

Gesichtspflegeprodukte

Inhalt

Mittel zur Gesichtspflege	3
Grundsubstanzen der Produkte	3
Inhaltsstoffe und Wirksamkeit	5
Kosmetische Wirkstoffe: Die Aktiven	5
Natural Moisturizing Factor (NMF)	5
Harnstoff, Aminosäuren, Glycerin	6
Hyaluronsäure	6
Vitamine	6
Vitamin A (Retinol)	6
Vitamine E und C	7
Biotin (Vitamin H)	7
Nicotinsäure (Vitamin B3)	7
Weitere Aktive Wirkstoffe	8
Mineralstoffe und Spurenelemente	8
Enzyme und Coenzyme	8
Essenzielle Amino- und Fettsäuren	8
Pflanzliche Wirkstoffe	9
Pflanzliche Wachse	9
Fruchtsäuren	9
Kosmetische Hilfsstoffe	10
Spezielle Gesichtsmasken – Reinigung und Pflege	10
Feuchtigkeitsmasken	10
Crememasken	10
Straffungsmasken	11
Reinigungsmasken	11
Vlies-Masken	11
Modellage-Masken	11
Maskentypen und einige beispielhafte Bezeichnungen	12

Feuchtigkeitsmasken.....	12
Reinigungsmasken.....	12
Beruhigend wirkende Masken	12
Straffende Masken	12
Für jedes Hautproblem die richtige Maske	12
Wirkstoffe.....	13
Ampullen – Reinigung und Pflege	13
Ampullen - Helfer bei (fast) allen Hautproblemen.....	13
Anwendungstipps:.....	14
Ampullenpräparate	14
Für die Reinigung.....	14
Für die Hautpflege.....	14
Wässrige Ampullen.....	14
Feuchtigkeitsspender	15
Regulatoren von Seborrhoe und Großporigkeit.....	15
Ampullen gegen Cellulite	15
Ampullen auf Ölbasis.....	15
empfindlicher Haut.....	15
trockener Haut	16
reifer Haut	16
fahler grauer Haut	16
Ampullen auf Emulsionsbasis.....	16
Was spricht für die Ampulle?	16

Mittel zur Gesichtspflege

Grundsubstanzen der Produkte

Effektives Transportsystem nötig

Die Wirkung von Hautpflegeprodukten hängt von der Zusammensetzung der Inhaltsstoffe und zudem wesentlich davon ab, dass diese auch dorthin gelangen, wo sie gebraucht werden. Dass dies auch funktioniert, dafür hat in der Regel die Produktgrundlage zu sorgen. Aufgabe einer „Grundlage“, also der Hauptbestandteile einer Creme, einer Lotion, eines Gels etc. in denen die Wirksubstanzen gelöst sind, ist einerseits der schnellstmögliche Transport der wesentlichen Inhaltsstoffe an den Wirkort. Zum anderen muss dafür gesorgt werden, dass die Wirkstoffe dort auch bleiben, um einen möglichst lang anhaltenden Effekt zu erzielen.

Als Basis für Hautpflegemittel dienen in rund 90 Prozent der Fälle Emulsionen, deren Hauptbestandteil Wasser ist (gekennzeichnet als Aqua in der INCI Deklaration).

Öle

Öle sind die älteste Form der Hautpflege. Die Kosmetikerhersteller bezeichnen sie auch als „einphasige Systeme“, da sie nicht mit Wasser vermischt sind und ausschließlich lipid-, d. h. fettlösliche Substanzen enthalten. Häufig werden vitaminhaltige Pflanzenöle verwendet. Die hautpflegende Wirkung erzielen Öle durch eine „Versiegelung“ der Hautoberfläche. Dadurch werden Feuchtigkeit und Lipide in der Haut gehalten und der Wasserverlust vermindert. Zudem durchdringen bestimmte Bestandteile (mehrfach ungesättigte Fettsäuren) oder Öle die Hautoberfläche und können die Lipidzusammensetzung der Oberhaut positiv ergänzen. Andererseits erschweren Öle das Ausscheiden und Abdunsten von Substanzen aus dem Hautinneren. Sie sind daher nicht für jede Hautbeschaffenheit zu empfehlen. Öle mit starkem Schutzaspekt (Oberflächenfilm) sind nicht geeignet für fettige und Mischhaut.

Emulsionen

Eine klassische Grundlage der Hautpflege ist die Emulsion. Dieser Begriff ist zum Teil auch auf den Verpackungen von Kosmetika zu finden. Die Emulsion wird - je nach Konsistenz – in der Praxis jedoch größtenteils als Creme oder Lotion bezeichnet. Emulsionen setzen sich meist aus zwei Komponenten zusammen: Einer Öl- und einer Wasserphase, die sich mit Hilfe einer grenzflächenaktiven Substanz (Emulgator) dauerhaft vermischen. Je nach Mischungsverhältnis besitzen diese Emulsionen unterschiedliche Eigenschaften, der Emulsionstyp ist für die Wirkung ausschlaggebend. Unterschieden werden Öl-in-Wasser- (O/W-Emulsion) und Wasser-in-Öl-Emulsionen (W/O-Emulsion). Auch diese Bezeichnungen finden sich oftmals auf den Verpackungen von kosmetischen Mitteln.

Bei der Öl-in-Wasser-Emulsion (O/W-Emulsion) sind Öl- und Wassertröpfchen fein verteilt; die äußere Phase besteht aus Wasser. Dieser Emulsionstyp spendet viel Feuchtigkeit, lässt sich leicht verteilen und zieht schnell in die Haut ein. Er eignet sich insbesondere für die normale und eher fettige Haut. Die meisten Tagescremes und leichten Feuchtigkeitscremes gehören in diese Kategorie.

Die Wasser-in-Öl-Emulsion (W/O-Emulsion) funktioniert nach dem umgekehrten Prinzip: Auch hier

sind Öl- und Wassertröpfchen fein verteilt; aber die äußere Phase besteht aus Öl. Wegen der hohen Fettabgabe an die Haut, der rückfettenden Eigenschaften und der Reduzierung des Wasserverlustes empfiehlt sich diese Zusammensetzung etwa in Form von reichhaltigen Cremes oder Fettcremes vor allem bei trockener Haut.

