



your skin. our profession.  
**AESTHETICO**

11. Ausgabe | Mai 2022 – Mai 2023

# Einfach schöner

Informationen zur schönen Haut



## Behandlungen mit Tiefgang –

Wie Peelings und Microneedling  
die Haut zum Strahlen bringen

## Akne im Jugendalter –

Einfache Lösungen für ein  
komplexes Hautbild

## Better Aging –

Kosmetisch-wissenschaftliche  
Ansätze für jedes Hautbild

## Life-Hacks für die Haut

Kleine Tipps mit großer Wirkung

## Trouble- shooting im Kosmetikinstitut

Die besonderen Heraus-  
forderungen in der  
täglichen Praxis

**Top-Thema**

# E ditorial

## 11. Ausgabe von „Einfach schöner“

Liebe Leserinnen und Leser!

Hautsache ist Vertrauenssache, denn die Haut – unser größtes Organ – zeigt sich manchmal so „anders“: Spezielle Hautzustände, besondere Einflussfaktoren wie Medikamente, Unverträglichkeiten oder Allergien sind Herausforderungen, denen sich Kosmetiker\*innen im Institut laufend stellen und ihre besondere Kompetenz fordern.

So zeigen einerseits in der Pubertät fast alle Jugendlichen Hautveränderungen in Form von leichten bis starken Entzündungen der Talgdrüsen, denen überwiegend schon mit einfachen und kostengünstigen Hautpflegemaßnahmen effektiv entgegengewirkt werden kann.

Andererseits: Alterungsprozesse und damit verbundene Veränderungen der Haut lassen sich nicht aufhalten, aber mit „Better-Aging“-Strategien, die sowohl Lebensstil als auch Hautpflege umfassen, verlangsamen. Treatments wie Peelings und Micro-needling – insbesondere in Kombination – sind ebenfalls sehr wirkungsvoll, um die Elastizität und Spannkraft der Haut aufrecht zu erhalten.

Auch Lichtschutz ist in diesem Zusammenhang unverzichtbar. Aber was ist eigentlich besser: Eine Tagespflege mit UV-Schutz oder eine spezielle Sonnencreme aufzutragen? ... Und welche Produkte sind empfehlenswert, wenn die Haut zu Unreinheiten neigt und besonders lichtempfindlich ist? Wir klären auf!

Lesen Sie in diesem Heft außerdem mehr über die Verstärkungen der drei Säulen gesunder Haut: „Reinigung – Pflege – UV-Schutz“. Neue Produkte warten darauf, von Ihnen entdeckt zu werden!

Wir wünschen Ihnen eine spannende Lektüre!  
Ihr AESTHETICO-Team



# Inhaltsverzeichnis

## Top-Themen:

<b>Troubleshooting im Kosmetikinstitut –</b>	8	Welche Sonnencreme ist für die unreine Haut geeignet?	26
Die besonderen Herausforderungen in der täglichen Praxis		Akne im Jugendalter – Einfache Lösungen für ein komplexes Hautbild	28
<hr/>		Pflanzen und ihre Wirkung auf unsere Haut	31
<b>Behandlungen mit Tiefgang –</b>	14	Kosmetik-Lexikon	32
Wie Peelings und Microneedling die Haut zum Strahlen bringen		Der AESTHETICO – Beauty-Tipp	34
<hr/>		<b>+++ FÜR SIE GETESTET +++</b>	35
<b>Better Aging –</b>	20	AESTHETICO – my favourite	
Kosmetisch-wissenschaftliche Ansätze für jedes Hautalter		Sonnenschutz für die Haut – Tagespflege mit SPF statt Sonnencreme	39
<hr/>		Fotonachweis	39
<b>Spotlights</b>		Kritik   Fragen   Anregungen	39
News und Aktuelles	4	Impressum	39
Lifehacks für die Haut	23		
Wir stellen vor – KOSMEDIKUIm, Kulmbach	24		



## AESTHETICO erleben!

In diesem Jahr finden erstmalig die AESTHETICO-Haut-Tage\* statt, die interessierten Kosmetiker\*innen die Möglichkeit bieten, sich in lockerer, entspannter Atmosphäre über Produkte und Behandlungen ausführlich zu informieren und persönlich auszutauschen.

Neben der exklusiven Vorstellung eines weiteren AESTHETICO-Neu-Produkts gibt es Vorträge über nachhaltige Kundenbindung und wirksame Anwendungsoptionen für Fruchtsäure.

Nur für  
Fach-  
publikum!

Die Haut-Tage finden an drei Standorten für das kosmetische Fachpublikum statt.

| Ulrike Brandt

*\*Nähere Informationen zu diesen Fachtagen erhalten Sie bei Ihrer Ansprechpartnerin vom Innendienst.*



Das Team vom AESTHETICO-Vertriebsinnendienst: (v.l.) Jessica Franke, Corinna Faske, Jadranka Bene und Katharina Schmitz





## Rückblick

Premiere: digital medical aesthetic. Im letzten Jahr konnte das 7. AESTHETICO-Kundensymposium am 26. September wieder stattfinden – allerdings als virtuelle Veranstaltung. Zahlreiche Teilnehmer\*innen saßen zuhause vor ihrem PC und verfolgten das spannende Programm. Unter anderem erklärte die Kosmetikerin Jana Hölker, wie sich „Medical Beauty erfolgreich und vertrauensvoll verkaufen“ lässt. Einblicke gab es auch in „Better Aging“ und kosmetisch-wissenschaftliche Behandlungskonzepte. Die Zeitslots zwischen den Vorträgen boten Gelegenheit für Fragen und Austausch. So gab es trotz der räumlichen Distanz ein konstruktives Miteinander.

| Ulrike Brandt



Jana Hölker (Auszeit Kosmetik Münster) und Corinna Faske (AESTHETICO)

## Wir gratulieren

15 Jahre Auszeit Kosmetik Münster. Im kleinen – coronakonformen – Rahmen feierten Jana Hölker und ihr Team mit ihren treuen Kund\*innen im letzten Jahr Jubiläum: Das Institut Auszeit Kosmetik besteht seit 15 Jahren in Münster. Neben klassischer und medizinischer Kosmetik bietet die Geschäftsinhaberin mit ihren motivierten Kolleginnen auch Nagel- und Fußpflege. In all den Jahren ist der Anspruch geblieben, die Kund\*innen ganz individuell mit einer entspannten Auszeit von Kopf bis Fuß zu verwöhnen. Wir freuen uns, mit der medizinischen Hautpflege von AESTHETICO zu diesen Verwöhnmomenten beitragen zu können.

