sogenannte Umweltaltern wird spätestens ab einem Alter von 40 Jahren in Form von Altersflecken (lat. Lentiginos seniles oder solares) sichtbar. Besonders an kaum be-

deckten Stellen wie Gesicht, Dekolleté, Unterarmen und Händen tauchen diese verstärkt auf.

Hervorgerufen werden sie durch den natürlichen Schutzmechanismus in der obersten Hautschicht, vermehrt Melanin zu bilden. Gerät dieser außer Kontrolle, treten punktuell immer mehr Pigment-Anhäufungen auf. Und mit zunehmendem Alter verstärken sich solche Veränderungen sogar häufig noch. Gesundheitlich sind die dunklen Spots zwar meist unbedenklich, jedoch klagen 40 Prozent der Frauen über diese kosmetischen Makel.

**Verschiedene Ursachen.** „Sommer sprossen bei hellen Hauttypen sind oft genetisch bedingt, genauso wie Muttermale, auch als Leberflecke bekannt. Letztere werden durch UV-Licht größer. Aber auch hormonelle Veränderungen in der Schwangerschaft, der

Menopause sowie Medikamente und Stoffwechselerkrankungen können solche Hautverfärbungen auslösen“, erklärt Dr. Darius Alamouti, Hautarzt aus Bochum. „Ebenso können Entzündungen und Hauterkrankungen wie Akne eine vermehrte Melanozytenbildung aktivieren. Diese oft gelblich-braunen Flecken werden durch viel Sonnenlicht noch verstärkt und als postinflammatorische Hyperpigmentierung bezeichnet.“

### Ständiger UV-Schutz ist die beste Prävention

„Die Vermeidung von direkter Sonneneinstrahlung und Hautpflege-Produkten mit Hormonzusätzen ist daher genauso ratsam wie die Verwendung von qualitativ hochwertigem Sonnenschutz“, so der Experte. Im Urlaub sollte man also konsequent Produkte mit

#### Adressdaten

Dr. med. Darius Alamouti  
Aesthetic & Skin  
in der Haranni Clinic  
Schulstrasse 30  
44623 Herne

#### Kommunikationsdaten

T. +49 2323 . 9644-814  
F. +49 2323 . 9468-122  
praxis@dariusalamouti.de  
www.dariusalamouti.de

#### Pressekontakt

pr@darius-alamouti.de

einem hohen Lichtschutz nutzen und die pralle Mittagssonne meiden. Denken Sie immer daran: 80 Prozent der Hautalterung im Gesicht und an den Händen entsteht durch UV-Licht.

**Alltags-Tipp.** Im Schatten bräunt es sich genauso gut. Außerdem ist die Entspannung viel größer. Für den täglichen Gebrauch ist eine Gesichtspflege mit sehr hohem UV-A- und UV-B-Schutz und melaninhemmenden und regenerierenden Inhaltsstoffen perfekt. Wie etwa Glycyrrhetinsäure, die die haut-eigene DNA-Reparatur unterstützt. In Kombination mit einem deckenden Make-up oder einem Concealer lassen sich die Pigmentflecken ganz einfach optisch kaschieren.

### Gezielte Aufhellung auf die schonende Art

Spezielle Pflege-Spezialisten aus der Apotheke korrigieren, minimieren und beruhigen die fleckigen Hautareale. Ob für Gesicht, Hals, Dekolleté oder Hände: Klärende Peelingformeln mit Hydroxy- und Salicylsäuren oder LHA- und Ferulasäuren aktivieren unsere Zellerneuerung und schilfern sanft das Oberflächenmelanin ab. Rein pflanzliche Komplexe in Cremes, Kuren und Masken mit Extrakten aus Brunnenkresse, Lupine, Rubin, Granatapfel oder Strandlilie bewirken eine sanfte, gleichmäßige Aufhellung.