Multiple Emulsionen

Heute gibt es noch differenziertere Systeme mit denen man die Wirkung verbessern und verlängern will: Die Multiplen Emulsionen. Das sind komplexe Öl-plus-Wasser-Systeme, bei denen sich in der inneren Phase von zwei miteinander vermischten Flüssigkeiten nochmals kleine Tröpfchen der äußeren Phase befinden. Klingt kompliziert, ist aber ganz einfach, wenn man es einmal schematisch betrachtet. Man unterscheidet Wasser-in-Öl-in-Wasser-Systeme (W/O/W) für viel Feuchtigkeit und Öl-in-Wasser-in-Öl-Systeme (O/W/O) für reichlich Lipide. Mit Hilfe von Mehrfachemulsionen können nebeneinander fett- und wasserlösliche Wirkstoffe in die Haut geschleust und nacheinander freigesetzt werden. Die Wirkung kann durch die verzögerte Freigabe der Wirkstoffe verlängert werden. Ziel ist es, die Haut nachhaltiger zu befeuchten und den Aufbau eines lipophilen (fettliebenden) Schutzfilms zu unterstützen. Die am häufigsten eingesetzten multiplen Emulsionen bestehen aus verschiedenen Fettphasen in Kombination mit Wasser.

Mikroemulsionen

Besonders fein verteilt und gut durchmischt sind so genannte Mikroemulsionen. Im Unterschied zu herkömmlichen Emulsionen zeichnen sie sich durch einen kleineren Tröpfchendurchmesser aus. Da die hochfeine Auflösung für das Auge nicht wahrnehmbar ist, erscheinen Mikroemulsionen äußerlich als transparente, einphasige Systeme, die gar nicht als „trübe“ Mischung wahrgenommen werden. Vorteil dieses Emulsionstyps: Er kann leichter in die Haut eindringen, Fachleute bezeichnen das auch als „gesteigerte Penetrationsfähigkeit“ in die Haut.

Gele

Bei Gelen handelt es sich um halbfeste, transparente Systeme, die durch ein dreidimensionales Gittergerüst Stabilität erhalten. Unterschieden werden wasserfreie Ölgele, ölfreie Hydrogele und Öl/Wasser-Gele. Gele sind dreidimensionale mehr oder weniger feste Strukturen, die sich unter dem Einwirken von mechanischen Kräften verflüssigen. Der Vorteil eines Gels ist in erster Linie ästhetischer bzw. emotionaler Natur: Gel lässt sich ausgezeichnet auf der Haut verteilen und hinterlässt keinen „Weißfilm“.

Fluids

Fluids sind dünnflüssigere Gele bzw. gelartige Flüssigkeiten. Häufig handelt es sich hierbei um einen O/W-Emulsionstyp. Fluids sind von leichterer Konsistenz als alle anderen Grundlagen und ziehen besonders rasch in die Haut ein.

Liposome

Zu den wichtigsten Kosmetik-Neuheiten des ausgehenden 20. Jahrhunderts zählen die Liposome. Sie dienen als Transportsystem, vornehmlich in Dispersionen, zur Pflege der trockenen, feuchtigkeitsarmen Haut. Liposome sind winzige Kügelchen, deren Hülle aus wasser- und fettfreundlichen Stoffen besteht. Gefüllt sind sie meist mit Wasser und wasserlöslichen Wirkstoffen, z. B.

Vitaminen. Aufgrund ihrer winzigen Größe (kleiner als 1/10.000 mm) und ihres zellähnlichen äußeren Aufbaus können sie in die Haut eindringen. Liposome sollen so Wirkstoffe in die Epidermis schleusen und sie dort fixieren. Je nach Hersteller werden verschiedene Liposome verwendet. Sie unterscheiden sich in der Zusammensetzung der Fettkügelchen und in den Wirkstoffen, die sie transportieren. In einigen Varianten ist nicht nur das Innere der Kugel mit Wasser oder wasserlöslichen Wirkstoffen gefüllt, sondern in der Außenhaut der Liposome sind zudem fettlösliche Wirkstoffe eingebaut. So soll ihre Wirkung nochmals verbessert werden. Liposome, zu denen auch die sogenannten **Nanosphären** zählen, lassen sich in jeden Emulsionstyp einarbeiten.

Inhaltsstoffe und Wirksamkeit

Den Grundsubstanzen der Produkte (Produktgrundlagen) werden, je nach Anwendungsgebiet und Pflegeziel, unterschiedliche kosmetische Rohstoffe zugegeben. Die Zahl der in der Hautpflege eingesetzten Wirkstoffe ist vielfältig. Dabei werden gleichermaßen synthetische wie pflanzliche und biotechnologisch hergestellte Substanzen verwendet. Tierische Rohstoffe verlieren zunehmend an Bedeutung.

Die Kunst der Produktentwicklung besteht darin, die jeweiligen Roh- und Wirkstoffe so zu kombinieren, dass sie eine bestmögliche Wirkung und Verträglichkeit zeigen, so der Kompetenzpartner Schönheitspflege beim IKW. Sehr selten werden ausschließlich natürliche oder ausschließlich synthetische Wirkstoffe in einem Hautpflegemittel eingesetzt. Erst durch eine ausgewogene Kombination beider Komponenten werden optimale Wirkungen durch die Produkte erzielt.

Alle verwendeten Rohstoffe unterliegen den umfangreichen Anforderungen der Kosmetikgesetzgebung. Nur sichere Produkte dürfen auf den Markt gebracht werden. Darauf haben Verbraucher einen Anspruch. Dazu unterlaufen sie umfangreichen Tests. Kosmetische Mittel gehören zu den am besten untersuchten und kontrollierten Produktgruppen. Wer sich über aktuell auf dem Markt befindliche Produkte und ihre Bewertung hinsichtlich Inhaltsstoffe, Unbedenklichkeit und Sicherheit informieren möchte, dem stehen zum Beispiel die Testberichte der Stiftung Warentest zur Verfügung. Hier werden auch Produktversprechungen kritisch hinterfragt und überprüft.

Kosmetische Wirkstoffe: Die Aktiven

Die wichtigsten, am häufigsten verarbeiteten und wohl auch effektivsten Wirkstoffe in hautpflegenden Kosmetika lassen sich verschiedenen Kategorien zuordnen.