| Ulrike Brandt

# WHAT'S NEW?

Wir möchten Ihnen auf der nächsten Seite unsere neuen AESTHETICO-Produkte vorstellen. Nähere Informationen erhalten Sie in Ihrem Kosmetikinstitut oder auf unserer Internetseite

[www.aesthetico.de](http://www.aesthetico.de)

Lesen Sie den exklusiven Testbericht zum AESTHETICO hydrating cleansing gel unserer Kollegin (Seite 35)

Tagespflege mit hohem  
UV-Schutz | 50 ml



### AESTHETICO hydrating cream SPF 50



Beste Tagespflege und Schutz zugleich! Die neue parfümfreie Gelcreme schützt mit SPF 50 feuchtigkeitsarme und sensible Gesichtshaut durch ein innovatives Breitbandfiltersystem vor UV-bedingtem Collagenabbau sowie Hyperpigmentierungen. Eine hautberuhigende Kombination von Pflanzenextrakten sowie Panthenol mildert die Sensitivität der Gesichtshaut, Moisturizer versorgen sie mit viel Feuchtigkeit. Die Tagespflege ist hervorragend als Make-up Grundlage geeignet.

Gründliche Reinigung und gleichzeitiger  
Schutz der Hautbarriere | 100 ml



### AESTHETICO hydrating cleansing gel



Gründliche Reinigung und gleichzeitiger Hautbarriere-Schutz? Mit dem neuen Oleo-Gel für die reifere Haut ist dies kein Widerspruch: Es reinigt die Haut von Make-up, Schmutz und Talg ohne sie auszutrocknen und spendet gleichzeitig Feuchtigkeit. Mit seinem auf die Tränenflüssigkeit abgestimmten pH-Wert eignet sich es sich auch optimal für die Entfernung von Augen-Make-up. Die leichte Textur beruhigt die Haut schon bei der Reinigung und mindert Spannungsgefühle.

Sehr hoher Schutz vor UV-A-  
und UV-B-Strahlen | 250 ml



### AESTHETICO suncare sensitive spray SPF 50+



Das leichte Sonnenschutzspray schützt empfindliche Haut mit einer sehr hohen UV-A-, UV-B-Filterleistung. Die auf den Körper abgestimmte Textur in der praktischen Sprühflasche zieht schnell ein, fettet nicht und schützt gleichzeitig die Haut vor Austrocknung – für ein angenehm weiches und geschmeidiges Hautgefühl. Das Spray ist frei von Duftstoffen und Nanopartikeln. Es ist auch für Kinder ab 3 Jahren geeignet. | Silke Sonneborn



# Troubleshooting im Kosmetikinstitut –

TOP-THEMA

Die besonderen Herausforderungen in der täglichen Praxis

Unsere Haut ist ein wahres Wunderorgan. So viel wir auch wissen über das größte Organ, so verblüffend „anders“ zeigt sich unsere äußere Schutzhülle manchmal. Kein Wunder, dass im Kosmetikinstitut von „Alltag“ und „Routine“ nur selten die Rede ist und wir manchmal sogar feststellen „da stimmt irgendwas nicht!“.



Hautzustände wie die Seborrhoe sicca, besondere Einflussfaktoren wie Medikamente, die Psyche oder auch Allergien und Unverträglichkeiten lassen uns Kosmetiker\*innen immer wieder aufhorchen und wir stellen uns die Frage „Wie umgehen mit diesen „Sonderfällen“?

**Trocken und trotzdem fettig – die besonderen Bedürfnisse der Seborrhoe sicca.** Trockene Fetthaut – gibt es nicht? Doch, diesen besonderen Hauttyp gibt es tatsächlich. Die besondere Form der Mischhaut ist gar nicht so einfach festzustellen. „Seborrhoea sicca“ bedeutet so viel wie „trockener Talgfluss“. Dabei ist der Talgfluss erhöht, aber die Aktivität der Schweißdrüsen verringert. Dies wiederum hat Auswirkungen auf den Säureschutzmantel unserer Haut, denn der besteht aus Schweiß und Talg. Durch die ungleiche Aktivität der beiden Drüsen wird der Säureschutzmantel nicht mehr vollständig ausgebildet.

Die Folgen: Der pH-Wert der Haut ist erhöht, sodass einzelne Barrierschäden entstehen. Die Haut verliert zusätzlich Feuchtigkeit und wird trockener. Um dies zu kompensieren, wird in der Oberhaut die Zellneubildung angeregt und es entstehen mehr Hornzellen. Weil die Haut diese toten Zellen nicht unmittelbar wieder abschilfert, entsteht eine Überverhornung und kleie-förmige Schuppungen werden sichtbar. Um das vorliegende Feuchtigkeitsdefizit auszugleichen, produzieren die Talgdrüsen mehr Talg. Der Talgfluss ist dann zäh, sodass sich Komedonen (Mitesser) nur sehr schwer ausreinigen lassen. Die Poren sind normal bis großporig, die Haut glänzt und spannt zugleich – ist dementsprechend sehr sensibel und reagiert auf Stress sowie weitere äußere Einflüsse besonders empfindlich. Zudem fühlt sich die Haut wie ein fettiges Schmirgelpapier an.

#### Woran Sie eine trockene Fetthaut erkennen?

- Betroffene sind häufig jüngere Frauen sowie Menschen in der Pubertät, teilweise auch Neurodermitis-Patient\*innen.
- Hauttrockenheit, manchmal können kleine Risse auftreten.
- Kleine, flockige, weiße oder gelbe Schuppen treten auf.
- Hautschuppungen zeigen sich im Gesicht, am Hinterkopf und auf den Schultern.
- Nach dem Wasserkontakt sind häufig Rötungen, Schuppen sowie Spannungsgefühle und Juckreiz zu erkennen.



Wie sieht die richtige Pflege für eine trockene Fetthaut aus? Die optimale Pflege für eine trockene Fetthaut zu finden, ist tatsächlich gar nicht so einfach. Zu reichhaltige bzw. lipidhaltige Produkte können von der Haut nicht aufgenommen werden, sodass sie glänzend bzw. fettiger erscheint. Die Pflege sollte die Haut intensiv mit Feuchtigkeit versorgen, um die Feuchtigkeitsdepots aufzufüllen.

Ideal sind hydratisierende Wirkstoffe, leichte Formulierungen, O/W-Emulsionen und Gele und keratolytisch wirkende Präparate.