**Effektive Substanzen.** Schimmern-de Mini-Pigmente schummeln im Nu einen strahlenden Teint. Hochkonzentrierte Seren und Nachtcremes mit einem Mix aus Hyaluron-, Glykol- und Azelainsäure lösen verfärbte Hautstellen ab, verfeinern und erfrischen das Hautbild. Vitamin C beschleunigt dabei den Abbau gefärbter Zellen. Effektive Anti-Aging-Synergien von Süßholzwurzel-extrakt, Fruchtsäuren und Coenzym Q10 oder Rucinol blockieren die Melanin-Neubildung. Allerdings gilt es zu bedenken: Optimale Effekte zeigen sich nur bei einer regelmäßigen Anwendung und einem Sonnenverbot. Daher verfügen viele Produkte auch über zusätzlichen UV-Schutz.

Ein neuer, vielversprechender Wirkstoff ist Thiamidol. Wissenschaftlern ist es gelungen, erstmalig ein menschliches Tyrosinase-Enzym zu isolieren, das maßgeblich an der Melaninproduk-

tion beteiligt ist. Daran wurden 50000 Substanzen im Labor getestet und Thiamidol erwies sich als sehr effektiv. Es setzt am Ursprung der Hyperpigmentierung an und stoppt die übermäßige Melaninbildung. Eine regelmäßige Anwendung ist Voraussetzung für sichtbare Ergebnisse nach sechs Wochen. Bricht man die Pflege jedoch ab, kommen die Verfärbungen leider wieder. Das gilt übrigens für jede depigmentierende Dermo-Kosmetik.

**Abklärung beim Profi.** „Bevor man zu Produkten mit aufhellender Wirkung greift, sollte man die Flecken von einem Dermatologen checken lassen, um Hautkrebs auszuschließen“, rät Dr. Alamouti. „In meiner Praxis nutze ich seit vielen Jahren die rezeptpflichtige Kombination von Hydrochinon, Tretinoin und Vitamin-C-Cremes. Diese dürfen nur einmal die Woche aufgetragen werden, damit sie nicht zu sehr reizen und die Haut nicht extrem aufgehellert wird.“ Es gebe jedoch kein Produkt, das Pigmentstörungen für immer verbannen kann: „Bei jedem Kontakt mit UV-Licht werden die Melanozyten, die pigmentbildenden Zellen, aktiviert. Wer also nicht im Dunkeln sitzen will, muss dauerhaft etwas dagegen tun.“

### Erfolgreiche Therapien beim Hautarzt

Chemische Behandlungen wie Bleachings und Peelings (jeweils ab ca. 80 Euro pro Sitzung) sind bei größeren Arealen ideal. Sie lösen die oberste Schicht ab und kurbeln die Hauterneuerung an. Eine mechanische Therapie ist etwa die Mikrodermabrasion mit Sandstrahler oder Kristallen, die Sonnenschäden sanft abschilfert (ab ca. 80 Euro pro Sitzung).

IPL- und Laser-Behandlungen (ab ca. 200 Euro pro Sitzung) zählen laut Dr. Darius Alamouti hingegen zu den physikalischen sowie teuersten Methoden und lassen mit gezielter Lichtenergie braune Farbpigmente beispielsweise auf dem Handrücken zerplatzen.

Ganz wichtig: Diese Anwendungen sollten ausschließlich im Herbst, Winter oder nächsten Frühling durchgeführt werden, damit die Wundheilung nicht von der Sonne gestört wird oder sich die Pigmentierung verschlimmert.

