

SKIN HEALTH UND LONGEVITY

Gesunde Haut ist kein Zufall. Moderne Pflege folgt wissenschaftlichen Prinzipien – individuell abgestimmt, ursachenorientiert und nachhaltig wirksam für langfristig schöne und gesunde Haut.

Unsere Haut ist mehr als nur Oberfläche. Sie schützt uns täglich vor äusseren Belastungen und zeigt uns durch Reaktionen wie Rötungen, Trockenheit oder Unreinheiten, wenn sie Unterstützung braucht. Früher stand in der Hautpflege der schnelle Effekt im Vordergrund – heute rückt Skin Longevity in den Fokus: Eine stabile Hautbarriere, ausgeglichene

Feuchtigkeit und Schutz vor Mikroentzündungen sind entscheidend. Die häufigsten Hautprobleme lassen sich klar unterscheiden – und jedes verlangt nach einem individuellen Ansatz.

INDIVIDUELLE PFLEGE – JE NACH HAUTTYP

Jede Haut ist anders – und hat ganz eigene Bedürfnisse. Ob trocken, emp-

findlich, ölig oder uneben: Nur wer seinen Hauttyp kennt, kann Pflege gezielt und wirksam einsetzen für langfristige Hautgesundheit:

1. TROCKENE HAUT

Bei trockener Haut funktioniert die Hautbarriere nicht optimal. Feuchtigkeit geht verloren, die Haut fühlt

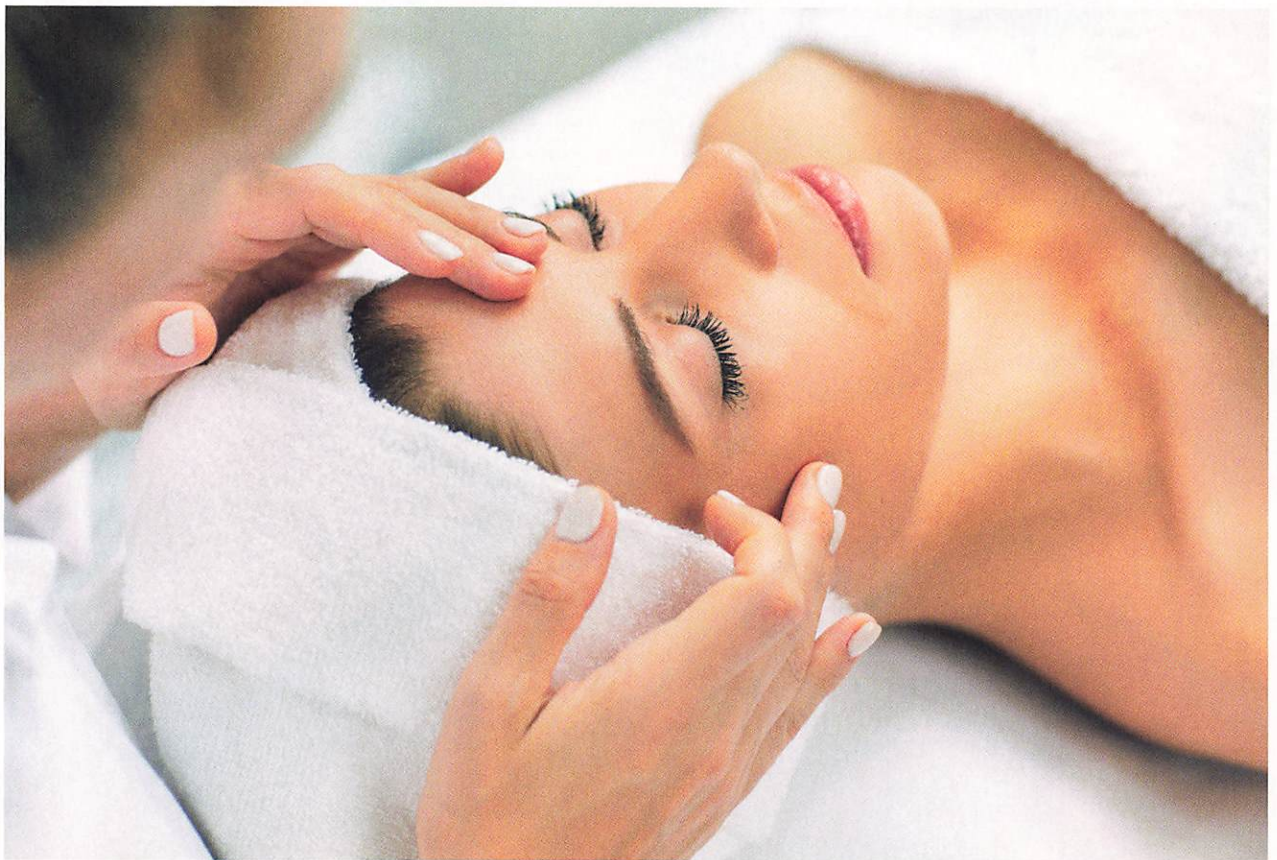


FOTO: STUDIO ROMANTIC/SHUTTERSTOCK.COM

sich rau und gespannt an, manchmal entstehen sogar Mikroverletzungen. Wissenschaftlich belegt, helfen hier Wirkstoffe, die Feuchtigkeit binden und die Barriere stärken:

- Hyaluronsäure und Glycerin speichern intensiv Wasser in der Haut.
- Ceramide reparieren gezielt Defekte in der Schutzschicht.
- Squalan oder Sheabutter liefern Lipide, die Trockenheit lindern. Milde Reinigung und konsequente Rückfettung direkt danach sind entscheidend, um trockener Haut dauerhaft zu helfen.

