

SICHTBARE SONNEN- SCHÄDEN:

PIGMENTFLECKEN:

Die Hyperpigmentierung wird durch die vermehrte Melaninbildung verursacht. Sie entsteht vor allem als Reaktion auf zu häufige und ausgiebige UV-Einstrahlung ohne adäquaten Sonnenschutz. Wichtig ist, zu wissen, dass die kleinen braunen Hautverfärbungen selbst in der Regel harmlos sind und keinerlei Krankheitswert besitzen. Allerdings sind Pigmentflecken ein Zeichen von Sonnenschädigung und sind daher Indikatoren, die auf erhöhtes Hautkrebsrisiko hinweisen können.

Behandlung: Laserbehandlung, Bleichcremen oder Peelings.

ROTE ÄDERCHEN:

Exzessive Sonneneinstrahlung kann auch der Grund für feine, rote Äderchen sein. Diese mindert die Elastizität der Gefäße, die Blutgefäße sind dann besonders im Gesicht nicht mehr so stabil und weiten sich. Rötungen an Wangen und Nase sind dann das Resultat. (Couperose)

Behandlung: Laser

FALTENBILDUNG:

Ist die Haut häufig der Sonne ausgesetzt, führt das zu vermehrter Bildung der Matrix-Metallproteinase (MMP), die das Kollagengerüst der Haut angreifen. Daraus folgt, dass die Haut schlaffer wird und sich Falten bilden. Außerdem bilden sich durch die UV-Strahlen freie Radikale, welche Gift für die lebenden Zellen sind.

Behandlung: Eigenfetttransfer, Plasma-Behandlung, Unterspritzung und Hyaluron

AKTINISCHE KERATOSE:

Rötliche bis bräunliche Flecken und Hornablagerungen mit schuppiger, rauer Oberfläche können ein Zeichen für aktinische Keratose – eine Vorstufe des Hautkrebses – sein. Besonders betroffen sind helle Hauttypen im fortgeschrittenen Lebensalter, die ihre Haut übermäßiger Sonnenbelastung ausgesetzt haben. **Behandlung:** Laser oder Peelings

GUT GESCHÜTZT Ein adäquater Sonnenschutz schützt die Haut vor langfristigen Sonnenschäden.



SO KORRIGIERT MAN SONNENSCHÄDEN EFFEKTIV

Reparatur FÜR DIE Haut

80%
DIE HAUTSCHÄDEN WIE
PIGMENTFLECKEN UND
FALTEN ENTSTEHEN
DURCH AUSGIEBIGES
SONNENBADEN.

SCHÄDEN BEHEBEN Die Haut verzeiht keine Fehler. Unachtsames Sonnenbaden führt akut zu Verbrennungen und langfristig zu teils schwerwiegenden Schädigungen. Wir verraten, was in Ernstfällen Linderung verschafft und wie der Profi helfen kann.

Nach dem Urlaub kommt man im Idealfall mit einer knackigen Bräune zurück. Doch leider übertreibt es rund ein Viertel der Österreicher

mit dem Sonnenbaden – ein Sonnenbrand ist das Resultat. In diesem Fall steht die Symptombehandlung an erster Stelle. Doch auch wenn man Verbrennungen und Irritationen rasch lindern und damit „abhaken“ kann, die Haut verzeiht diese Verletzungen nicht. Mit jedem Sonnenbrand

steigt nämlich das Hautkrebsrisiko. Zudem lässt uns unachtsame Sonnenexposition wesentlich schneller altern: Pigmentflecken, Falten und rote Äderchen sind die unschöne Folge. Im großen „Haut-Reparatur-Guide“ verraten Ihnen die g&f-Experten, wie Sie im Akut-Fall optimal reagieren und langfristig die Gesundheit und Jugendlichkeit Ihrer Haut erhalten.

Wenn's brennt!

Kühlung lautet das Stichwort bei akutem Sonnenbrand, Mallorca-Akne und Sonnenallergie. Kalte Umschläge besänftigen nämlich die Haut und spezielle Gels lassen Rötungen schnell abklingen. „Bei Brandblasen, Fieber oder Erbrechen ist der Gang zum Arzt aber Pflicht!“, so Dermatologin Dr. Sabine Schwarz. Langfristige Hautgesundheit sowie die Entfernung von Pigmentstörungen & Co. verlangt ebenfalls ärztliche Hilfe.

So hilft der Mediziner

Die moderne Schönheitsmedizin bietet mittlerweile eine Vielzahl an Methoden, um Sonnenschäden effektiv zu beseitigen. Oberflächliche Makel wie Pigmentflecken lassen sich beispielsweise mit Fruchtsäure-Peelings oder Micro-Needling effizient entfernen. Dadurch wird der Organismus zur Bildung neuer →



SCHATTENSEITEN Am besten schützt man sich vor der Sonne im kühlen Schatten.

HILFE FÜR DIE HAUT

Kalte Umschläge, kühlende Cremes und Antihistaminika können bei leichtem Sonnenbrand Linderung verschaffen. Die Dermatologin klärt auf.