Natural Moisturizing Factor (NMF)

Der natürliche Feuchtigkeitsregulator (Natural Moisturizing Factor NMF) der Haut bindet Feuchtigkeit und verhindert, dass die Haut durch Verdunstung zu stark austrocknet. Es gibt verschiedene Substanzen, die Kosmetika zugesetzt werden, um die feuchtigkeitsspendende Wirkung etwa von Hautcremes zu verbessern.

Als die wichtigsten Feuchtigkeitsregulatoren in Hautpflegeprodukten gelten Harnstoff (INCI: Urea), Aminosäuren, Glycerin und Zucker. Diese Stoffe sind in der Lage Wasser zu binden; der Chemiker sagt, sie sind hygroskopisch (wasseranziehend). Nach Angaben der Hersteller können sie den

Feuchtigkeitsgehalt der Hornschicht um bis zu 50 Prozent erhöhen. NMF sind gut für die trockene, feuchtigkeitsarme Haut.

Harnstoff, Aminosäuren, Glycerin

Harnstoff ist ein natürlicher Bestandteil der Haut und als Feuchtigkeitsspender sowohl in der konventionellen Kosmetik als auch in der Naturkosmetik beliebt. Aminosäuren helfen, den hauteigenen Feuchtigkeitsregulator NMF aufzubauen. Glycerin steigert das Feuchtigkeitsbindevermögen der Haut in besonderem Maße, weil es das durch das Produkt zugeführte Wasser bindet. Weil ihm eine gute Hautverträglichkeit und hohe Wirksamkeit nachgesagt wird, ist Glycerin als Moisturizer Bestandteil fast aller Hautpflegemittel.

Hyaluronsäure

Ein weiterer wichtiger Feuchtigkeitsbinder ist Hyaluronsäure, die zur Familie der Mucopolysaccharide gehört. Das sind Vielfachzucker, also lange Molekülketten, die aus Disaccharid-Untereinheiten (Zweifachzuckern) zusammengesetzt sind, welche ihrerseits wiederum aus Glucuronsäure und einem Aminozucker bestehen. Soviel zur Chemie, zurück zu Biologie und Kosmetik: Hyaluronsäure ist ein wichtiger Bestandteil verschiedener Gewebe, wie beispielweise der Haut, des Bindegewebes, des Auges oder des Knorpels. Aufgrund ihrer schwammartigen Struktur kann die Hyaluronsäure Wasser binden (pro Gramm bis zu sechs Liter) und sorgt so für Spannkraft und Elastizität der Haut. Mit zunehmendem Alter wird immer weniger natürliche Hyaluronsäure produziert. Sind in 100 Milligramm Babyhaut ca. 700 Mikrogramm (1 Mikrogramm = ein Tausendstel Milligramm) Hyaluronsäure enthalten, sind es bei einer sechzigjährigen Frau nur noch weniger als die Hälfte. Hyaluronsäurehaltige Kosmetika bilden auf der Haut einen dünnen Film, der die Feuchtigkeit auf der Oberfläche fixiert. Dadurch wird der natürliche Schutzmechanismus unterstützt und die Geschmeidigkeit der Haut kann bewahrt werden. Hyaluronsäure ist in der Lage Wasser bis zum 10.000-fachen des Eigenvolumens gelartig zu fixieren.

Vitamine

Vitamin A (Retinol)

Die für die Hautfunktion wichtigsten Vitamine sind die Vitamine A, C, E, H und B3. Als wahrer Power-Wirkstoff gilt Vitamin A (Retinol). Es ist für die Hautbildung von Bedeutung. Ihm wird nachgesagt, es könne erheblich zur Glättung umweltbedingter Fältchen beitragen. Zudem steigert es die Zellregeneration und die Hautelastizität. Ein Mangel an Vitamin A macht dagegen die Haut schuppig und trocken und führt zu vermehrter Fältchenbildung. In der Haut wird Vitamin A in Vitamin-A-Säure umgewandelt. Diese löst die oberste Hautschicht und regt die Produktion neuer Hautzellen an. Die Oberhaut wird dünner und die Haut insgesamt glatter.

Vitamin A und seine Vorstufe, sollten natürlich auch mit der täglichen Nahrung aufgenommen werden, dann können sie von innen wirken. Sie finden sich in Gemüse (Spinat, Broccoli, Karotten, Bohnen und Mais), Milch- und Milchprodukten, Eigelb, Fisch, Aprikosen und Pfirsichen. Längeres Kochen und unverschlossene Aufbewahrung schaden dem Vitamin. Da Vitamin A fettlöslich ist, sollte beispielsweise Möhrensalat oder frischem Karottensaft vor dem Verzehr immer ein wenig Öl

zugegeben werden.

Mit Vitamin A ist es wie mit vielen anderen Vitaminen: Eine bestimmte Menge ist absolut notwendig, aber zu viel ist giftig. In Kosmetika wird das Vitamin nur in geringen Konzentrationen eingesetzt, die als gesundheitlich unbedenklich gelten.

Vitamine E und C

Zu den wirksamsten Mitteln gegen Freie Radikale gehören die Vitamine E und C. Vitamin E fängt die durch UV-Strahlung verursachten aggressiven Verbindungen in der Haut ab, macht sie unschädlich und hilft so einer vorzeitigen Hautalterung vorzubeugen. Es schützt Zellmembranen, Lipoproteinen und Depotfett vor einer Zerstörung durch Oxidation. Das auch als Tocopherol bezeichnete fettlösliche Vitamin baut so einen Zellschutz auf und unterstützt auch die Regeneration der Haut. Weiterhin soll Vitamin E helfen, die Hautoberflächenstruktur zu verbessern und das Feuchthaltevermögen der Hornschicht zu steigern. Über die Nahrung sollten täglich etwa 30 mg Vitamin E aufgenommen werden. Enthalten ist es u.a. in hochwertigen Pflanzenölen (z. B. Weizenkeimöl, Sonnenblumenöl, Leinsamenöl, Olivenöl), Getreidekeimen, Eigelb, Nüssen, Vollkornprodukten, Milchprodukten, Butter und Margarine.

