

Augenpflege – Was die Präparate leisten

veröffentlicht in Kosmetische Praxis 2008 (3), 12-15

Das Auge gleicht einer innerlichen Visitenkarte des Menschen. Traurigkeit, Fröhlichkeit, Neugier und nahezu alle Empfindungen drücken sich in den Augen aus und teilen sich den Mitmenschen mit. Umso wichtiger ist es, die Augen und die Augenpartien pfleglich zu behandeln. So bleiben sie bis ins hohe Alter in einer optimalen Verfassung.

Die Augenpflege ist nicht nur eine Angelegenheit der Kosmetik...

Gesundheitsbewusst und sportlich

... denn, um es voranzuschicken: die Pflege des Auges durch vitaminreiche Ernährung, geeignete und kontinuierlich durchgeführte Augengymnastik sowie Temperaturreize und die Vermeidung lang anhaltender Belastung, wie beispielsweise Bildschirmarbeit, nicht angepasste Brillengläser oder schlechte Raumbeleuchtung, sind mindestens ebenso wichtig wie die kosmetische Behandlung der Augenpartien. Darüber hinaus ist es kein Geheimnis, dass sportliche und gesundheitsbewusst lebende Menschen viel weniger unter Tränensäcken, Augenringen, geschwollenen Lidern und Bindegewebsstörungen leiden. Ein ausgeglichener Wasserhaushalt sorgt für eine geringe Faltigkeit der Haut. Kaltwasser- und Eiswendungen helfen, den im Alter unvermeidlichen Elastizitätsverlust in Grenzen zu halten und durch die Ausschüttung von Nebennierenhormonen eine adjuvante (unterstützende) endogene Hautglättung zu erreichen.

Das trockene Auge

Ständiger Luftzug am Auge, niedrige Raumfeuchte im Winter und mangelnde Tränensekretion führen zu entzündlichen Vorgängen und Augenrötungen. Das Syndrom des trockenen Auges ist heute sehr weit verbreitet und beeinflusst naturgemäß auch das Hauterscheinungsbild. Interessanterweise werden hier unter anderem ähnliche Wirkstoffe zur medizinischen Behandlung wie in der Kosmetik (siehe unten) verwendet, nämlich Hyaluronsäure, Cellulose- und Saccharidderivate, Polyvinylpyrrolidon (PVP) zur Erhaltung des Feuchtefilms, hydriertes Phosphatidylcholin (PC) und Triglyceride als Lipidkomponenten. Auch liposomale Präparate sind im Gebrauch.

Ein gravierendes Problem stellen bei den medizinischen sowie bei den kosmetischen Präparaten Konservierungsmittel dar. Sie können

Reizungen und Sensibilisierungen an dem überaus empfindlichen Organ verursachen.

Die Haut ist anders

Die Haut um das Auge herum zeichnet sich durch schwächere Fett- und Kollagenstrukturen aus als die übrige Gesichtshaut. Darüber hinaus ist die Hautdicke vergleichsweise viel geringer. Dementsprechend sind Elastizitätsveränderungen hier am ehesten zu erkennen. Augenringe sind eine typische Folge der geringen Hautdicke, da sie die inneren Blutgefäße naturgemäß stärker sichtbar werden lässt. Werden Gewebe und Blutgefäße durch zu wenig Schlaf und Alkoholkonsum überstrapaziert und gerät die Regenerationsphase ins zeitliche Hintertreffen, sind die Voraussetzungen für eine auf Dauer effektive Kosmetik denkbar schlecht.

Kosmetische Instrumente

Die kosmetische Augenpflege gliedert sich in vier wesentliche Punkte:

- Basispflege,
- Wirkstoffe,
- geeignete Behandlungsabläufe,
- den konsequenten Verzicht auf belastende Hilfsstoffe in den angewandten Präparaten.

Basispflege: Schon hierbei gibt es zwei verschiedene Ansätze. So schwören viele Verwender auf wasserreiche **Augengele**, die mehr oder weniger frei von Lipidkomponenten sind. Andere bevorzugen **fettreiche Präparate**, von der W/O-Emulsion bis zum Oleogel (wasserfrei). Bei keiner anderen Hautpartie spielen subjektive Empfindungen und Erwartungen in der Auswahl der Präparate eine so große Rolle. Beide Präparatgruppen haben ihre Berechtigung.

Augengele - Gele wirken in der Regel kühlend und werden dadurch als besonders angenehm empfunden. Die Augenpartie wird geschont, da sie beim Auftragen mechanisch nicht stark beansprucht wird. Überdies lassen sich Gele op-

timal mit wasserlöslichen Feuchthaltesubstanzen ausrüsten.