Hautzellen angeregt und die Haut wirkt wieder ebenmäßig und strahlt. Tiefer liegende Falten, die durch Freisetzung von freien Radikalen entstehen und das Stützgerüst aus Kollagen und Elastan angreifen, können mit Fillern aus Hyaluronsäure geglättet werden. Hyaluronsäure kommt in der ästhetischen Medizin häufig zum Einsatz, da sie schon von Natur aus im Körper vorkommt und allgemein gut verträglich ist. Der Effekt ist allerdings ein temporärer (Wirkungsdauer ca.



LET THE SUN SHINE Damit Sie die Sonne genießen können, ist ein guter Schutz sehr wichtig.

Dr. Sabine Schwarz erklärt, was bei Sonnenbrand, Mallorca-Akne und Co. hilft

SOS-HAUTSCHUTZ-GUIDE IM AKUTFALL

SONNENBRAND:

Der Sonnenbrand (medizinisch: UV-Erythem) ähnelt einer Verbrennung der Haut ersten und zweiten Grades und wird durch die UV-Strahlen der Sonne verursacht. Wenn es trotz Sonnenschutz erwischt hat, kühlt am besten die verbrannte Hautstelle mit einem nassen Tuch, Joghurt oder verwendet kühlende Gels und Cremes. Bei leichtem Sonnenbrand helfen feuchtigkeitsspendende After-Sun-Produkte. Auch das Gel der

Aloe-vera-Pflanze eignet sich hervorragend zum Kühlen. Sollten sich jedoch Brandblasen bilden, Sie Fieber bekommen oder erbrechen, ist dringend einen Arzt aufzusuchen.

MALLORCA-AKNE:

Die Mallorca-Akne ist eine Sonderform der polymorphen Lichtdermatose. Es handelt sich dabei aber nicht um eine klassische Akne, sondern eine allergische Reaktion auf Sonnenlicht in Kombination mit Sonnenschutzmitteln. Meistens macht sich die Mallorca-Akne nach einem intensiven Sonnenbad bemerkbar, die Symptome sind starker Juckreiz, Pusteln und Knötchen auf der Haut. Man sollte die Sonne nun meiden und mit kalten Umschlägen und entzündungshemmenden Cremes dem Juckreiz schnell entgegenwirken.

SONNENALLERGIE:

Die Sonnenallergie verhält sich ähnlich wie die Mallorca-Akne, der Auslöser ist aber ausschließlich die Sonne. Die Ursache für diese polymorphe Lichtdermatose ist weitgehend ungeklärt und die Symptome äußern sich durch starken Juckreiz, örtlich begrenzte Schwellungen und leichtes Brennen. Auch

hier sollte man unbedingt die Sonne meiden. Als erste Maßnahme helfen kühlende Tücher und entzündungshemmende Gels. Sollte der Juckreiz weiter anhalten, können antiallergische Tabletten Abhilfe schaffen.

SCHNEEBLINDHEIT:

Ein Sonnenbrand auf den Augen? Ja, richtig gehört! Da sich in der Fetalperiode Teile des Auges aus der „normalen“ Haut entwickeln, reagieren diese ebenso empfindlich auf UV-Licht. Eine qualitativ hochwertige Sonnenbrille und ein Hut können hier optimal schützen. Erwischt das Auge dann doch zu viel Sonnenlicht, kann eine Keratitis solaris entstehen, die sich durch Schmerzen im Auge, Tränen, Jucken und Rötungen auswirkt. Auch die Sicht kann getrübt oder unscharf sein, mitunter kommt es auch zu übermäßiger Lichtempfindlichkeit. Das Wichtigste ist nun, aus der Sonne zu gehen und die Augen mit einem feuchten Tuch zu kühlen. Auf keinen Fall sollte man die Augen reiben – auch nicht, wenn diese stark jucken. Kontaktlinsen sollten außerdem durch eine Brille ausgetauscht werden. Ein Arztbesuch ist außerdem dringend anzuraten, um etwaige Folgeschäden auszuschließen.



DR. SABINE SCHWARZ
Fachärztin für Haut- und
Geschlechtskrankheiten;
www.hautzentrumwien.at

Dr. Shirin Milani klärt über moderne ästhetische Hautbehandlungen auf

SONNENSCHÄDEN BEIM PROFI REPARIEREN

BEHANDLUNG VON PIGMENTFLECKEN:

Für die Entfernung von Pigmentflecken eignen sich chemische Peelings oder Micro-Needling.

Feine Peelings mit Fruchtsäuren wirken auf zwei Ebenen. Sie fördern einerseits die Regenerationsfähigkeit der unteren Hautschichten und lassen gleichzeitig die oberen Hautschichten erstrahlen. Bei Hyperpigmentierung wird eine mehrmalige Behandlung empfohlen.

