



Gebt mir Saures!

AHA, BHA, PHA – **mit Fruchtsäure-Peelings** lässt sich das Hautbild effektiv verbessern. Doch welche Säure eignet sich wofür? Wie wird sie richtig angewendet? Und was ist zudem für den Behandlungserfolg entscheidend? Unsere Expertin erklärt's.

Wenn der Sommer sich dem Ende zuneigt und die UV-Strahlung abnimmt, können mit Fruchtsäure-Peelings (auch chemische Peelings genannt) als Kur sehr gute, sichtbare Erfolge erzielt werden. Zu den Fruchtsäuren zählen Alpha-, Beta- und Poly-Hydroxysäuren.

Alpha-Hydroxysäuren (Alpha-Hydroxy Acids, AHA) kommen vor allem in Früchten vor und haben hautschälende Eigenschaften. Den Namen verdanken sie der OH-Gruppe, die sich im Molekül an α -Position befindet. Hierzu zählen Glykolsäure (2-Hydroxyethansäure, die bekannteste), Apfelsäure (Hydroxybutandisäure), Milchsäure (2-Hydroxypropansäure), Zitronensäure (2-Carboxy-3-Hydroxy-Glutarinsäure) und Weinsäure (2,3-Dihydroxybutandisäure).

Ganz groß, die kleinen!

AHA besitzen sehr kleine Moleküle, weshalb sie tiefer in die Haut eindringen.

► Glykolsäure ist die kleinste Fruchtsäure; sie kommt am häufigsten zum Einsatz und kann bis in tiefere Schichten der Epidermis vordringen. Natürlicherweise kommt sie in Zuckerrohrsaft und in unreifen Trauben vor.

► Milchsäure gewann in den letzten Jahren zunehmend an Popularität. Sie wird außer in Peelings häufig in topischen Dermatokosmetika wie z. B. Moisturizern eingesetzt.

Anwendung: AHA sind wasserlöslich und eignen sich sehr gut, um die Hautfeuchtigkeit und Elastizität zu verbessern. Zudem wirken sie keratolytisch und damit einer Überverhornung der Haut entgegen. AHA-Peelings können im Institut mit einer Einsatzkonzentration von bis zu 40 % angewendet werden. Hierfür bedarf es der gezielten Vorbereitung der Haut zu Hause: In der Regel zwei Wochen vor der ersten Behandlung sollte zu Beginn einmal täglich ein niedrig dosiertes Fruchtsäurepräparat angewendet werden. Die Heimpflege-Produkte enthalten ein bis zehn Prozent Säure. Peelings mit einer bis zu 70 %igen Einsatzkonzentration dürfen nur unter dermatologischer Aufsicht durchgeführt werden. Peelings mit hohen AHA-Konzentrationen müssen neutralisiert werden.

Die Problemlöser

Als **Beta-Hydroxysäure** (Beta-Hydroxy Acid, BHA) wird die Salizylsäure bezeichnet, die natürlicherweise in Weidenblättern vorkommt. Ihren Namen hat die 2-Hydroxybenzolcarbonsäure der Tatsache zu verdanken, dass die aromatische Carboxylsäure in β -Position zur Hydroxylgruppe liegt. Salizylsäure ist

sehr wirksam gegen Unreinheiten, Komedonen und entsprechend bei Akne empfehlenswert. BHA weist größere Moleküle auf als AHA, wodurch weniger Hautirritationen hervorgerufen werden.

Anwendung: Salizylsäure ist lipophil und hat einen positiven Einfluss auf den Arachidonsäurestoffwechsel. Sie wirkt daher entzündungshemmend und reinigend, eignet sich also bei unreiner und von Akne betroffener Haut. Zudem hat Salizylsäure eine gute Wirkung gegen die Besiedelung mit Demodexmilben, die bei der Behandlung von Rosazea und perioraler Dermatitis von Bedeutung ist. Üblicherweise wird Salizylsäure in zwei- bis zehnprozentiger Konzentration topischen Dermatokosmetika zugefügt. Hier wirkt sie kerat- oder komedolytisch. In höheren Einsatzkonzentrationen von 20 bis 30 % kann Salizylsäure als Peeling verwendet und muss nicht neutralisiert werden.