Vitamin C fördert den Kollagenaufbau und sorgt so für die Bildung und Funktionserhaltung von Bindegewebe. Es ist ein bedeutender Radikalfänger und schützt die Haut vor oxidativen Schäden. Außerdem ist es wichtig für die Wundheilung, die Narbenbildung und das Wachstum. Bei einem Vitamin C-Mangel heilen Wunden schlechter. Vitamin C ist in frischem Obst (besonders Zitrusfrüchten), vielen Gemüsen und in Säften enthalten. Auf Sauerstoff, Licht und Wärme reagiert dieses Vitamin besonders empfindlich.

Biotin (Vitamin H)

Vitamin H (Biotin) verbessert die Keratinstruktur der Hornschicht und der Nägel und unterstützt den hauteigenen Regenerationsprozess sowie die Lipidsynthese.

Biotin spielt eine wichtige Rolle bei Stoffwechselprozessen. Es hilft bei der Synthese von Glukose und unterstützt den reibungslosen Ablauf von Zellwachstum und Zellteilung sowie den Abbau von Amino- und Fettsäuren. Über die Ernährung nehmen wir Biotin auf, wenn wir Leber, Eigelb, Hülsenfrüchte wie Sojabohnen oder Linsen, Haferflocken, Nüsse, Spinat oder Pilze essen. Auch mageres Fleisch, Obst, Getreide und Brot enthalten Biotin. Vitamin H (heute auch: Vitamin B7) gehört wie Vitamin C zu den wasserlöslichen Vitaminen.

Nicotinsäure (Vitamin B3)

Vitamin B3 (Nicotinsäure, Niacin) ist ein relativ junger Wirkstoff in der Hautpflegekosmetik. Es ist von zentraler Bedeutung für den Stoffwechsel von Eiweißen, Fetten und Kohlenhydraten. Als hauteigenes, wasserlösliches Vitamin unterstützt es den zellulären Energiestoffwechsel. Nicotinsäure besitzt eine antioxidative Wirkung und ist wichtig für die Regeneration der Haut.

Nahrungsmittel, die Vitamin B3 liefern sind zum Beispiel Geflügel, Wild, Fisch, Pilze, Milchprodukte und Eier. Auch Leber, Kartoffeln, Vollkornbackwaren, verschiedene Gemüse (Hülsenfrüchte, Champignons), Obst sowie Erdnüsse, Datteln und getrockneten Aprikosen enthalten Nicotinsäure.

Aus tierischen Produkten wird es grundsätzlich besser vom Organismus verwertet, weil es dort ungebunden vorkommt.

Weitere Aktive Wirkstoffe

Mineralstoffe und Spurenelemente

Die in der Haut vorkommenden Mineralstoffe und Spurenelemente haben eine Doppelfunktion: Sie tragen einerseits, beispielsweise als Bestandteil von Enzymen, zum Aufbau wichtiger Substanzen für den Hautstoffwechsel bei. Andererseits sind sie durch ihre direkte Aktivität für die Hautfunktionen wichtig. Hautpflegeprodukte werden z. B. mit Kalium, Magnesium, Kalzium oder Zink angereichert. Darüber hinaus werden Mineralstoffe und Spurenelemente mit der Nahrung aufgenommen. Zinkabhängige Enzyme beispielsweise sind an nahezu allen Lebensvorgängen wie der Herstellung von Kollagen oder von Hormonen oder auch am Abbau von Alkohol beteiligt. Kalium ist entscheidend für den optimalen Wassergehalt der Zelle. Silizium etwa ist, in Epithelien und Bindegewebe, essentieller Bestandteil der Mucopolysaccharide (Vielfachzucker), zu denen die Hyaluronsäure gehört. Magnesium ist Teil zahlreicher Enzyme oder Coenzym und damit an sehr vielen Enzymreaktionen beteiligt. Freie Magnesium-Ionen beeinflussen zudem das Potential an den Zellmembranen.

Enzyme und Coenzyme

Enzyme steuern alle biochemischen Prozesse in der Haut, die Reparaturmechanismen und ebenso den Abbau von Kollagen und Elastin. In Kosmetika eingesetzte Enzyme sollen dazu beitragen, in diese enzymatischen Vorgänge in der Haut regulierend einzugreifen.

Coenzyme sind bei enzymatisch gesteuerten Stoffwechselvorgängen beteiligt. Das Coenzym Q10 wird in Kosmetika als Antifaltenwirkstoff eingesetzt. In jeder menschlichen Zelle wird die Energie aus der Nahrung in körpereigene Energie (ATP-Moleküle) umgewandelt. Dieses ATP ist lebensnotwendig, weil es der Zelle die für ihre eigenen Lebensvorgänge benötigte Energie liefert. Man könnte es mit Strom für unsere Haushalte und die Wirtschaft vergleichen. Q10 wirkt dabei als zentraler Bestandteil der so genannten Atmungskette (wichtiger Teil des Energiestoffwechsels) in den Kraftwerken der Zellen, den so genannten Mitochondrien. Es ist für diese biologische Energiegewinnung unentbehrlich. Außerdem fungiert es als Antioxidans, bewahrt also Bestandteile der Haut vor der Schädigung oder Zerstörung durch aggressive Sauerstoffspezies. Entsteht ein Mangel an Q10, bleibt das nicht ohne Folgen: Die mit der Hautalterung einhergehende Faltenbildung wird dadurch verstärkt, dass der Coenzym Q10-Gehalt mit zunehmendem Alter in den Hautzellen abnimmt.

Essenzielle Amino- und Fettsäuren

Essenzielle, das heißt lebensnotwendige, Amino- und Fettsäuren sind für die ständige Stoffwechselleistung der Haut sehr wichtig. Der Körper kann sie nicht selbst aufbauen und muss sie von außen, in der Regel über die Nahrung aufnehmen. Essentielle Fettsäuren etwa kann der Organismus nicht aus anderen Nährstoffen synthetisieren. Für den Menschen sind einige einfach- oder mehrfach ungesättigte Fettsäuren essentiell. Bekannt ist zum Beispiel die Linolensäure, eine ungesättigte Omega-3-Fettsäure. Zum großen Teil dienen essenziellen Amino- und Fettsäuren als Ausgangssubstanzen für die Synthese anderer, für die Hautfunktionen notwendiger Stoffe. Die

essentiellen Fettsäuren sind beispielsweise am Aufbau von Zellmembranen beteiligt. Ein Mangel an diesen Substanzen lässt die Haut vorzeitig altern.

