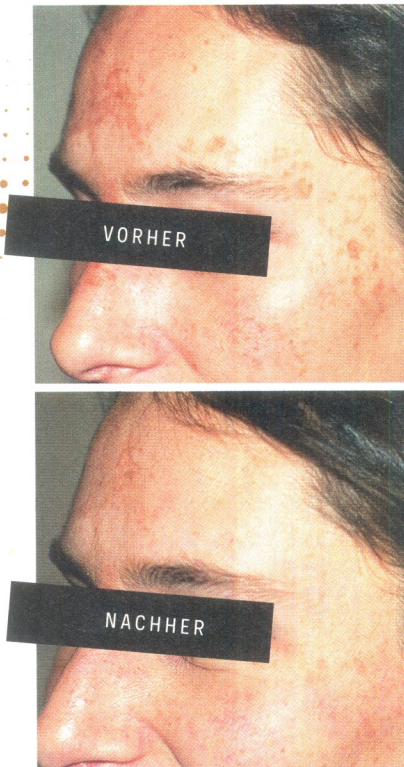


WEG MIT DEM FLECK!

Sommersprossen sind süß. Aber wenn sie sich **ZU SEHR AUSBREITEN ODER ZU GROSS WERDEN**, wirken die dunklen Stellen oft störend. Der Herbst ist die beste Zeit, um etwas gegen Pigmentflecken zu tun. Eine Expertin klärt über die verschiedenen Möglichkeiten auf.

Der Sommer ist vorbei, die Urlaubsbräune weg, nur ein paar dunklere Stellen im Gesicht erinnern an die Sonnenwärme: Pigmentflecken. Genau die Erinnerungsstücke, die man gar nicht braucht. Gefährlich sind sie nicht, doch ästhetisch können sie echt stören. Will man etwas dagegen tun, ist jetzt die richtige Zeit dafür – wenn die Haut länger keiner starken UV-Strahlung ausgesetzt ist. Wir haben Dermatologin Dr. Sabine Schwarz gefragt, was gegen die Verfärbungen hilft.

ZU VIEL MELANIN. Grund für die Sonnen- oder Altersflecken, die an exponierten Stellen wie Wangen, Stirn oder Handrücken auftreten, ist eine zu starke Ansammlung des Pigments Melanin. „Die Punkte entstehen, wenn die Haut jahrelang ungeschützt der UV-Strahlung ausgesetzt wird. Erste können schon ab etwa 35 auftreten“, weiß die Expertin. In tieferen Hautschichten liegen die sogenannten Melasmen: großflächige hyperpigmentierte Zonen an Oberlippe, Wange und Stirn, die besonders während und nach Schwangerschaften



NACHHALTIG. Bei der Behandlung mit Laser werden die Pigmente zerstört und über die Haut abgebaut. Eine bis drei Behandlungen sind empfohlen. Kleine Stellen (z. B. Stirn, Handrücken) € 250,-, ganzes Gesicht € 450,-/Anwendung.

oder auch bei Einnahme der Pille auftreten können. Einfachste und beste Vorbeugung: „So wenig wie möglich in die Sonne gehen. Und Sonnenschutz, auch im Winter!“

Mehrere Methoden.

Aber was tun, wenn die Flecken schon da sind? Die mildeste Abhilfe sind bleichende Pflegecremen (siehe rechts). Regelmäßig geschmiert, hellen sie die Haut auf. Eine weitere Möglichkeit ist die Vereisung mit flüssigem Stickstoff. Das zahlt sogar die Krankenkasse. Nächster Schritt sind Fruchtsäure-Peelings beim Hautarzt, kombiniert mit Mikrodermabrasion (etwa € 100,-), die die oberflächlichen Hautschichten und damit auch die

Verfärbungen abtragen. „Alle drei Methoden bringen Verbesserungen“, weiß Dr. Schwarz. „Aber eine vollständige Entfernung ist nicht immer möglich, vor allem bei Melasmen, da hier die Pigmentierung tiefer liegt.“

LASERKRAFT. Effektivste Methode zur Entfernung ist der Laser (siehe Bilder links). Wichtig ist, dass es der richtige ist: „Laser haben unterschiedliche Wellenlängen. Je nachdem, ob der Fleck eher oberflächlich ist oder tiefer liegt, muss man ihn richtig einstellen“, betont Schwarz. „Der Strahl zersprengt das Pigment, das dann über die Haut abgebaut wird.“ Das sieht anfangs oft heftig aus. Die Haut wird dunkler oder gräulich, es kommt zu einer Abschuppung. „Aber nach 5 bis 7 Tagen ist der Zauber vorbei, die Flecken sind weg oder deutlich verringert“, betont Schwarz. Die Behandlung ist schmerzhaft, deshalb empfiehlt die Ärztin Betäubungscreme, und sie weiß: „70 bis 80 Prozent der Stellen sind nach einer Behandlung weg oder deutlich heller. Ideal für den Erfolg sind zwei bis drei Behandlungen mit je vier Wochen Abstand.“ Danach heißt es zwei Monate nicht in die Sonne gehen und immer Sonnenschutz mit Faktor 30 bis 50 verwenden. Sonst kommen die Punkte wieder.

PIA KRUCKENHAUSER ■



EXPERTIN. Dermatologin Dr. Sabine Schwarz kennt sich aus mit Pigmentflecken. hautzentrum-wien.at

HAUTPFLEGE



- 1 – Die Tagespflege Pigmentclar von La Roche Posay wirkt mit LSF 30 und dem Wirkstoff PhE-Resorcinol aufhellend und gegen Grauschleier. € 30,30.–
- 2 – Mit B-Resorcinol in hoher Konzentration hilft der Even Brighter Korrekturstift von Eucerin punktgenau. Praktisch auch für die Handtasche. € 19,95.–
- 3 – Der MelaBlock von Dermasence mildert Pigmentflecken und hemmt die Neubildung von Melanin. € 23,30.–
- 4 – Das Multi Brightening Serum von Radical Skincare wirkt gegen alle drei Ursachen von Pigmentflecken: Sonne, Alter und Narbenbildung. Ab € 156.–