Zu den **Poly-Hydroxysäuren** (Poly-Hydroxy Acid, PHA) zählen Lactobionsäure, Galactose und Glucolactone. Chemisch betrachtet ähneln PHA den AHA, lediglich in der Molekülgröße unterscheiden sie sich. Dadurch dringen sie nicht so tief in die Haut ein. Sie sind ebenfalls lipophil („fettliebend“) und wirken wie die BHA entzündungshemmend. Diese Säuren sind allerdings milder und dadurch verträglicher als Salizylsäure.

Anwendung: PHA stellen eine verträgliche Alternative zu BHA-Peelings dar und können bei empfindlicher sowie sensibler Haut mit Entzündungen und Unreinheiten sehr gut angewendet werden. Außerdem bieten sie eine gute Behandlungsmöglichkeit bei feinen Fältchen und Alterungserscheinungen, da sie die Elastizität der Haut verbessern.

Wirkung und Indikationen

Generell entfernen Fruchtsäuren Korneozyten, die auf der Haut aufliegen, sowie verhornte Plaques durch die Gerinnung der hauteigenen Eiweiße. Auf diese Weise wird der darunterliegende Turn Over der Zellen angeregt und die Haut kann wieder besser mit Wirkstoffen versorgt werden. Außerdem kann sie Feuchtigkeit besser und länger speichern. Chemische Peelings können zudem die hauteigene Kollagenproduktion anregen, den Hautton egalisieren und Pigmentverschiebungen reduzieren. Anzeichen der Hautalterung lassen sich ebenfalls mindern. Insgesamt wird die Haut durch eine Fruchtsäure-Kur weicher, glatter, ebenmäßiger, reiner, strahlender und ist besser mit Wirkstoffen versorgt. »



Dr. Julia Mader

Die Kosmetikerin und studierte Kosmetikwissenschaftlerin hat im Bereich Virologie promoviert. Aktuell ist sie als freie Beraterin, Trainerin und Dozentin tätig. Ihre Kernkompetenzen sind u. a. die Produktentwicklung sowie die Erstellung von Produkt- und Behandlungskonzepten.

► www.majuu-cosmetics.de



Auf keinen Fall ohne: Ein hoher UV-Schutz in der Zeit nach dem Peeling muss sein!

» Fruchtsäure-Peelings eignen sich sehr gut bei normaler, grobporiger und verdickter Haut sowie bei Mischhaut bis hin zu leicht entzündlicher Akne. Ebenso werden sie häufig zur Hautverjüngung bzw. beim Anti-Aging eingesetzt. Sie

- › reduzieren feine Linien und Falten
- › fördern den Feuchtigkeitshaushalt und die Wirkstoffaufnahme
- › reduzieren Hyperkeratosen und fördern den Talgfluss
- › verbessern einen fahlen, ungleichmäßigen Teint
- › glätten eine raue, unebene Hautstruktur

Die passende Auswahl des Fruchtsäurepeelings sowie die Einsatzkonzentration hängt generell vom Hauttyp und Hautzustand ab. Zudem spielt die Erfahrung des Behandelnden mit Fruchtsäuren und die Gewöhnung der Haut an Säuren eine große Rolle.



...din vier Wochen vor dem geplanten Peeling weitere kosmetische oder ästhetische Behandlungen hatte. Erfolgte innerhalb dieses Zeitraums z. B. eine Laserbehandlung im Gesicht, sollte auf das Fruchtsäure-Peeling verzichtet werden. Die Haut kann durch die vorangegangene Behandlung sehr empfindlich sein und stärker auf das Peeling reagieren als erwartet. Bei einer entzündlichen Akne sowie bei Erkrankungen des atopischen Formenkreises ist ein chemisches Peeling ebenfalls **kontra-indiziert**. Bei unsachgemäßer Behandlung mit Fruchtsäuren können Verätzungen, Pigmentstörungen und schuppige, extrem trockene Hautstellen die Folge sein. Eine narbige Abheilung stellt auch ein großes Risiko dar, wenn Fruchtsäuren nicht ordnungsgemäß eingesetzt werden.