Wir empfehlen die AESTHETICO clarify skin als tägliche Pflege!

Kamillenblüte  
(enthält Bisabolol)



Detektivarbeit „Hautrötungen“. Rötungen der Haut stellen für die kosmetische Praxis immer noch eine Herausforderung dar. Die Ursachen für Hautrötungen sind genauso vielfältig wie das Erscheinungsbild der Rötungen selbst:

Ursachen sind unter anderem:

- Psychischer/emotionaler Stress
- Scharfe Gewürze/heiße Speisen
- Koffein
- Alkohol
- Unverträglichkeiten gegenüber kosmetischen Inhaltsstoffen
- Allergien/Überreaktionen
- Empfindlichkeit gegenüber mechanischen Reizen

Die Rötungen können

- generalisiert im gesamten Gesicht auftreten.
- fleckig erscheinen und nur Teile des Gesichts betreffen.
- mit Missempfindungen und Juckreiz einhergehen.
- dauerhaft oder nur zeitweise erscheinen.
- mit sichtbaren Gefäßen einhergehen.
- mit Schwellungen und Hitzegefühl einhergehen.

Cayennepulver







Für die Beratung und anschließende Behandlung sollten daher nicht nur die subjektiven Empfindungen des/der Kund\*in, sondern auch eine messtechnische Hautdiagnose sowie die Analyse des optischen Erscheinungsbildes der Haut berücksichtigt werden. Diese ganzheitliche Analyse ermöglicht einen 360 Grad-Blick und lässt uns die Ursachen der Rötungen besser verstehen. Nur so kann ein passgenaues Wirkstoff- und Produktkonzept erarbeitet werden. Lässt sich die Ursache für Hautveränderung nicht ausfindig machen, ist es hilfreich, den Kund\*innen das Führen eines Hauttagesbuchs nahe zu legen. Hier können alle Hautveränderungen, Stressfaktoren, Kosmetika, Ernährung und Medikamente notiert werden. Nach vier bis sechs Wochen erfolgt dann die Analyse und es ist häufig ersichtlich, welche Faktoren sich günstig oder ungünstig auf die Hautrötungen auswirken.

Bei Irritationen und Hautrötungen sollte folgendes beachtet werden:

Do's	Don'ts
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kühlende Wirkstoffe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hitze und durchblutungsfördernde Stoffe</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Masken und leichte, hydrophile Produkte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mechanisches Manipulieren der Haut</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lymphableitende Massagegriffe und Hydromassagen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anregende Massagen</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entspannung für Körper, Geist und Seele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stress und Hektik im Alltag und während der Behandlung</li> </ul>



Gerötete und zu Irritationen neigende Haut wird mit dem AESTHETICO gel couperose wieder in Balance gebracht. Masken wie das AESTHETICO aloe vera active gel bieten zusätzliche Beruhigung für die Haut.

Die Haut im Ausnahmezustand – der korrekte Umgang mit Überreaktionen. Die folgende Situation scheint auf den ersten Blick Routine zu sein: Ein junger Mann Mitte Zwanzig besucht Sie in regelmäßigen Abständen zum chemischen Peeling. Seine Haut zeigt immer wieder entzündliche Hautblüten. Die Akne aus der Jugend scheint nie wirklich abgeklungen zu sein. Als Spätfolge zeigen sich Narben im Wangenbereich. Mit entsprechenden Heimpflegeprodukten und regelmäßigen Peel-Einheiten ist es gelungen, das Hautbild zu stabilisieren.

Sie starten routiniert mit der Behandlung: Wie gewohnt, sind die Reinigung der Haut und das Entfetten im Anschluss die ersten beiden Schritte. Zum jetzigen Zeitpunkt: alles wie zig Male zuvor! Bei der Wahl des Fruchtsäurepeelings sind Sie routiniert wie immer. Die eigentliche Behandlung beginnt, das Peeling wird in gleichmäßigen Pinselstrichen aufgetragen. Erfahrungsgemäß kann dieses für 3–4 Minuten auf der Haut verbleiben, bevor es neutralisiert werden muss.

Diesmal ist es anders: Nach nur wenigen Momenten zeigt die Haut eine starke Rötung, der Patient vermerkt ein deutliches Wärmegefühl. Ein plötzliches Frosting (Denaturieren der Proteine der Haut) zieht sich als weiße Verfärbung vom Kinn über die linke Wange. Die Neutralisation haben Sie in diesem Moment direkt griffbereit. Die Reaktion lässt sich so zum Glück sicher stoppen.





Was war heute anders? Ein ausführlicher Blick in die Kundenkartei ist jetzt hilfreich. Haben sich seit dem letzten Besuch bestimmte Parameter verändert? Und vor allem: Nimmt die/der Patient\*in seit dem letzten Treatment ein Medikament ein? Beiläufig erwähnt der Kunde, er nehme seit einigen Tagen ein kortisonhaltiges Medikament. Kann das der Auslöser für die unerwartet starke Reaktion sein? Die Antwort lautet: Ja, einige Medikamente können, je nach Dosierung und Art der Verwendung (topisch, systemisch), den Hautzustand verändern und so die Empfindlichkeit und auch Reaktionsbereitschaft der Haut beeinflussen. Dies gilt für u.a. Glucocorticoide, Antibiotika und Vitamin A-säurehaltige Präparate.

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

**AESTHETICO** your skin, our profession.

Kunde/in seit \_\_\_\_\_  
Behandelnde Kosmetikerin \_\_\_\_\_

Name | Vorname \_\_\_\_\_ Geburtsdatum \_\_\_\_\_  
Straße \_\_\_\_\_ PLZ | Ort \_\_\_\_\_  
Telefon \_\_\_\_\_ Mobil \_\_\_\_\_  
E-Mail-Adresse \_\_\_\_\_ Beruf \_\_\_\_\_

Zielvereinbarung | Wünsche | Erwartungen \_\_\_\_\_

Bisherige Pflegeprodukte	Empfohlene Pflegeprodukte bei Produktwechsel
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Anamnesebogen  
(Patientenkartei)

**Auf Nummer sicher gehen.** Einverständniserklärungen und Patienteninformationen sind gerade bei medizinisch ausgerichteten Behandlungen unverzichtbar. In routinierten Behandlungen wird diesen Einflussgrößen häufig weniger Beachtung geschenkt als notwendig. Auch Patient\*innen sehen häufig von sich aus keine Verbindung z. B. zwischen einer Medikation und den Auswirkungen auf die Haut bzw. medizinisch-kosmetische Behandlungen. Als Sicherheitsnetz für die eigene Arbeit im Institut sollten die Einflussgrößen daher vor jeder Behandlung (auch bei Kur-Behandlungen) standardmäßig überprüft und für die Kartei aktualisiert werden, um Reaktionen wie diesen vorzubeugen.

| Anna Tersteeg



# Behandlungen mit Tiefgang –

Wie Peelings und Microneedling  
die Haut zum Strahlen bringen





Die obere Schicht der Haut – die Epidermis – erneuert sich alle 4 Wochen. Während diesem Hauterneuerungsprozess stößt sie abgestorbene Hautschuppen ab. Mit den Jahren verlangsamt sich der Stoffwechsel und somit auch die Hauterneuerung. Die Haut verliert an Elastizität und Spannkraft, der Teint wirkt blass und fahl und Pigmentflecken werden sichtbar.