Kosten: ab 90 Euro/Behandlung

Micro-Needling ist eine minimal-invasive medizinische Behandlungsform zur Verbesserung der Hautstruktur, indem die Kollagen- und Elastinproduktion angeregt wird. Durch feine Nadelstiche entstandene Mikroverletzungen sorgen sanft für ein deutlich erfrishtes und strafferes Hautbild im Gesichts-, Hals- und Dekolleté-Bereich – und das nahezu ohne Ausfallszeiten.

Kosten: ab 170 Euro/Sitzung

BEHANDLUNG VON FALTEN:

Auch bei der Faltenbehandlung haben sich **Micro-Needling** und **Peelings** bewährt. Zu den weiteren Behandlungsoptionen zählen Botox- und Hyaluronsäure-Behandlungen. **Botox** wird direkt in den Muskel injiziert, der

durch zu starkes Zusammenziehen Falten verursacht. Dort blockiert Botox die Ausschüttung des Botenstoffes, der dem Muskel sagt, dass er sich bewegen soll. So entspannen sich die behandelten Gesichtsmuskeln und bereits vorhandene Falten werden für drei bis fünf Monate geglättet.

Kosten: ab ca. 450 Euro/Behandlung
Hyaluronsäure ist eine körpereigene Substanz, die in der ästhetischen Medizin als Filler bezeichnet wird und sich nach einiger Zeit abbaut. Wird sie in Falten eingespritzt, hebt sich das Hautniveau, wodurch das umliegende Gewebe angeglichen wird und die Haut glatter und praller erscheint – ein Effekt, der sechs bis zwölf Monate anhält. Das 8-Punkte-Lift, auch nicht operatives Gesichtslift genannt, stellt die Weiterentwicklung der Faltenbehandlung mit Hyaluronsäure-Fillern dar. Mit drei Hyaluronsäuren kann mittels Unterspritzungen an acht Punkten (oder auch mehr) im Gesicht eine deutliche Harmonisierung und Verjüngung erreicht werden.

Kosten: auf Anfrage

BEHANDLUNG VON ÄDERCHEN:

Wenn Menschen an zu starker Gefäßneubildung im Gesicht oder Körper leiden, dann kann das auf eine Couperose hindeuten. Die

hochselektive Laserbehandlung mit dem Asclepion QuadroStar+ KTP-Laser bietet eine äußerst schonende und zugleich hochwirksame Methode zur Verödung.

Kosten: ab 150 Euro/Behandlung

BEHANDLUNG SONNENGESTRESSTER HAUT:

Fehlt der Haut an Strahlkraft, empfiehlt sich eine PRP-Behandlung (Vampir-Facelift) zur Hautverjüngung. Dabei wird eine kleine Menge Blut aus der Armvene entnommen, speziell aufbereitet und mittels Mikroinjektionen in die betroffene Stelle injiziert.

Kosten: ab 450 Euro/Behandlung



DR. SHIRIN MILANI Fachärztin für
Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie;
www.medspa.cc

sechs bis zwölf Monate). Auch Botox bzw. Botulinumtoxin Typ A, ein biologisch erzeugtes Protein, eignet sich hervorragend zum Ausbessern von sonnenbedingten Fältchen.

Ist die Haut allgemein sonnengestresst, eignet sich eine Eigenblut-Behandlung (PRP oder Vampir-Lifting), um der Haut wieder Volumen und Elastizität zurückzugeben.



Der richtige Zeitpunkt

Die beste Zeit für Reparaturen und Verjüngung der Haut ist in der Regel nach dem Sommer, da die oberste Hautschicht bei den meisten Behandlungen angegriffen wird und sie in dieser Zeit extrem empfindlich gegenüber UV-Strahlen ist. Lassen Sie sich am besten vom spezialisierten Mediziner beraten, wann der richtige Zeitpunkt für Ihre Wunsch-Behandlung ist.

Damit es gar nicht erst zu sonnenbedingten Hautschäden kommt, sollte man immer vorbeugen. Sonnencremen mit einem hohen Lichtschutzfaktor schützen vor den aggressiven UV-Strahlen. Sie sollten nicht nur am Strand, sondern auch im Alltag zur Anwendung kommen. Je umfangreicher die Haut geschützt ist, desto langsamer schreitet die Hautalterung voran. Nicht vergessen: Die Haut merkt sich jeden Sonnenstrahl!

ALEXANDRA HAHNENKAMP ■

NEU!

Die nächste Generation in der Hautpflege

Bi-Oil®

Gel für trockene Haut

Juckreiz, Schuppen, spannendes Hautgefühl oder Risse sind oft Zeichen für trockene Haut.

Durch seine Ölbasis und die spezielle Formel aus überwiegend feuchtigkeitsspendenden und feuchtigkeitsspendenden Inhaltsstoffen ist der Anteil der pflegenden Wirkstoffe von **Bi-Oil Gel für trockene Haut** außergewöhnlich hoch.

Wertvolle Substanzen wie Sheabutter, Urea und Glycerin helfen, die Feuchtigkeit zu erhalten, Vitamin B3 und Bisabol sorgen für samtig weiche und gepflegte Haut.



www.bi-oil.at

WERBUNG Foto: Bi-Oil