

Empfindliche Haut – klar erkannt

veröffentlicht in Beauty Forum 2010 (9), 32-34

Neben kleinen Ursachen mit großer Wirkung sind es komplexe Zusammenhänge, mit denen man es bei empfindlicher Haut in der Praxis zu tun hat. Sie zu erkennen, ist eine wichtige Voraussetzung für die kausale und erfolgreiche kosmetische Behandlung.

Die Zunahme empfindlicher Haut ist ein Trend, den man seit Längerem in den Industrieländern beobachten kann. Dabei handelt es sich um kulturelle und verhaltensbedingte Einflüsse. "Empfindliche Haut" ist ein weiter Begriff. Ist etwa eine fettarme Haut eine empfindliche Haut? Möglich - wenn sie mit einer Barriestörung verbunden ist und irritierende Stoffe von außen in die Haut eindringen können. Ist allerdings nur die Sebumproduktion gedrosselt und die Barriere in Ordnung, sollte es keine Probleme geben. Dieses einfache Beispiel zeigt, wie schwierig eine Definition in der Praxis ist. Für die kompetente Beratung und Behandlung im individuellen Fall sind subjektive Empfindung, messtechnische Hautdiagnose und das optische Erscheinungsbild zu beachten. Zusammenfassend ist zu überlegen:

- Wie äußern sich Empfindlichkeiten?
- Welche Einflüsse sind maßgeblich beteiligt?
- Seit wann reagiert die Haut?
- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- Was kann man präventiv tun?

Ziel ist es, die Zeichen von Empfindlichkeiten richtig zu deuten, um in der Praxis entsprechend agieren zu können – präventiv wie akut.

Symptome

Die meisten Symptome empfindlicher Haut sind mit dem Auge recht gut erkennen. Manche, wie beispielsweise Rötungen und Trockenheit, lassen sich auch messtechnisch quantifizieren. Im Einzelnen geht es um:

- **Temporäre Rötungen:** Flush (Arzneimittel, Alkohol, Gewürze), Speicherung von Stoffen in der Hornschicht mit Einfluss auf die Mikrozirkulation (z. B. Rheumasalben), Kältereize
- **Andauernde Rötungen inklusive Bindegewebsstörungen:** Rosacea, Couperose

- **Lichtschäden:** Sonnenbrand, aktinische Keratose
- **Entzündungen:** Akne, Neurodermitis, periorale Dermatitis
- **Barriestörungen** inklusive NMF-Defizite
- **Juckreiz**
- **Keratosen** (Verhornungsstörungen): Schuppenflechte, Ichthyosis
- **Pigmentstörungen:** Hyperpigmentierung, Vitiligo
- **Atrophie:** Altershaut, Einfluss von Arzneimitteln

Einflüsse

Ein wichtiger Punkt, um den Ursachen auf die Spur zu kommen, ist die zeitliche Eingrenzung der ersten Symptome. Im Wesentlichen unterscheidet man physikalische, chemische und biologische Faktoren:

Physikalische Faktoren

- Temperatur (Wärme, Kälte)
- Strahlen: Sonne, Krebstherapie, photo-toxische Erscheinungen
- Textilien und Schuhe: Okklusion, mechanischer Druck und Reibung, Hemmung der Mikrozirkulation

Chemische Faktoren

- Arbeitsstoffe: Irritation, Sensibilisierung, multiple chemische Sensibilität (MCS)
- Wasser und gelöste Bestandteile: hartes Wasser, Chlorwasser, Tenside
- Stäube und Aerosole der Luft: Pollen, Radikale, Nitrosamine
- Kleidung: Imprägnierungen, Konservierung, Weichmacher, Farbstoffe
- Arzneimittel
- Kosmetika: Konservierung, Parfümstoffe, Weichmacher, Emulgatoren, verschiedene Formen des Peelings, Überpflegung