Hinsichtlich Zusammensetzung und Verwendung sind aber einige grundsätzliche Dinge zu beachten: Wenn die Gele keine oberflächlichen wasserbindenden Filme, z. B. durch Hyaluronsäure oder andere schleimbildende Wirkstoffe wie Aloe vera, Alge oder CM-Glucan aufbauen, sollte man sie immer sparsam auftragen oder mit einer nachfolgenden fettreichen Creme kombinieren. Warum? Da das im Gel enthaltene Wasser verdunstet, erhöht sich die Konzentration der Feuchthaltestoffe; bei einer hohen Applikationsfrequenz und Auftragsmenge kann es dann leicht zu viel des Guten sein. Diesem Vorgang wirkt ein äußerlicher wasserbindender Film entgegen. Eine nachfolgend aufgetragene fettende Creme speichert zwar kein Wasser, sie behindert aber dessen Verdunstung.

Augencreme - Augencremes liefern Feuchthaltesubstanzen und Fette in unterschiedlichen Verhältnissen. Es werden sowohl O/W- als auch W/O-Emulsionen angeboten. Wegen der leichten und bequemen Verteilbarkeit werden sie häufig mit spreitenden Ölen ("Kriechöle") ausgerüstet; diese sind bei Augencremes natürlich völlig fehl am Platze, da sie besonders leicht zu Irritationen der Augenschleimhaut führen. Bei sehr hoher Empfindlichkeit sind emulgatorfreie Zusammensetzungen zu empfehlen. In diese Kategorie fallen Präparate mit DMS-Technologie (DMS = Derma Membran Struktur) oder wasserfreie Oleogele. Letztere haben den Vorteil, a priori ohne Konservierungsstoffe (siehe oben) auskommen zu können. Nachteilig ist, dass sie praktisch keine Feuchthaltesubstanzen enthalten. In diesem Fall hat man aber die Möglichkeit, vorher ein Wirkstoffkonzentrat (siehe unten) pur aufzutragen. Mit dieser Kombination kann man ganz individuell je nach Bedarf Hautfeuchte und Fettgehalt der Haut steuern.

Einen wirksamen Kompromiss stellen Augen-gele mit emulgatorfreiem DMS-Konzentrat dar. Sie besitzen die Eigenschaften eines Gels, enthalten Fette und sind trotzdem emulgatorfrei. Diese Präparate gibt es in fertiger Form. Man kann aber auch ein feuchtigkeitsspendendes Basisgel mit einer DMS-Basiscreme und geeigneten Wirkstoffkonzentraten in beliebigen Verhältnissen kombinieren. Eine fundierte, instrumentelle Hautdiagnose hilft, die notwendigen Einsatzmengen und Wirkstoffe zu finden.

Ampullen und Konzentrate

Gerade für den Augenbereich gibt es viele Wirkstoffe, die man pur in Form von Konzentraten vor der Pflegecreme aufträgt. Oder

sie sind von vornherein in den Fertigpräparaten enthalten.

Doch nicht jeder neue Stoff hält, was er verspricht – vor allem nicht auf Dauer. Man muss daher zwischen kurzfristigen Effekt-Wirkstoffen und langfristig präventiven Wirkstoffen unterscheiden. Beide Gruppen haben ihre Berechtigung. Ein Effekt-Wirkstoff zeichnet sich durch eine zeitlich begrenzte Wirkung aus. Dazu gehören z. B. Stoffe und Extrakte, die einen relaxierenden Einfluss auf Muskeln haben, die mimische Fältchen verursachen. Zu den langfristig wirkenden Stoffen gehören z. B. essentielle Fettsäuren und Cholin - am besten, wenn sie in einem Molekül, dem Phosphatidylcholin vereinigt sind.

Grundsätzlich wichtig ist langfristig ein effektiver UV-Schutz. Diesbezüglich sind eine **Sonnenbrille** und **Schatten** die besten Voraussetzungen. Die ständige Belastung der Haut mit Sonnenschutzfiltern ist überflüssig. Sonnenschutzcremes – gezielt eingesetzt, wenn man sie wirklich braucht – sind wesentlich sinnvoller. **Nicht ohne den Hinweis:** kein UV-Filter schützt vor der IR-Strahlung (Wärmestrahlung) der Sonne. Intensive IR-Strahlung mit entsprechender Überhitzung der Haut schädigt vor allem das Bindegewebe auf Dauer.

Dazu noch der Tipp: Vitamin K kann aus eigener Erfahrung nicht nur die oberflächlichen Gefäße stabilisieren, sondern auch schlaffes Bindegewebe spürbar straffen.