Chemische Peelings, wie das active<sup>3</sup> peel concept von AESTHETICO, bewirken durch exfoliative und hautaktivierende Eigenschaften einen glatteren, frischeren, ebenmäßigeren Teint und sorgen für eine verbesserte Hautstruktur. Wem diese Power-Mechanismen noch nicht genug sind, kann chemische Peelings sogar mit anderen Treatments kombinieren. Eine sehr gut geeignete, effiziente und einfache Methode ist die des Microneedlings.

**Was genau ist Microneedling?** Bei diesem Treatment werden mit einem Roller, Stempel oder Pen unzählige kleine sterile Nadeln gezielt und zügig in die Haut eingeführt. Die flächigen Miniverletzungen erzeugen feinste Perforationen in der Haut. Diese reagiert, wie bei einer alltäglichen Verletzung, mit einer erhöhten Durchblutung und dem Einsetzen des Wundheilungsprozesses. Wachstumsfaktoren werden durch Zellen der Dermis (Lederhaut), den sogenannten Fibroblasten, freigesetzt und die hauteigene Regeneration wird angeregt. Hierbei wird vermehrt Elastin, Collagen und Hyaluronsäure gebildet. Der Repairmechanismus beginnt nach etwa 8–10 Tagen und kann mehrere Monate andauern.



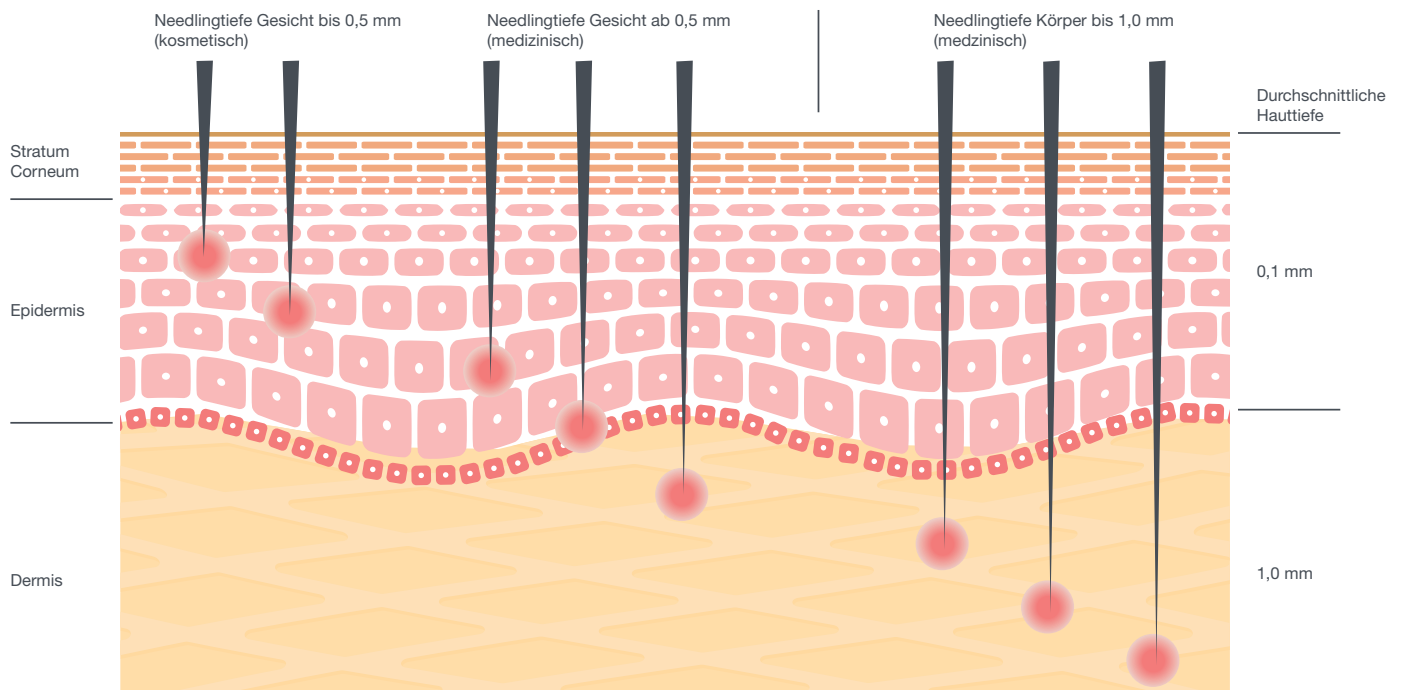
Im Fokus steht hier die Länge der eingesetzten Nadeln. Je nach Eindringtiefe werden andere Zonen in der Haut stimuliert. Außerdem ist sie entscheidend dafür, ob die Behandlung im Institut oder in einer dermatologischen Praxis durchgeführt wird. Interessant ist: Bereits kürzere Nadellängen haben einen positiven Effekt auf die Haut.

### Unterscheidung kosmetisches und medizinisches Needling (je nach Nadellänge)

Medicosmetisch	Medizinisch
<ul style="list-style-type: none"><li>• Nadellänge von 0,25–0,5 mm</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nadellänge von 1,0–2,0 mm</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Ohne Anästhesie der Haut möglich</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Behandlungen ausschließlich in der dermatologischen Praxis, da Anästhesie der Haut notwendig</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Unblutiges Verfahren</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Starke Hautrötung durch Mikroverletzungen</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Keine Downtime – man ist sofort wieder „salonfähig“</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Downtime notwendig – bis die starke Rötung abgeklungen ist (ca. 24 Std.)</li></ul>

Alle Produkte von AESTHETICO sind für die kosmetische Needling-Behandlung geeignet.