Pflanzliche Wirkstoffe

Immer häufiger kommen in Kosmetika pflanzliche Wirkstoffe, z. B. Algenextrakte, Flavonoide aus Grünem Tee, Ginkgo biloba (Fächerblattbaum), Schachtelhalmauszüge, Aloe vera und viele andere zum Einsatz. Sie liefern auf natürlicher Basis eine Fülle von Substanzen, die das Geschehen in der Haut positiv stimulieren sollen. Algen z. B. gelten als Multitalente mit vielen für die Kosmetik interessanten Eigenschaften. Sie enthalten je nach Gattung und Herkunft Lipide (Fette), Proteine, Struktur-Kohlehydrate, unterschiedliche Vitamine, einen hohen Anteil an Mineralien und verschiedene Inhaltsstoffe mit antibakterieller Wirkung. Das Gel der Aloe vera, einer ursprünglich europäischen Agavenart, beschleunigt das Wachstum neuer Hautzellen. Aloe vera schützt die Haut zudem vor Austrocknung und UV-Strahlen. Zur Verfügung stehen verschiedene Varianten der Pflanze, darunter als eine der wertvollsten Aloe Barbadensis.

Die wirksamen Bestandteile der Pflanzen werden durch spezielle Extraktions- und Filtrationsverfahren für die Hautpflege nutzbar gemacht.

Pflanzliche Wachse

Vor allem pflanzliche Wachse sind bewährte Hautpflegemittel. Neben Wollwachs (Lanolin), Candelillawachs, Palmenblätterwachs (Carnauba) und Jojobaöl wird häufig auch Shea Butter verwendet, die aus der Frucht des Karité-Baums gewonnen wird. Sie dringt besonders gut in die Haut ein, macht sie weich und aufnahmefähig für andere Stoffe. Shea-Butter eignet sich daher besonders zur Pflege trockener bis sehr trockener Haut.

Fruchtsäuren

Fruchtsäuren werden z. B. aus Zitronen, Weintrauben oder Äpfeln gewonnen oder synthetisch hergestellt. Sie bewirken, dass die Haut glatter erscheint. Auch die Salizylsäure (Salicylic Acid), die eine ähnliche Wirkung zeigt, wird zu den Fruchtsäuren gezählt. In höheren Konzentrationen wirken Fruchtsäuren keratolytisch. Das heißt, sie lösen die Verbindungen der vermehrt angesammelten, abgestorbenen Hautzellen der Hornschicht und fördern damit deren Abstoßung. Die natürliche Zellneubildung wird indirekt gefördert und unterstützt, die Elastizität der Haut verbessert. Ziel ist es, dass Schüppchen und raue Stellen verschwinden, die Haut glatter wird und feine Linien und Fältchen gemindert werden.

Bei öliger Haut beugen Fruchtsäuren der Bildung von Mitessern und Hautunreinheiten vor. Die Hautbeschaffenheit wird verfeinert, die Haut wirkt klarer und frischer. Fruchtsäuren werden vielen Cremes in geringen Konzentrationen zugesetzt, um den pH-Wert des Produktes optimal für die Haut einzustellen. Doch nicht jeder verträgt Fruchtsäuren auf der Haut. Besonders die empfindliche Haut kann gereizt reagieren. Produkte mit Fruchtsäuren bedürfen daher in der Anwendung einer besonderen Sorgfalt. Ein zu häufiges Anwenden hoch konzentrierter Produkte kann der Haut sogar schaden. Deshalb sind die heute am Markt erhältlichen Produkte in der Konzentration der Wirkstoffe bzw. in der Einstellung des pH-Wertes besonders sorgfältig ausgewählt. Nach der Anwendung der

höher konzentrierten Fruchtsäure-Produkte, ist ein Sonnenschutz wichtig. Ein entsprechender Hinweis ist auf derartigen Produkten zu finden.

Kosmetische Hilfsstoffe

Hilfsstoffe sind in kosmetischen Produkten beinahe unverzichtbar. Zu dieser Stoffgruppe gehören z. B. so genannte Konsistenzgeber, Konservierungsmittel, pH-Wert-Regler, Antioxidanzien, Komplexbildner, Tenside, Parfümöle, Farbstoffe und UV-Absorber. Wichtige Hilfsstoffe sind auch Emulgatoren, die dafür sorgen, dass sich Öl- und Wasser-Phasen einer Emulsion dauerhaft miteinander mischen. Unter der Vielzahl verschiedener Emulgatortypen gehören Fettsäureester auf der Basis von Zucker oder Lecithin zu den gebräuchlichsten.

Die Pflegeprodukte müssen für den Verbraucher sicher sein. Dafür garantieren die Hersteller. Dazu gehört auch eine gute Hautverträglichkeit.

Allergiker können in der Liste der Inhaltsstoffe (INCI/International Nomenclature of Cosmetic Ingredients) gezielt nach den Stoffen suchen, auf die sie allergische Reaktionen zeigen, und so entsprechende Produkte meiden.

Spezielle Gesichtsmasken – Reinigung und Pflege

Es gibt sie für jeden Hauttyp und für die unterschiedlichsten Bedürfnisse. Die Anwendung ist meist einfach und beansprucht wenig Zeit: ein Viertelstündchen der Muße für die Schönheit.

Feuchtigkeitsmasken

Sie enthalten Wirkstoffe, die den Feuchtigkeitshaushalt wieder ins Gleichgewicht bringen und die Spannkraft der Haut verbessern. Feuchtigkeitsmasken eignen sich für alle Hauttypen. Ihre Einwirkzeit ist in der Regel ebenfalls kurz - nach fünf bis zehn Minuten werden sie mit einem Tuch abgenommen. Einige Feuchtigkeitsmasken bilden auf dem Gesicht einen Film, dieser wird dann einfach vom Kinn nach oben hin abgezogen.