Masken und Möglichkeiten

Um einen unmittelbaren Sofort-Effekt zu erzielen, werden Wirkstoffe auch kombiniert mit Masken eingesetzt. Masken, die man satt und gegebenenfalls mit leichter Massage um das Auge herum aufträgt, können aus besonders reichhaltigen Cremes bestehen. Nach dem Einwirken wird nur der Überschuss vorsichtig entfernt. Bei Crememasken erübrigt sich in der Regel eine Abschlusspflege. Anders verhält es sich mit Modelagen, die einen dreistufigen Aufbau haben. Hier trägt man zuerst Wirkstoffkonzentrate, dann eine Basiscreme oder ein Öl und zuletzt die erhärtende Mineralstoffpaste auf. Das Prinzip dabei ist es, über einen begrenzten Zeitraum von etwa 20 Minuten okklusive Bedingungen zu erzeugen. Hautrötungen und Reizungen kann man in diesem Fall sehr gut mit Leinöl- und Nachtkerzenöl-Nanopartikeln sowie Echinacea-Extrakt behandeln. Als "Trennöl" eignen sich besonders Traubenkern- und Hagebuttenkernöl, die sich durch einen hohen Gehalt essentieller Fettsäuren auszeichnen. Zu vermeiden ist, dass Kalziumsulfatbasierte Modelagen direkt auf der Haut aufliegen; denn die Barrierschichten der Haut wer-

den durch die Reaktion der Kalziumionen mit den hauteigenen Fettsäuren gestört.

Vorteil dieser Masken ist ihre Variabilität. Je nach Notwendigkeit lassen sich unterschiedliche Wirkstoffgruppen einsetzen:

Belebend: Coffein aus Teepräparaten fördert die Mikrozirkulation und Coenzym Q10 den Fettstoffwechsel.

Regenerationsfördernd: Vitamine A,C und E, D-Panthenol, Avocadoöl, Weizenkeimöl, Traubenkernextrakt.

Straffend: Mäusedorn, Hyaluronsäure, Peptide, Parakresse, CM-Glucan, Vitamin K und Gurke.

Beruhigend: Leinöl, Nachtkerzenöl, Aloe, Echinacea, Hamamelis.

Unreinheiten: Hefe, Boswellia, Phosphatidylcholin, Rotklee.

Augenringe: Vitamin K.

Hautfeuchte: Aminosäuren des NMF, Harnstoff, Mineralsalze.

Make-up-Präparate

Das an die Augenempfindlichkeit angepasste Make-up rundet die Augenpflege ab. Ein guter Anhaltspunkt sind die Kriterien, die auch für die Problemhaut gelten. Darüber wurde in der Kosmetischen Praxis 6/2006, S. 8-9 und ausführlich in der Pharmazeutischen Zeitung 8/2008, S. 28-30 berichtet.

Wichtig ist hier vor allem, dass das hauteigene Regenerationsverhalten durch die verwendeten Foundations möglichst wenig in Mitleidenschaft gezogen wird. Daher muss man unter anderem auch entscheiden, ob mineralölbasierte Fettstoffe oder vorwiegend Pflanzenöle in den Präparaten sein sollen. Diese Fragestellung wurde

im BEAUTY FORUM 3/2008, S. 102-106 diskutiert.

Hilfsstoffe vermeiden

Für alle anderen Behandlungsschritte wie zum Beispiel Reinigung, Peeling, Tonisierung und Massage gilt das Gleiche wie für die bereits genannten Präparate: möglichst wenig kontraproduktive Inhaltsstoffe wie Konservierungsmittel, aggressive Tenside oder Parfümstoffe mit allergenem Potenzial.

Die Reinigung mit lauwarmem Wasser reicht in vielen Fällen völlig aus. Bei der Entfernung von Make-up kann eine emulgatorfreie Reinigungsmilch oder ein Öl auf pflanzlicher Basis sehr hilfreich sein.

Wenn ein **Peeling** durchgeführt wird, dann enzymatisch und ohne Reibekörper.

Tonisierende Zubereitungen sollten Alkoholgehalte mit maximal 12% besitzen. Diese Gehalte wirken antimikrobiell, aber nicht austrocknend oder reizend.

Massagen kann man mit wasserhaltigen Cremes durchführen. Hierzu eignen sich insbesondere emulgatorfreie Basiscremes, die man kurz vor dem Gebrauch mit geeigneten Ölen vermischt. Wenn die Basiscremes Konsistenzmittel enthalten, sollte die Haut immer mit ausreichend viel Produkt bedeckt sein; so lässt sich ein Radiereffekt bei am Ende trocken werdender Hautoberfläche vermeiden. Crememassagen haben gegenüber den reinen Ölen den Vorteil, dass sich das Massagemedium nicht selbständig macht. Öle wiederum kann man besonders einfach mit anderen Ölen mischen, um die gewünschten Massageeigenschaften zu erreichen.

Dr. Hans Lautenschläger