Die punktförmigen Mikroverletzungen stimulieren den Selbstheilungsprozess des Hautgewebes. Die Anzahl der Collagenfasern steigt, dadurch auch die Hautfestigkeit. Die Länge der Nadeln (Behandlungstiefe) wird indikationsbezogen eingestellt.

## Die Wirkung von Microneedling

Wirkstoffaufnahme	Regenerationsprozess
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Durchlässigkeit der Haut wird erhöht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wundheilungsprozess wird in Gang gesetzt</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wirkstoffe können mehr als 72 Std. auf einfache Weise aufgenommen werden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erhöhte Fibroblastenaktivität setzt Wachstumsfaktoren frei</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medizinisches Needling: sterile Wirkstoffe erforderlich</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Steigerung der Collagen- und Elastinsynthese nach 8–10 Tagen, bis zu 8 Monate nach der Behandlung möglich</li> </ul>



Einen zusätzlichen Vorteil bringt es, wenn vorher ein chemisches Peeling durchgeführt wurde. Dies ist die ideale Vorbereitung: Die porentiefe Exfoliation entfernt störende Hautschüppchen und Talg, wodurch die Wirkung des Microneedlings erhöht wird und Wirkstoffe besser in die Haut geschleust werden können.



Bei welchen Indikationen können chemische Peelings und Microneedling eingesetzt werden?

- Anti-Aging-Treatment: Reife Haut mit Elastizitätsverlust, Fältchen, nachlassenden Konturen, etc.
- Pigmentflecken, wie postinflammatorische Hyperpigmentierungen
- Unreine Haut mit Komedonen, Pickelmalen und Unterlagerungen (nicht bei Entzündungen!)
- Fettige Haut mit erweiterten Poren und Unreinheiten
- Narben, etwa von einer abgeklungenen Akne oder einer geheilten Verletzung
- Trockene Haut mit Trockenheitsschüppchen/-fältchen und geröteten Arealen

Wie kann ein kombiniertes chemisches Peeling/Microneedling-Treatment aussehen? Das Behandlungskonzept setzt sich idealerweise zusammen aus einer Vor-, Begleit- und Nachbehandlung. In der Home Care-Phase wird die Haut optimal auf das Treatment vorbereitet. Diese bewirkt, dass die Einwirkzeit des chemischen Peelings im Institut gesteigert werden kann.

Die Nachbehandlung verkürzt die Regenerationszeit. An dieser Stelle ist ein cleverer Einsatz von Wirkstoffen gefragt! Die Haut ist bis zu 72 Stunden nach dem Treatment aufnahmefähiger für Wirkstoffe. Ein gut aufgestellter Pflegeplan enthält Präparate mit hochkonzentrierten Wirkstoffen, wie zum Beispiel Seren oder Konzentrate, die auf die individuelle Indikation angepasst sind.



Microneedling-Roller

In der folgenden Tabelle ist ein beispielhafter Hautpflegeplan als Anti-Aging-Treatment dargestellt.

Phase	Behandlung/Pflege
Vorbereitung (Home Care) circa 14 Tage vorher	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Reinigung</b> AESTHETICO active foam AESTHETICO refresh &amp; care</li> <li>• <b>Pflege</b> AESTHETICO hydrating cream SPF 50 (morgens) AESTHETICO fruit complex plus C (abends)</li> </ul>
Treatment (Institut)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fruchtsäurepeeling active<sup>3</sup> peel concept (Phase I+II)</li> <li>• Microneedling</li> <li>• Finish mit active<sup>3</sup> peel concept Phase III, z.B. AESTHETICO juvenation und Collagenvlies-Maske Alternativ: Einschleusung mit Iontophorese</li> <li>• Abschlusspflege</li> </ul>
Nachbereitung (Home Care)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Reinigung</b> AESTHETICO cleansing milk AESTHETICO refresh &amp; care</li> <li>• <b>Pflege</b> AESTHETICO hydrating cream SPF 50 AESTHETICO scaling balm (ab Tag 4 wieder AESTHETICO fruit complex plus C) AESTHETICO juvenation</li> </ul>

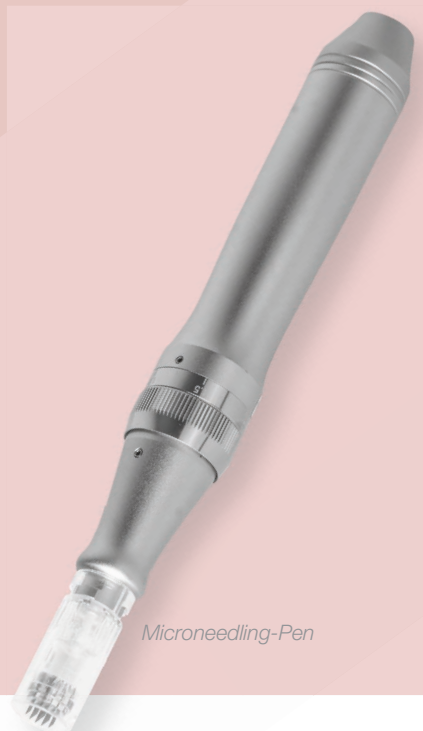
Die ersten 3–5 Treatments können im Abstand von 2 Wochen durchgeführt werden. Für die Aufrechterhaltung der Hautbarriere und dem Erhalt der Resultate sollten danach circa 6 Wochen dazwischen liegen. Damit hat die Haut ausreichend Regenerationszeit.

### Worauf Sie nach einer Behandlung unbedingt achten sollten

- Machen Sie einen Tag nach der Behandlung keinen Sport
- Meiden Sie Saunagänge in den ersten 24 Stunden
- Solarienbesuche oder intensives Sonnenanbeten sollten Sie idealerweise vermeiden
- Verwenden Sie konsequent einen hohen Sonnenschutz (SPF 50!)
- Besuchen Sie 2–3 Tage danach keine Schwimmbäder
- Fassen Sie sich so wenig wie möglich ins Gesicht (Schmierinfektion)
- Evtl. gebildeten Schorf sollten Sie nicht abknibbeln
- Bitte verwenden Sie kein mechanisches Peeling/Selbstbräuner

Ihr Kosmetikinstitut vor Ort berät Sie gern!

| Juliane Hanschick



Microneedling-Pen



# Better-Aging –

Kosmetisch-wissenschaftliche Ansätze für jedes Hautalter



Eine achtsame und präventive Lebensweise gelangt immer stärker in den Fokus. Auch junge Menschen kümmern sich zunehmend um die psychische und physische Gesunderhaltung des Körpers. Ganzheitliche Gesundheitsstrategien, die diese Prävention befolgen, finden auch Anklang beim Thema Hautalterung.