2. EMPFINDLICHE HAUT

Empfindliche Haut reagiert übermäßig auf äussere Einflüsse wie Temperaturwechsel, Umweltverschmutzung oder irritierende Inhaltsstoffe. Die Ursachen liegen häufig in einer geschwächten Hautbarriere und unterschwelligen Entzündungsprozessen, die das Gleichgewicht der Haut stören.

Studien belegen die Wirksamkeit gezielter Inhaltsstoffe, die Reizungen beruhigen und die Haut nachhaltig stärken. Bewährt haben sich vor allem Panthenol und Allantoin, die Entzündungen mildern und die Hautregeneration unterstützen. Besonders wirksam sind Extrakte der Heilpflanze Centella Asiatica („Cica“), die stark entzündungshemmend wirken, die Wundheilung fördern und die natürliche Schutzfunktion der Haut stabilisieren. Der darin enthaltene Wirkstoff Madecassoside wird in der dermatologischen Pflege gezielt zur Behandlung sensibler und irritierter Haut eingesetzt.

Ergänzend helfen Niacinamid und Ceramide, die Barrierefunktion der Haut zu regenerieren und ihre Widerstandskraft zu erhöhen.

„FRÜHER STAND IN DER HAUTPFLEGE DER SCHNELLE EFFEKT IM VORDERGRUND – HEUTE RÜCKT SKIN LONGEVITY IN DEN FOKUS.“

Skin Longevity – das steckt dahinter

- Ziel: Langfristige Hautgesundheit statt kurzfristiger Effekte
- Ansatz: Wissenschaftlich fundierte, ursachenorientierte Pflege
- Fokus: Barriere stärken, Entzündungen vorbeugen, Feuchtigkeit erhalten
- Wirkstoffe: Retinoide, Niacinamid, Antioxidantien, Ceramide u.v.m.
- Must-have: Täglicher Sonnenschutz als Basis jeder Pflege

Für empfindliche Haut gilt: Weniger ist mehr. Eine kurze INCI-Liste ohne Alkohol, Duftstoffe oder aggressive Tenside ist entscheidend, um die Haut nicht zusätzlich zu belasten und ihr die nötige Ruhe zur Regeneration zu geben.

3. ÖLIGE UND ZU AKNE NEIGENDE HAUT

Fettige Haut produziert zu viel Talg, wodurch Poren verstopfen und Unreinheiten entstehen. Ein häufiger Fehler: zu aggressives Austrocknen der Haut. Viel effektiver und wissenschaftlich gut belegt sind folgende Wirkstoffe:

- Salicylsäure (BHA) reinigt die Poren von innen und verhindert Verhornungen.
- Niacinamid und Zink reduzieren überschüssigen Talg und beruhigen Entzündungen.
- Retinoide normalisieren die Zellregeneration und beugen Mitessern vor.
- Azelainsäure wirkt antibakteriell und mildert Rötungen.

Wichtig ist eine sanfte, regelmässige Routine. Aggressive Produkte verstärken langfristig die Probleme.

4. HYPERPIGMENTIERTE HAUT

Pigmentflecken sind häufig das Resultat von UV-Licht, hormonellen

Veränderungen oder Entzündungen. Sie entstehen, wenn die Haut übermässig Melanin produziert. Die gute Nachricht: Sie lassen sich effektiv reduzieren. Wissenschaftlich nachgewiesen sind vor allem diese Wirkstoffe:

- Vitamin C hellt Pigmente auf und schützt gleichzeitig vor freien Radikalen.
- Niacinamid reduziert die Weitergabe von Pigmenten an obere Hautschichten.
- Retinoide beschleunigen die Zellregeneration und lassen Flecken verblassen.
- Tranexamsäure, Azelainsäure und Kojisäure regulieren zusätzlich die Melaninbildung effektiv und sicher.

All das ist aber nur wirksam mit täglichem Sonnenschutz, da UV-Strahlen sonst neue Pigmentierungen auslösen.

GEDULD ZAHLT SICH AUS

Echte Hautgesundheit braucht Zeit und Konsequenz. Sichtbare Veränderungen geschehen nicht über Nacht, sondern sind das Ergebnis einer kontinuierlichen, gut abgestimmten Pflege. Erste Verbesserungen zeigen sich meist nach acht bis zwölf Wochen: Mit der Zeit verbessert sich nicht nur das Hautbild, sondern auch das Hautgefühl. Wer dranbleibt, profitiert langfristig von einer Haut, die nicht nur schön aussieht, sondern auch stark und stabil bleibt.



Dr. med. Ieva Mockeviče
ist Fachärztin für Dermatologie und Venerologie bei Dermance in Zürich. Ihr Behandlungsansatz vereint wissenschaftliche Präzision mit individueller Ästhetik.