Um ein gutes Resultat zu erzielen, ist auch die **ausführliche Aufklärung** vor der Behandlung wichtig. Ebenfalls sollte besprochen werden, welche Ergebnisse durch das Fruchtsäure-Peeling erzielt werden können. Dies verringert das Risiko von ungewollten Hautreaktionen und enttäuschten Kunden.

Für sichtbare Erfolge sind vier bis acht Behandlungen in einem Abstand von zwei bis drei Wochen notwendig. Zudem ist die Vorbereitung der Haut zu Hause auf das Peeling essenziell. Dabei können vermehrt Unreinheiten an die Hautoberfläche kommen. Dieser erste Effekt reguliert sich nach einiger Zeit. Ihre Kundin sollte allerdings darauf im Vorfeld hingewiesen werden.

So läuft alles glatt

Die Anamnese zu Vorbehandlungen und die Verwendung der Produkte zu Hause ist sehr wichtig, um unerwünschte Reaktionen zu vermeiden. Wenden Sie ein AHA-Peeling an, sollte die Säure ausreichend neutralisiert und die Haut anschließend gut gekühlt werden. Dies verschafft der Kundin ein angenehmes Hautgefühl. Zudem kann die Einwirkzeit vor allem zu Beginn der Peeling-Kur oder bei höheren Einsatzkonzentrationen sehr gering ausfallen, um die Haut nicht zu schädigen.

Egal für welches chemische Peeling Sie sich entschieden haben – ein hoher Lichtschutz mit Breitbandfilter ist für mindestens vier Wochen nach der Behandlung unerlässlich! Die Haut ist jetzt extrem empfindlich gegenüber UV-Strahlung und sollte daher täglich mit einem hohen Lichtschutzfaktor geschützt werden. Das Risiko von Hyperpigmentierungen und postinflammatorischen Reaktionen ist sonst sehr hoch.

Auf Nummer sicher gehen

Die Haut kann nach einer Fruchtsäure-Anwendung gerötet und empfindlich sein. Zudem können Brennen und Juckreiz auftreten. Eine schuppige Abheilung mit Krustenbildung ist ebenso möglich. Dies hängt von der Art des Peelings und der Intensität ab. Bei bekannten Überempfindlichkeiten sollte das Produkt daher zunächst an der Innenseite des Unterarms der Kundin getestet werden. Auch ist es wichtig, die **Einsatzkonzentration** und die **Dauer des Peelings** sehr langsam zu steigern. Ist die Haut nicht ausreichend auf das Fruchtsäure-Peeling vorbereitet, sollte auf die Behandlung lieber verzichtet werden. Zudem sollten Sie erfragen, ob die Kun-

Welche Fruchtsäure eignet sich wofür?

› **AHA-Peelings** sind besonders bei der Behandlung von UV-induzierten Hautschäden sowie als Anti-Aging-Behandlung bei reiferer Haut empfehlenswert. Sie können das Hautbild bei Akne und grobporiger Haut verbessern und bei normaler Haut angewendet werden.



› Ein **BHA-Peeling** ist vor allem bei Mischhaut, unreiner Haut und Akne äußerst effektiv. Außerdem kann es bei der Behandlung von Rosazea und perioraler Dermatitis zielführend

eingesetzt werden. › **PHA** eignen sich als chemisches Peeling bei trockener, schuppiger sowie irritierter und empfindlicher Haut am besten. Zudem kann PHA bei Photoschäden zielgerichtet eingesetzt werden.

Mittlerweile gibt es auch Kombinationspräparate, die AHA, BHA und PHA miteinander vereinen.