Es sind die Alterungsprozesse unserer Haut – des größten Organs, die sich in den 20er Jahren durch feine Falten zeigen. Mit dem Reifungsprozess in den 40ern bzw. der Menopause in den 50ern gipfeln diese Ausprägungen. Hautalterung steht im Zeichen von Lipid- und Feuchtigkeitsmangel sowie Verlust an Straffheit und Elastizität. Die Haut wirkt fahl und uneben.

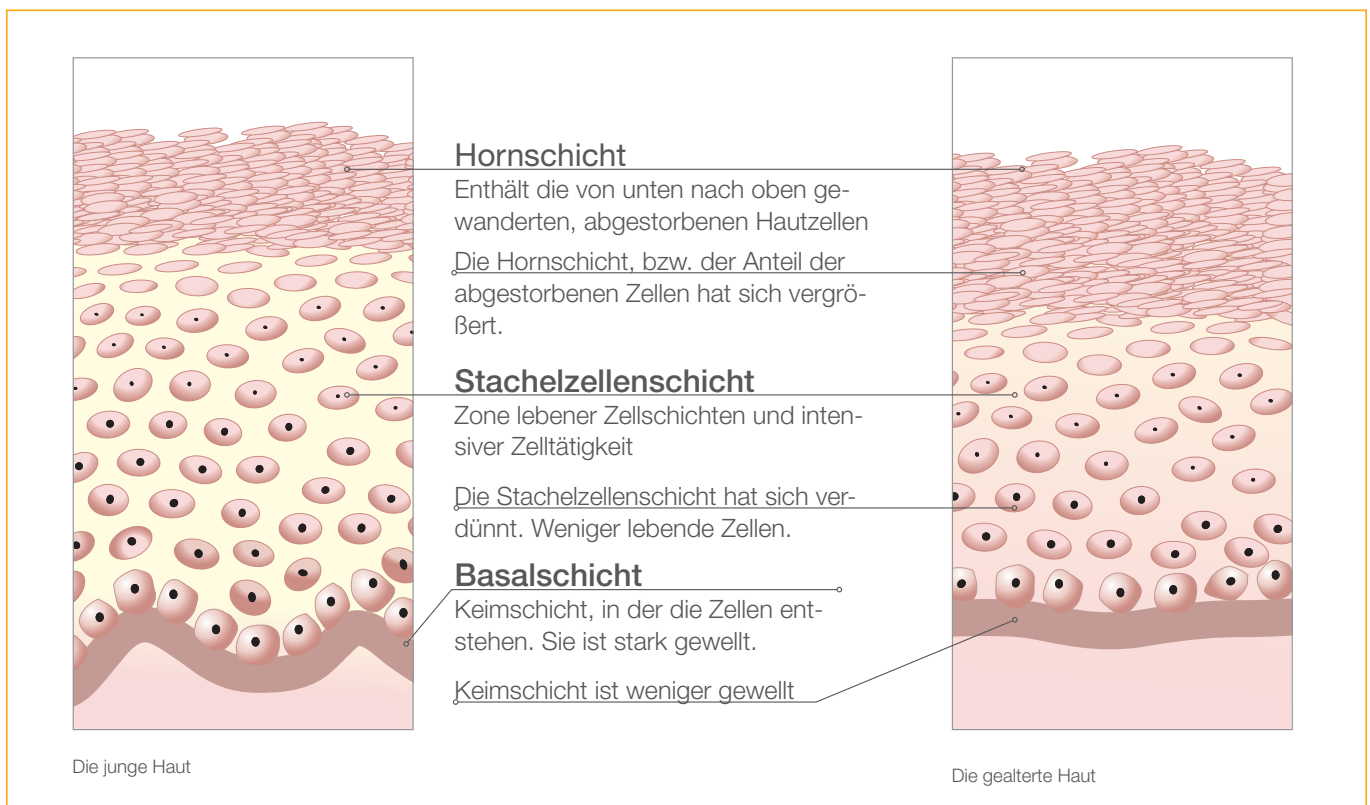
Die Faktoren, die sich auf das Altern der Haut auswirken, werden in intrinsische (genetische) und extrinsische (äußere) Einflussgrößen unterteilt. Die extrinsische Hautalterung wird durch Umwelteinflüsse ausgelöst (z. B. UV-Strahlung, Tabak- und Alkoholkonsum, Feinstaub) und macht sich besonders in exponierten Arealen bemerkbar (Gesicht, Hals- und Nackenregion etc.). Beide Faktoren haben die Zunahme an reaktiven Sauerstoffspezies (ROS) gemeinsam, die als freie Radikale zelltoxisch auf dermale Strukturen wirken und die Haut dem sog. oxidativen Stress aussetzen.



## Wie funktioniert Better Aging?

Das Altern (der Haut) lässt sich nicht aufhalten. Es lässt sich im Sinne des Better Agings verlangsamen und im Umgang positiver gestalten.

Die Anwendung von antioxidativen Wirkstoffen (Antioxidantien) in Kosmetika helfen, die freien Radikale unschädlich zu machen. Da die Haut in jedem Alter unterschiedlich schädlichen Umwelteinflüssen ausgesetzt ist, ist ihre Anwendung schon ab den 20er Jahren ratsam. Vor allem dann, wenn ein eher urbaner Lebensstil gelebt wird. Zu den Antioxidantien zählen u. a. Vitamin C und E. Die (zusätzliche) Anwendung von Sonnenschutzpro-



Aufbau junger und gealterter Haut

dukten erzielt synergistische Effekte. Feuchtigkeits- und Lipidmangel kann mit hydrierenden Wirkstoffen wie Hyaluronsäure und pflanzlichen Ölen (z.B. Jojobaöl) entgegengewirkt werden. Ab den 30er Jahren empfiehlt es sich, auf Wirkstoffe und Behandlungen zurückzugreifen, die in die Collagen- und Elastinsynthese eingreifen und die Zellerneuerung und Aufpolsterung unterstützen (z. B. Vitamin A (Retinol)).

Einen nicht zu unterschätzenden Faktor im Rahmen des Better Agings stellt die professionelle Behandlung im Kosmetikinstitut dar, die in eine kompetente, weiterführende Beratung eingebettet ist. Folgende Behandlungen bieten sich im Rahmen des Better Agings an:

- Collagen-Induktionstherapie (Microneedling)
- Chemische Peelings/Fruchtsäurepeelings
- Microdermabrasion

Lassen Sie sich in Ihrem Institut beraten, welches Treatment sich für Ihre Haut am besten eignet.

