

Anti-Aging Der Extrakt aus der weißen Strandlilie vermindert Pigmentflecken und sorgt zusammen mit Vitamin C für ein ebenmäßigeres, optimiertes Hautbild.

Letzteres wirkt zudem antioxidativ und erhöht die Hautelastizität. Die Handcreme ist vegan. 75 ml, 19,90 €. www.boerlind.com



Hellseher Das neue Sérum Anti-Dark Spot von Guinot mit Vitamin C, Melanoxyl und bioaktiver Phytinsäure mildert dunkle Flecken, entfernt abgestorbene Hautzellen und aktiviert die Zellerneuerung. Für Gesicht und Hände. 23,5 ml + Vitamin C 1,5 ml, 95 €. www.guinot-marycohr.de



Magie Feuchtigkeitsspendende Handschuhe aus natürlichen Extrakten mit Shea Butter und Olivenöl. Sie regen den Hauterneuerungsprozess an und helfen die Haut zu festigen, zu pflegen und zu glätten. Die Magicstripes Hand Repairing Gloves reduzieren Fältchen und mildern zudem Altersflecken. 3 Stück, 34,95 €. www.flaconi.de

NACHGEFRAGT ... bei Dr. Ellen Meyer-Rogge



„Immer einen Lichtschutz benutzen“

Nach dem Sommer sieht man den Händen der Ladies genau an, wer viel Golfen war. Welche Pflege schlagen Sie vor?

Für die Pflege an den Händen gelten im Grunde die gleichen oder ähnlichen Regeln wie für das Gesicht. Nach längerem und wiederholtem Aufenthalt in der Sonne hilft ein mechanisches Peeling, um die trockenen Hautschüppchen zu entfernen und damit die Aufnahme von festigenden Repair-Pflege-Konzentraten zu optimieren. Spezifische Wirkstoffe können die natürliche Abschuppung der Haut aktivieren und Pigmentverschiebungen mildern. Darüber hinaus helfen diese Wirkstoffe, die Produktion von Fibroblasten und Kollagen sowie anderen hautverdichtenden Proteinen, die für alle Hautschichten essenziell sind, anzuregen. Zur allgemeinen Pflege eignen sich rückfettende Urea- (Harnstoff) und Hyaluronsäurehaltige Handcremes. Die lässt man am besten über Nacht einwirken.

Welche Behandlungen in Sachen Laser, Filler kommen in Frage?

Gegen Altersflecken und Pigmentverschiebungen können gut Laser-Behandlungen zum Einsatz kommen. Dies allerdings erst in der sonnenarmen Jahreszeit. Mit dem Rubin-Laser oder der hochenergetischen Blitzlampe (IPL) kann selektiv überschüssiges Pigment entfernt werden. Es kommt nachfolgend zu einer leichten Krustenbildung, so dass man intensiven Wasserkontakt (Schwimmen) sowie UV-Licht danach meiden muss. Je nach Ausprägung sind ein bis drei Behandlungen im Abstand von etwa vier Wochen dafür erforderlich.

Mit zunehmendem Alter nimmt das Unterhaut-Fettgewebe ab, so dass insbesondere an den Handrücken die Fingersehnen und Gefäße stärker zum Vorschein kommen. Hier kann eine Handrückenverjüngung mit einem Filler (beispielsweise Calcium-Hydroxylapatit) sinnvoll sein. Die Partikel, die auch im menschlichen Körper vorkommen, werden flächig in die Handrücken injiziert. Unmittelbar nach der Behandlung ist die Haut bereits praller und elastischer. Darüber hinaus regt der Filler die Neubildung von körpereigenem Kollagen an, dessen Rückgang im Laufe der Jahre verantwortlich für die immer dünner werdende Haut ist.

Vorbeugen ist sicherlich besser. Was sollte man tun, um Altersflecken, Falten und Überpigmentierung an den Händen zu vermeiden?

Natürlich konsequent eine Creme mit Lichtschutz LSF 50+ auftragen, die wasserfest und von leichter Konsistenz ist, damit man nicht unnötig schwitzt. Und man sollte darüber nachdenken beim Golfspielen auch rechts einen Handschuh zu tragen, denn textiler Sonnenschutz ist immer noch der effektivste. Die modische Erscheinung des UV-durchlässigen linken Golfschuhes ist daher kritisch zu hinterfragen. Denn so altern beide Handrücken gleichermassen, Mode hin oder her.

Dr. Ellen Meyer-Rogge Fachärztin für Dermatologie in Karlsruhe. Ihr Schwerpunkt: die Kombination von Dermatologie und kosmetischer bzw. Ästhetischer Medizin. www.meyer-rogge.de