Crememasken

Sie sind geeignet für trockene und empfindliche Haut. Die dicke Cremeschicht unterbricht für kurze Zeit den Austausch zwischen Haut und Luft. Das hat einen angenehmen Wärmestau zur Folge, durch den sich die Poren öffnen und in der Folge die Wirkstoffe besser in die Haut eindringen können. Die Erwärmung regt aber auch die Durchblutung an, so dass die Zellen besser mit Sauerstoff versorgt werden. Danach sieht die Haut prall und glatt aus, kleine Fältchen sind nicht mehr sichtbar. Zehn bis zwanzig Minuten nach dem Auftragen wird die restliche Creme entweder sanft einmassiert oder mit einem Kosmetiktuch entfernt. Crememasken sind immer dann angesagt, wenn die Haut Mängel zeigt, müde aussieht und strapaziert ist.

Straffungsmasken

Sie werden als leichtes Gel für die eher fette Haut oder als cremige Emulsion für die reife Haut angeboten. Aufgrund der feuchtigkeitsspendenden Wirkstoffe wird die glättende Wirkung meist sofort sichtbar. Anwendung: Großzügig auf Hals und Gesicht verteilen und nach fünf bis fünfzehn Minuten entweder mit einem Papiertuch abnehmen oder mit viel warmem Wasser abspülen.

Reinigungsmasken

Vorab sei gesagt: Sie ersetzen das tägliche Reinigen nicht. Spezielle Wirkstoffe lösen Verhornungen, verringern die Überproduktion der Talgdrüsen und fördern die Durchblutung. Weil diese Masken porentief reinigen, bekommt fahle, glanzlose Haut im Idealfall ihr frisches Aussehen zurück. Tiefreinigende Masken sind ideal für fette und unreine Haut. Enthalten sind zusätzlich entzündungshemmende Wirkstoffe, die der Pickelbildung vorbeugen.

Anwendung: Reinigungsmasken werden sanft mit kreisenden Bewegungen aufgetragen und nach einigen Minuten mit viel lauwarmem Wasser abgespült. Danach die Haut mit einer Feuchtigkeitscreme eincremen. Diese Masken sollten aber nicht auf die empfindlichen Hautpartien um Augen, Hals und Dekollete aufgetragen werden.

Bei Zwei-Phasen-Masken kommt die Paste zweifarbig aus der Tube, ihre Inhaltsstoffe mischen sich erst beim Auftragen endgültig. Sie bleibt fünf Minuten auf der Haut und wird dann mit viel Wasser abgespült. Die Haut sollte anschließend seidig glatt sein, weil die rauen Hornschüppchen weg sind und sie besser durchblutet ist.

Peelingmasken enthalten feine Körnchen, so genannte Schleifpartikel, die die Haut von abgestorbenen Hornschüppchen befreien. Sie werden auf die feuchte Haut massiert und anschließend entweder mit viel Wasser abgespült, oder, falls sie auf der Haut erstarren, abgerubbelt. Nach dem Peeling sieht die Haut klarer und gut durchblutet aus. Die Poren sind verfeinert, und die Haut ist aufnahmebereiter für nachfolgende Pflegepräparate. Dünne, zarte Haut verträgt kein Rubbeln. Für diesen Hauttyp sind Peel-off-Masken geeignet. Sie erstarren zu einem elastischen Film, der dann von der Haut abgezogen wird, und dabei die abgestorbenen Hautschüppchen mitnimmt.

Vlies-Masken

Das collagenhaltige Vlies gibt es entweder fertig mit einer Wirkstofflösung getränkt oder trocken, dann wird es vor dem Auftragen mit einer speziellen Wirkstoffampulle angefeuchtet. Die Maske kann aus mehreren Teilen, der jeweiligen Gesichtspartie angepasst, bestehen oder aus einem Stück sein. Sie wird auf das feuchte Gesicht gelegt und mit einem feuchten Wattepad leicht angedrückt. Nach 10 bis 20 Minuten werden die Maskenteile abgenommen und die Haut trockengetupft.

Modellage-Masken

Diese Maskenform wurde speziell für die Kosmetik-Studios entwickelt. Sie findet ihre Anwendung bei jedem Hauttyp. Die Maske umgibt die Haut mit einem geschlossenen, jedoch atmungsaktiven Mantel, unter dem es später zu einem spürbaren angenehmen Wärmeanstieg kommt, der für eine längere Zeit konstant bleibt. Dafür sorgen eingearbeitete Mineralien, die sich in Verbindung mit

Wasser und Luft erwärmen. Die gleichbleibende Wärme entspannt die Haut und öffnet die Poren. Die Wirkstoffe des darunter angewandten Pflegepräparates können nun intensiver von der Haut aufgenommen werden. Ziel dieser Spezialbehandlung ist es, Fältchen zu mildern, große Poren zu verfeinern oder sensible Haut zu beruhigen.

Übrigens: Ganz gleich welche Maske angewendet wird - auch bei Reinigungsmasken -, stets gilt: Haut vor dem Auftragen gründlich reinigen; denn Masken sind ein Zusatzprogramm und kein Ersatz für die tägliche Pflege. Vor dem Auftragen einer Maske unbedingt die Gebrauchsanweisung lesen. Nach der vorgegebenen Einwirkungszeit die Maske entfernen, denn auch hier gilt: Doppelt so lang hilft nicht doppelt so viel. Zum Schluss je nach Tageszeit die Haut mit dem entsprechenden Pflegepräparat eincremen.

Maskentypen und einige beispielhafte Bezeichnungen

Feuchtigkeitsmasken

Moisture Masque, Masque Creme Hydroprotecteur, Masque Hydratant, Moist Mask, Effect Mask, Hydro-Masken, Schaummasken.

Reinigungsmasken

Exfoliating Mask bzw. Masque, Peel-off-Mask, Peeling Mask, Rubbelmaske, Double-Masque, Masque Aqua Purifiant.

Beruhigend wirkende Masken

Gentle Mask, Declare Mask, Masque Adoucissant, Milk & Honey Mask.

Straffende Masken

Lifting Mask, Masque Raffermissant, Masque Radiant, Regeneration Mask.

Für jedes Hautproblem die richtige Maske

Witterungseinflüsse, Klimaanlage und Zentralheizungen, aber auch falsche Ernährung, unregelmäßige Lebensweise und seelische Belastungen prägen das Erscheinungsbild der Haut. Sie reagiert mit überhöhter Empfindlichkeit, nervösen Pickeln, hektischen Flecken und leidet vor allem unter Feuchtigkeitsmangel. Masken können hier wohlthuende und rasche Hilfe bringen. Wer vorsorglich mehrere Maskentypen zur Hand hat, kann sie je nach Hautzustand und gewünschtem Effekt augenblicklich anwenden.