## Was können Sie zu Hause leisten?

Neben der typgerechten Pflegeroutine trägt ein gesunder Lebensstil und eine ausgewogene, pflanzenbasierte Ernährung wesentlich zur Gesunderhaltung der Haut bei. Neben Vitaminen, sekundären Pflanzenstoffen und Antioxidantien sollten wertvolle Omega-3-Fettsäuren enthalten sein. Die Ernährung sollte im besten Fall in ein Modell des intermittierenden Fastens (es wird nur zu bestimmten Zeiten gegessen) eingebettet sein. Dadurch wird die Selbstreinigung der Zellen unterstützt und der oxidative Stress und der Insulinspiegel werden reduziert. Regelmäßige körperliche Aktivität regt die Blutzirkulation in der Haut an, die sodann die Nährstoff- und Sauerstoffversorgung bis in die Epidermis erhöht (Active Aging). Entspannungs- und Ruhephasen (z. B. in Form von Yoga oder Meditation) sollten eine genauso wichtige Bedeutung zugemessen werden. Alltagsstress und Eile katalysieren die Hautalterung zusätzlich.

Ab wann und in welchem Maße die Hautalterung beginnt bzw. fortschreitet, bestimmen wesentliche Einflüsse wie Genetik, Lebensweise und äußere Faktoren. Unsere Genetik können wir nicht beeinflussen, sodass der Fokus auf der Prävention und dem Umgang im Sinne des Better Agings liegt. Das ist der Grundstein für eine schöne und vitale Haut bis ins höhere Alter.

| Marleen Pundt und Nina Nowotsch





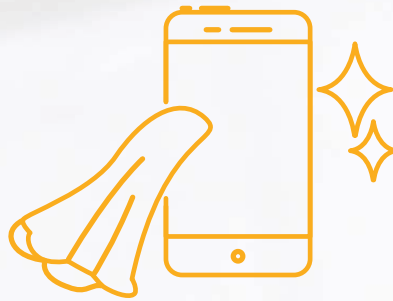
# Lifehacks für die Haut

Die Haut ist unser größtes Organ. Eine ganzheitliche Pflegeroutine ist daher essenziell, um sie bestmöglich zu unterstützen. Neben der täglichen Hautpflege gibt es aber auch noch weitere Faktoren, die eine wichtige Rolle für unsere Hautgesundheit spielen.

Entdecken Sie hier unsere AESTHETICO Lifehacks für die Haut. Die kleinen Tipps können eine große Wirkung für die Haut haben und sind ganz einfach in den Tagesrhythmus einzubauen. | *Mona Harkötter*



**Bettwäsche regelmäßig wechseln**



**Handy säubern/  
reinigen**



**Extra Gesichtshandtuch**



**Handtücher regelmäßig wechseln**



**Make-up-Pinsel regelmäßig reinigen**



**Nicht in das Gesicht fassen**

# Wir stellen vor –

**KOSMEDIKulm** Institut für Gesundheit, Kosmetik und Lasertherapie



„Schönheit beginnt in dem Moment,  
in dem du beschließt, du selbst zu sein.“

Coco Chanel

**In unserem Institut für Gesundheit, Kosmetik und Lasertherapie im Herzen von Kulmbach erwarten unsere Kund\*innen dermakosmetische und apparative Behandlungsmethoden auf höchstem Niveau. Neben Klassikern wie Faltenbehandlung mit Botulinumtoxin und Hyaluronsäure bieten wir alles für ein ausgeglichenes, angenehmes Haut- und Körpergefühl.**

Unser Schwerpunkt liegt hier auf effektiven und schonenden Behandlungen, wie unter anderem Lifting ohne OP oder Mesotherapie. Nebst der Ästhetik liegt uns aber auch die Behandlung komplexer Hauterkrankungen am Herzen.

So bieten wir unter anderem bei Akne und Rosacea, aber auch atopischer Dermatitis und Psoriasis nebst diagnostischer Abklärung ein dermakosmetisches Therapiekonzept.

Im Rahmen unseres ganzheitlichen Ansatzes achten wir auch auf gesunde Ernährung sowie die Stärkung des Immunsystems. Das Team um die Hautärzte der angegliederten Hautarztpraxis DermaKulm setzt sich aus besonders qualifizierten medizinischen Fachkräften und Kosmetikerinnen zusammen. Sie alle sorgen dafür, dass für unsere Kunden ein individuelles Behandlungskonzept erstellt wird, das perfekt auf das Hautbild und die Bedürfnisse abgestimmt ist.

## Hautpflege ist Vertrauenssache und ein Thema für Spezialisten.

Die Haut ist unsere Schutzhülle, unser Spiegel, unser Gesicht – ein sehr sensibles Thema, das nach Sicherheit, Kompetenz, Vertrauen und Persönlichkeit verlangt.

Die Beauty-Experten bei KOSMEDIKulm sind feste Ansprechpartnerin und Vertrauensperson in Sachen schöne und gesunde Haut. Deshalb vertrauen wir und unsere Kund\*innen schon seit Jahren auf die einzigartigen Pflegeprodukte von AESTHETICO. Diese verbinden medizinische und kosmetologische Kompetenz mit höchstem Qualitätsanspruch und Wirksamkeit – für eine spür- und sichtbar schönere und gesunde Haut!

Wir danken für die langjährige und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Mitarbeiterinnen von AESTHETICO.

**Herzlichst Ihr Team von KOSMEDIKulm**



# KOSMEDIKulm

Institut für Gesundheit, Kosmetik und Lasertherapie

Hans-Hacker-Str. 1

95326 Kulmbach

Telefon: 09221 - 3916716

E-Mail: [info@kosmedikulm.de](mailto:info@kosmedikulm.de)

[www.kosmedikulm.de](http://www.kosmedikulm.de)





# Welche Sonnencreme ist für die unreine Haut geeignet?

Gerade bei Hautunreinheiten und Akne ist es wichtig, dass die Haut vor Sonneneinstrahlung geschützt wird. Allerdings haben viele Akne-Betroffene Bedenken, ein Sonnenschutzmittel anzuwenden – zu schwer, zu fettig, zu glänzend! Die Frage ist also, ob es den passenden Sonnenschutz auch für die unreine Haut gibt. Idealerweise sollte man tatsächlich zu einem Produkt greifen, das nicht die Poren verstopft und zu weiteren Hautunreinheiten führt.