Biologische Faktoren

- Keime, Infektionen
- Ernährung: Fettsäuren, Vitaminmangel, Alkohol, Nikotin, Diäten

- Hormonhaushalt: Pubertät, Menopause
- Anlagebedingte Probleme

Behandlungsmöglichkeiten

Hautschutz ist ein notwendiger Teil der Behandlung. Einen ebenso hohen - wenn nicht sogar höheren - Stellenwert hat die maximale Förderung der Eigenregeneration der Haut. Diesen Grundsätzen entspricht die von Prof. Albert M. Kligman geprägte Korneotherapie; ergänzend sind moderne Transportsysteme (Liposomen, Nanodispersionen) für kosmetische Wirkstoffe wichtig, um bei kleinen Konzentrationen hohe Effektivitäten zu ermöglichen. Bei den zu wählenden Wirkstoffen stehen solche im Fokus, die einen Einfluss besitzen auf Hautfeuchte und TEWL, die Hautbarriere und das Sebum, Verhornungsstörungen, Hautrötungen, Entzündungen, Mikroorganismen, Blutgefäße und Bindegewebe, Juckreiz sowie freie Radikale.

Prävention

Eine optimale Behandlung dient selbstverständlich auch der Vorbeugung. Daneben gibt es eine Reihe anderer Gesichtspunkte wie beispielsweise: Hygiene, Hautreinigung, Schweißbildung, Sonnenschutz oder aber auch die Vermeidung phototoxischer Reaktionen durch PEG, ätherische Öle etc. (Beachtung der INCI und KVO-Listen) sowie Make-up. Eine indikationsbezogene Hautpflege bietet sich an unter anderem bei perioraler Dermatitis, Rosacea und Couperose, perianalen Barrierestörungen sowie Strahlentherapie.

Weiterführende Literatur

- H. Lautenschläger, Korneotherapeutische Hautpflege bei Rosacea, Ästhetische Dermatologie (mdm Verlag) 2010 (3), 16-20
- H. Lautenschläger, Das ABC der Fettsäuren, Beauty Forum 2009 (12), 40-47
- H. Lautenschläger, Hautpflege bei Schuppenflechte - ganz individuell, Beauty Forum 2009 (10), 48-51
- H. Lautenschläger, Allgegenwärtig und multifunktional – Alles über Aminosäuren in der Hautpflege, Kosmetische Praxis 2009 (3), 15-17
- H. Lautenschläger, Nanopartikel in Kosmetika - Gut oder schlecht?, Beauty Forum 2009 (5), 44-47
- H. Lautenschläger, "Ich vertrage das Produkt nicht" - Einfluss von Arzneimitteln auf Haut und Hautpflege, Kosmetische Praxis 2009 (2), 11-14
- H. Lautenschläger, Haut im Stress - Juckreiz & Co - Ursachen und Lösungen, Beauty Forum 2008 (10), 106-108
- H. Lautenschläger, Wenn die Haut reagiert - Kosmetika und ihre Wirkungen, Beauty Forum 2008 (9), 114-116
- H. Lautenschläger, Hautpflege bei Strahlentherapie - Beruhigen, stärken & schützen, Beauty Forum 2008 (8), 32-34
- H. Lautenschläger, Dermopharmazie - Dekorative Kosmetik für die Problemhaut, Pharmazeutische Zeitung 153 (8), 28-30 (2008)
- H. Lautenschläger, Wirkstoffe für sonengeschädigte Haut – Von Aloe bis Weihrauch, Beauty Forum 2007 (9), 78
- H. Lautenschläger, Liposomes, Handbook of Cosmetic Science and Technology (A. O. Barel, M. Paye and H. I. Maibach), 155-163, CRC Press Taylor & Francis Group, Boca Raton 2006
- H. Lautenschläger, Geschichte und aktuelle Gesichtspunkte der Korneotherapie, Kosmetische Medizin 26 (2), 58-60 (2005)

Dr. Hans Lautenschläger