- Wirkt die Haut fahl und müde, liegt es oft an mangelnder Durchblutung, einer zu dicken Hornschicht und verstopften Poren. Eine Reinigungsmaske befreit von unliebsamen Hornschüppchen und verstopften Poren.
- Ist die Haut trocken und reagiert sie auf den kleinsten Reiz mit Rötungen, dann ist ein behutsamer Umgang geboten. Hier sind beruhigende Crememasken angesagt.
- Neigt die Haut zu großen Poren und Fettglanz sind oft Pickel und Mitesser eine unliebsame Begleiterscheinung. Reinigungsmasken mit speziellen Wirkstoffen wirken normalisierend und

beruhigend.

- Bei junger, normaler Haut wird eine Maske zweimal monatlich aufgetragen. Reifere Haut neigt dazu ihre Geschmeidigkeit zu verlieren und unter Feuchtigkeitsmangel zu leiden, daher verträgt sie eine Maske so oft wie möglich.

Wirkstoffe

Allantoin:

mindert Rauheit und Rissigkeit, macht die Haut glatter und zarter

Extrakte aus Baumflechte:

wirken antibakteriell, lindern Reizungen und Entzündungen

Bienenhonig:

wirkt beruhigend und entspannend

Calendula-Öl:

lindert Rötungen und Reizungen, hilft bei rissiger Haut

Elastin, Collagen:

sind eine beliebte Kombination zur Behandlung von altersbedingten Veränderungen der Haut

Johanniskraut:

beruhigt gereizte und empfindliche Haut

Kamillenextrakt:

wirkt entzündungsvorbeugend und -hemmend

Panthenol:

wirkt reizlindernd, beruhigend, feuchtigkeitsbindend und glättend

Salbeiextrakt:

wirkt adstringierend

Extrakte aus Süßholzwurzeln:

wirken antibakteriell, lindern Reizungen und Entzündungen

Vitamine (z.B. A, B-Komplexe, E):

verbessern die Hautoberfläche

Ampullen – Reinigung und Pflege

Ampullen - Helfer bei (fast) allen Hautproblemen

Ampullen sind Präparate, die in kleinen, verschlossenen Behältnissen aus Glas oder Kunststoff hochkonzentrierte Wirkstoffkombinationen enthalten. Diese haben die Aufgabe, ganz bestimmte Mangelerscheinungen der Haut gezielt und intensiv zu behandeln, um sie so schnell wie möglich und so gut wie möglich zu beheben. Ampullenpräparate mit Sofortwirkung treten - ähnlich den

Effektmasken - immer dann in Aktion, wenn schnelle Hilfe bei stark strapazierter Haut angesagt ist. Zumeist jedoch werden Ampullen zur kurmäßigen Hautpflege über einen Zeitraum von zwei bis vier Wochen eingesetzt.

Anwendungstipps:

- Glasampullen, die aufgebrochen werden, stets mit geschützten Händen öffnen!
- Eine Ampulle reicht üblicherweise für eine Behandlung und sollte daher auch für diese eine Behandlung aufgebraucht werden.
- Wiederverschließbare Ampullen sollten kühl und dunkel aufbewahrt werden.
- Ampullenflüssigkeit auf den Handteller tropfen lassen und mit den Fingerspitzen auf der Haut kreisend verteilen, dabei nicht zu nahe an die Augen kommen.
- Nach ihrer Einwirkzeit die Haut eincremen.
- Die Wirkstoffkonzentrate einer Ampulle nicht mit einer Creme oder Packung vermischen, sondern direkt auf die Haut auftragen.
- Ein intensives Einmassieren der Ampullenflüssigkeit erhöht die Wirksamkeit.

Ampullenpräparate

Für die Reinigung

Ampullen zur Tiefenreinigung - auch Desincrustation-Ampullen genannt - sind neben anderen mechanischen und biologischen Peelingarten ein behutsames Präparat zur Tiefenreinigung. Sie sind angezeigt, wenn die Haut eines Peelings bedürfte, ihr Zustand aber das Rubbeln mit Schleifkörnchen nicht erlaubt, weil sie entweder entzündet oder durch schädliche Umwelteinflüsse zu strapaziert ist. Reinigungsampullen enthalten auflösende und absorbierende Substanzen wie z.B. Eiweißfettsäurekondensate, eiweißspaltende Enzyme, Saponine, die die Hornschuppen aus ihrem Verband lösen, die Hautoberfläche glätten und die Hautporen frei für die Aufnahme von Wirkstoffen machen. Diese Ampullen werden auf die vorgereinigte Haut aufgetragen und mit kreisenden Bewegungen verteilt, anschließend mit lauwarmen Kompressen abgenommen. Nach dem Peeling die Haut sorgfältig eincremen.

Für die Hautpflege

Die Belebung der natürlichen Hautfunktionen steht bei pflegenden Ampullen an erster Stelle. Voraussetzung dafür ist die Aufbereitung der Wirkstoffe, die eine optimale Aufnahme durch die Haut ermöglichen soll.

Wässrige Ampullen

Die Wirkstoffe dieser Ampullen sind – wie der Name schon sagt – in wässriger Lösung gelöst. Sie dringen durch die Poren ein und wandern dann zwischen den Zellen in tiefere Hautschichten, um dabei verschiedene Aufgaben zu erfüllen:

Feuchtigkeitsspender

Wirkstoffe, die sich als Feuchtigkeitsbinder und -spender bewährt haben, wie z.B. Kollagen, Elastin, NMF (Natural Moisturizing Factor) ([Link](#)), Aloe vera-Extrakte, Aminosäuren ([Link](#)), Hyaluronsäure ([Link](#)), Vitamine des B-Komplexes ([Link](#)), durchfeuchten im Konzentrat die Haut und mindern feine Trockenheitsfältchen. Auch nach einem ausgedehnten Sonnenbad bieten sich feuchtigkeitsspendende Ampullen z.B. mit Repair Komplex an, um den Wasserhaushalt der Haut zu regulieren.

