

PIGMENT-STÖRUNGEN



Hoch konzentriertes Vitamin C soll den hauteigenen Farbstoff Melanin blocken:  
 „Aroma White C+ Fluide Intense Transparence“ von **Decleor**, 50 ml, ca. 45 Euro



Agiert mit nicht toxischem Hydrochinonderivat in mehreren Hautschichten:  
 „Advanced Pigment Corrector“ von **SkinCeuticals**, 30 ml, ca. 90 Euro



Dreifachwirkung durch Lipohydroxysäure, Niacinamid und PhE-Resorcinol:  
 „Pigmentclar Serum“ von **La Roche-Posay**, 30 ml, ca. 32 Euro

TEINT-OPTIMIERUNG



Spirulina-Alge für mehr Energie in den Zellen, Mineralpigmente perfektionieren die Hautfarbe:  
 „Skin Best CC Cream LSF 25“ von **Biotherm**, 30 ml, ca. 30 Euro



Pflanzenextrakte aus eigener Herstellung, feuchtigkeitsspendend, LSF 6, vegan, 8 verschiedene Wirkweisen:  
 „Colour Correction“ von **Lavera**, 30 ml, ca. 12 Euro



Mit grünem Tee, Sojabohnenöl und Gingko biloba speziell gegen Rötungen:  
 „Sensibio AR BB Cream SPF 30“ von **Bioderma**, 40 ml, ca. 20 Euro



Mit Antioxidantien, Hyaluronsäure und Farbpigmenten:  
 „Revitalizing Supreme Global Anti-Aging CC Creme SPF 10“ von **Estée Lauder**, 30 ml, ca. 59 Euro



Aktiviert die hauteigenen Feuchtigkeitsressourcen und schimmert ganz natürlich:  
 „Super Aqua-Serum BB Hydra + SPF 25“ von **Guerlain**, 50 ml, ca. 63 Euro

„Milde Reinigung, keine fette Pflege“

Claudia Pettke-Rank empfiehlt als Dermatologin Lichtschutz, sanfte Cleanser und leichte Cremes

**vital:** Was sind die häufigsten Ursachen dafür, dass unsere Haut nicht mehr frisch und ebenmäßig ist?

**Dr. Pettke-Rank:** Mangelnder Lichtschutz, Rauchen und: Wir bleiben bei immer gleichen Cremes. Zum Beispiel erlebe ich oft, dass Patienten, die früher an Akne gelitten haben, die gleichen Produkte weiterverwenden, obwohl das Problem gelöst ist. Dann zu fette Creme-Grundlagen, zu aggressive Reinigung mit Schäumen und Gelen, vor allem ab dem Klimakterium. Und Unkenntnis des Hautzustands.

Welche Parameter sind für Sie entscheidend, um die Pflege zu bestimmen?

Welches biologische Alter hat die Haut, wie stark sind die Lichtschäden oder die durchs Rauchen, welche Probleme zeigt die Haut, wogegen will ich etwas tun. Der Markt ist riesig und bevor ich in Pflege investiere, sollte ich wissen, was für mich wirklich Sinn macht.

Was empfehlen Sie grundsätzlich, um reifere Haut ebenmäßig zu erhalten?

Lichtschutz ist das Wichtigste und eine milde Reinigung am Abend mit Milch oder Lotionen. Danach ein Tonic ohne Alkohol. Wenn Ihr Wasser sehr hart ist, lieber Thermalwasser benutzen. Morgens nur mit kaltem Thermalwasser besprühen, abtrocknen. Über Nacht regeneriert die Haut ihre Schutzschicht und Lipide, die sollten Sie am Morgen nicht gleich mit aggressiven Produkten wieder herauswaschen.

Unreinheiten jenseits der 30 und 40 nehmen stark zu. Wie ist das zu erklären?

90 % entstehen durch Überpflegen. Der überwiegende Anteil der Frauen ab 40 hat keine trockene, empfindliche Haut, sondern eine Mischhaut, für die zu reichhaltige Cremes nicht geeignet sind.



**Dr. med. Claudia Pettke-Rank** ist Hautärztin und Allergologin im Cutaris Zentrum in München