**Info:** Arztsuche unter [www.bvdd.de](http://www.bvdd.de) <

Die besten Produkte für Schutz und Pflege finden Sie auf Seite 18 ➔

#### Adressdaten

Dr. med. Darius Alamouti  
Aesthetic & Skin  
in der Haranni Clinic  
Schulstrasse 30  
44623 Herne

#### Kommunikationsdaten

T. +49 2323 . 9644-814  
F. +49 2323 . 9468-122  
[praxis@dariusalamouti.de](mailto:praxis@dariusalamouti.de)  
[www.dariusalamouti.de](http://www.dariusalamouti.de)

#### Pressekontakt

[pr@darius-alamouti.de](mailto:pr@darius-alamouti.de)

## Ebenmäßiger Teint – so klappt's!

Regelmäßiges Cremes reguliert und reduziert eine übermäßige Pigmentbildung



### Konzentrierte Extras

**1 Pigmentclar Serum von La Roche-Posay**, 30 ml ca. 23 Euro. Peelende LHA- und Ferulasäuren, mit Ginkgoblättern. **2 Lumilogie Maske von Lierac**, 50 ml ca. 30 Euro. Pflanzenextrakte wirken aufhellend und re-strukturierend. **3 Intensivkur spezial von Dr. Hauschka**, 40 ml ca. 50 Euro. Rubin, Traubenkerze, Rosenwasser

harmonisieren wechsel-jahrsbedingte Flecken. **4 Advanced Pigment Corrector von SkinCeuticals**, 30 ml ca. 90 Euro. Hydroxy-, Salicylsäure und Hefeextrakt bekämpfen effektiv Pigmentverschiebungen. **5 Iklen Anti-Dark Spot Corrector Serum von Noreva**, 30 ml ca. 50 Euro. Rucinol hemmt die melaninbildenden Enzyme.



### Hoher Lichtschutz

**1 Cetaphil Sun Sensitive Gel-Creme SPF 30 von Daylong**, 200 ml ca. 30 Euro. Photostabile UV-Filter bieten sofortigen UV-A- und UV-B-Schutz. **2 Idéal Soleil Anti-Pigmentflecken LSF 50+ von Vichy**, 50 ml ca. 21 Euro. Getönter Breitband-Sonnenschutz mit hochwirksamen Aktiv-

stoffen schützt vor dunklen Spots. **3 Photoderm Spot SPF 50+ von Bioderma**, 30 ml ca. 19 Euro. 2-in-1 Pflege: Ectoin und Mannitol stärken die Hautzellen, hemmen Melanin. **4 Pigment Control Sun Fluid 50+ von Eucerin**, 50 ml ca. 21 Euro. Mit patentiertem Thiamidol gegen Hyperpigmentierungen.



### Fleck-weg-Handpflege

**1 Melascreen Photo-Aging Handcreme von Ducray**, 50 ml ca. 16 Euro. LSF 50+, Hyaluronsäure und Vitamin C schützen vor Altersflecken. **2 Granatapfel Regenerationshandcreme von Weleda**, 50 ml ca. 9 Euro. Fördert die Zellregeneration. Öko-Test: „sehr gut“. **3 Crème Mains & Ongles von Vichy**, 40 ml

ca. 6 Euro. LHA-Säuren und nährnde Öle für ein gleichmäßiges, geschmeidiges Hautgefühl. **4 Haut in Balance Pigment Altersflecken-Reduzierer Handcreme von medipharma cosmetics**, 75 ml ca. 15 Euro. Fruchtsäuren verbessern die Hautstruktur.



### Aufheller für Tag & Nacht

**1 Ducray Melascreen Photo-Aging Nachtcreme**, 50 ml ca. 30 Euro. Mit Niacinamid gegen UV-Hautalterung. **2 Haut in Balance Pigment Altersflecken-Reduzierer von medipharma cosmetics**, 50 ml ca. 23 Euro. Kressesprossen-Extrakt wirkt antioxidativ. **3 Dr. Grandel Perfection White**, 50 ml

ca. 48 Euro. Pflanzenkomplex mit Vitamin C, harmonisiert das Hautbild. **4 Lentisol**, 30 ml ca. 31 Euro. LSF 50+ und Hydroxysäuren reduzieren dunkle Flecken. **5 Melablock Aufhellungs-Fluid von Dermalence**, 15 ml ca. 23 Euro. Mit Tyrosinasehemmer, blockt die Melaninbildung.

Produktauswahl und Preise können je Apotheke abweichen.