Regulatoren von Seborrhoe und Großporigkeit

Seborrhoe ist ein medizinischer Begriff für die Überproduktion von Hautfetten durch die Talgdrüsen. Großporige Haut ist eine Folge davon. Bewährte Pflanzenauszüge regulieren die Tätigkeit der Talgdrüsen und wirken adstringierend, also zusammenziehend. Beispielsweise Gerb- und Bitterstoffe aus Hamamelis, Ratanhia, Tormentill, Chinarinde, Eichenrinde oder Melisse kommen konzentriert zum Einsatz.

Ratanhia (*Krameria lappacea*) ist ein niedriger Strauch aus den Anden (Bolivien, Peru). Auszüge aus den rotbraunen Wurzeln des Strauchs werden in der Pflanzenheilkunde als adstringierendes Mittel eingesetzt. Die Rhizome der Blutwurz (*Potentilla erecta*, Syn.: *Potentilla tormentilla*) sind gerbstoffreich, ebenfalls zusammenziehend und werden traditionell auch zu verdauungsfördernden Schnäpsen verarbeitet. Chinarinde (Gattung: *Cinchona*) stammt von immergrünen Bäumen und enthält Chinin, eine bitter schmeckende Substanz mit pharmakologischer Wirksamkeit, die in kleinen Mengen (ca. 70 mg/l Chinin) auch Bitter-Lemon-Getränken und dem Tonic Water zugesetzt wird. Eichenrinde ist ebenfalls reich an Gerbstoffen.

Ampullen gegen Cellulite

In der Ganzheitskosmetik versucht man jede Möglichkeit zu nutzen, um das Grobrelief einer Cellulitehaut zu verbessern. Die Anwendung solcher Kosmetika muss immer in Kombination mit anderen Maßnahmen wie Diät, Sport etc. erfolgen. Lösungen mit Kräuterwirkstoffen können die Durchblutung fördern und den Stoffwechsel in den aufgeblähten, trägen Fettzellen der Haut aktivieren. Eine gute Methode, etwas gegen Cellulite zu tun, ist aber nach wie vor auch die Gewichtsreduktion.

Ampullen auf Ölbasis

Bei diesen Ampullen enthält eine ölige Lösung die Wirkstoffe. Sie finden ihren Einsatz besonders bei der Pflege von:

empfindlicher Haut

Für diesen Hauttyp, der auf äußere Einflüsse, wie Sonne, Wind, Kälte und vieles mehr überempfindlich mit Reizungen und Rötungen reagiert, sind Konzentrate geeignet, deren Inhaltsstoffe (z.B. Azulen, Bisabol, Rutin, Hesperidin, B-Vitamine) mittels Kombination unterschiedlicher Wirkweisen den Abwehrmechanismus der Haut stärken. Azulen wirkt entzündungshemmend und regenerierend. Es kommt in Kamille vor und gilt auch als guter

Radikalfänger. Bisabol kommt ebenfalls im ätherischen Öl der Kamille vor und wirkt ebenso entzündungshemmend. Rutin ist ein Flavonoid, das sind Pflanzenfarbstoffe mit gesundheitsfördernden Eigenschaften, und wirkt antioxidativ. Enthalten sind diese zum Beispiel in grünem Tee, aber auch in vielen Gemüse- und Obstsorten. Auch Hesperidin gehört zur Gruppe der Flavonoide und wirkt als Antioxidans, aber auch auf Venen und Lymphe.

trockener Haut

Bei diesem Hauttyp steigern feuchtigkeitsspendende Wirkstoffe, wie z.B. Aloe Vera, Collagen oder auch Schachtelhalmextrakte, die zusätzlich eine beruhigende Wirkung erzielen, nicht nur in den oberen, sondern auch in den tieferen Hautschichten die Feuchtigkeitsbildung und beeinflussen die Elastizität der Haut.

reifer Haut

Gelöste Wirkstoffe, wie Kollagene oder Proteine, wirken Zeichen vorzeitiger Alterserscheinungen entgegen.

fahler grauer Haut

Dieser Hauttyp benötigt vor allem Wirkstofflösungen, die die Durchblutung fördern. Dazu können Extrakte aus Algen und Früchten (Schwarze Johannisbeere), aber auch Sauerstoff- und Vitaminsubstanzen, dienen.

Ampullen auf Emulsionsbasis

Da Emulsionen sowohl eine wässrige wie auch eine ölige Phase besitzen, können sie sehr vielseitig eingesetzt werden.

Was spricht für die Ampulle?

- Ampullen sind vielseitig einsetzbar.
- Sie lassen sich exakt dosieren.
- Sie enthalten hochkonzentrierte Wirkstoffkombinationen.
- Empfindliche Wirkstoffe können vakuumverschlossen und so keimfrei lange aufbewahrt werden.

Die Konzentrate sind nur wenig parfümiert - Die Wirkstoffe sind vor den oxidierenden Eigenschaften der Luft geschützt.

Die Ampulle ist heute in der modernen Kosmetik nicht mehr wegzudenken. 1961 - also vor dreißig Jahren - wurde die Behandlungsmethode mit den hochkonzentrierten Wirkstoffen in die Praxis eingeführt. Wegbereiter waren die Erfahrungen aus der Medizin und Naturheilkunde. Die ersten Ampullen enthielten Vitamin A- und E-Komplexe. Wirkstoffextrakte tierischen Ursprungs folgten. Heute wird nahezu jeder Wirkstoff auch in der Ampullen-Kosmetik eingesetzt, wo er zumeist intensiver als vergleichsweise in Cremes und Lotions seine Wirkung entfaltet.

Abwandlungen der klassischen Glas-Ampulle stellen Wirkstoffkapseln aus Gelatine oder Kunststoff dar. Auch sie beinhalten Wirkstoffkonzentrate für eine intensive Behandlung der Haut. Ihre

Handhabung funktioniert genau wie bei einer Ampulle: Die Kapsel durch einen Dreh öffnen und den ganzen Inhalt in die Handfläche träufeln. Das Wirkstoffkonzentrat gleichmäßig auf der Haut verteilen. Einige Anbieter wollen den Einstieg in die Ampullenpflege durch Probiersets erleichtern.