Bei der Omnipräsenz der Sonneneinstrahlung empfiehlt es sich zu jeder Jahreszeit, eine Tagespflege mit Lichtschutz anzuwenden – als Pflegeroutine und als konstanten Sonnenschutz. Geeignet für Akne-Betroffene sind leichte Gelformulierungen oder Fluids mit hohem Lichtschutzfaktor, die die Haut mit Feuchtigkeit versorgen, aber nur einen geringen bis gar keinen Lipidanteil haben und nicht auf der Haut glänzen.

Wichtig ist auch der Verzicht auf komedogene Inhaltsstoffe, die die Poren verstopfen können – das gilt auch für pflegende Lipide und Öle. Das Produkt sollte mit den entsprechenden Hinweisen gekennzeichnet sein.

Bei medizinischen Therapien, Fruchtsäurebehandlungen und der Einnahme von Medikamenten aufgrund von Akne oder starken Hautunreinheiten verbietet sich schon per se der Aufenthalt in der Sonne, weil die keratolytisch wirkenden

Mittel die Haut schälen und dünner machen. Dadurch wird sie empfindlicher und anfälliger für Sonnenbrände. Auch die Regeneration der Haut kann mehr Zeit benötigen. Zudem kann es bei einigen Mitteln im Zusammenwirken mit UV-Licht zu ausgeprägten Pigmentierungen kommen.

Aber auch mit diesem Wissen und trotz aller Vorsicht lässt es sich natürlich nicht vermeiden, der Sonneneinstrahlung ausgesetzt zu sein. Daher sollte man auf jeden Fall regelmäßig zu einer leichten Sonnencreme mit sehr hohem Lichtschutzfaktor greifen – auch bei bedecktem Himmel.

#### Darauf sollten Sie achten!

Auch bei der Entstehung von Pickelmalen spielt die Sonne eine Rolle. Die entzündlichen Areale von Pickeln und Unreinheiten reagieren besonders sensibel auf UV-Strahlung, die die Melaninsynthese in der Haut anregt. Zurück bleiben nach dem „Pickel“ unschöne dunkle Flecken. Daher ist ein täglicher Schutz bei unreiner Haut ein Muss, um neben den akuten und chronischen Schäden durch die UV-Strahlung auch der Entstehung von Pickelmalen vorzubeugen.

| Ulrike Brandt

## Gewusst?

Mehr als 90 % der Symptome von Hautalterung werden durch UV-Strahlung hervorgerufen.

# Akne im Jugendalter –

Einfache Lösungen für ein komplexes Hautbild



Die Pubertät bringt viele Veränderungen mit sich. Die Emotionen, die Stimme, der Körper und auch die Haut verändern sich. Circa 95 % der Jugendlichen zeigen Hautveränderungen durch leichte bis starke Entzündungen der Talgdrüsen, denen mithilfe von einfachen und kostengünstigen Hautpflegemaßnahmen effektiv entgegengewirkt werden kann.



Das Hautpflegekonzept bei Akne ist bereits mit wenigen Produkten zielführend, wenn es konsequent angewendet wird. Getreu dem Motto „weniger ist mehr“, wird morgens und abends eine 2-stufige-Reinigung durchgeführt. Diese sollte aus einem porentief reinigendem Reinigungsprodukt und einem Tonic bestehen und bereits effektive Wirkstoffe einbringen:

- Überschüssiges Hautfett wird abgewaschen
- Wirkstoffe wie Glycol- und Salizylsäure wirken hornlösend, mitesserlösend, pH-Wert regulierend sowie hautglättend
- Ein Tonic (Gesichtswasser) kühlt, beruhigt und spendet der Haut Feuchtigkeit

Anschließend wird die angepasste Gesichtspflege mit entzündungsregulierenden und talgreduzierenden Wirkstoffen aufgetragen. Eine Austrocknung der Haut sollte in jedem Fall verhindert werden, da die Talgproduktion infolgedessen wieder angeregt wird und sich das Hautbild verschlechtert.

*Unsere Pflegeempfehlung für die einfache, aber effektive Aknebehandlung zu Hause*



## Die 3 Säulen der Aknebehandlung

1

### Dermatolog\*in

Diagnose des Schweregrades und ggf. Verschreibung von Medikamenten durch dermatologisches Fachpersonal. Dabei wird unterteilt in den medizinisch relevanten Schweregrad (Schwer), oder den eher kosmetisch relevanten Schweregrad (Mittel).

2

### Kosmetiker\*in

Therapiebegleitung durch kosmetische Maßnahmen (z. B. Ausreinigung oder chemische Peelings) sowie Anleitung zur Hautpflege zuhause

3

### Patient\*in

Ein Hautpflegekonzept für die Heimpflege mit zielführenden Wirkstoffen sowie konsequentem und regelmäßigem Einsatz zuhause

Bei kosmetisch chemischen Peelings, in Instituten, werden Glycol- und Salizylsäure in individuellen Höchstkonzentrationen zielgerichtet auf die Haut der Jugendlichen abgestimmt. Sie wirken hornlösend und antientzündlich. Je nach Schweregrad der Akne kann ein Peeling zu Anfang alle 2 Wochen durchgeführt werden. Kurartige Behandlungen ermöglichen große Erfolge in der Aknetherapie.

Neben der auf die Aknehaut abgestimmte tägliche Pflege gibt es einige Tipps, die im Umgang mit der Haut berücksichtigt werden sollen:

- Nicht mit den Händen ins Gesicht fassen. Hände und Finger beherbergen viele Bakterien.
- Vor jeder Gesichtereinigung gründlich die Hände waschen.



Brennnessel  
(*Urtica Dioica*)

- Regelmäßig (min. 2x die Woche) die Handtücher und Bettwäsche wechseln. In ihnen können sich ebenfalls viele Keime ansammeln!
- Mitesser und Pusteln nicht eigenhändig ausdrücken. Auch Hilfsmittel wie Komedonenquetscher sowie Porensauger sollten nicht verwendet werden. Unreinheiten professionell bei einer Ausreinigung im Kosmetikinstitut behandeln lassen.
- Heilerdemasken 2x die Woche in die abendliche Pflegeroutine einbauen. Die Heilerde, wie die AESTHETICO vital care ist ein altbewährtes Mittel für eine klare Haut.
- Weniger (Kuh-)Milchprodukte
- Ausgewogene und gesunde Ernährung mit hochwertigen Ölen aus Leinsamen und Fisch, entzündungshemmenden Gewürzen (Kurkuma, Ingwer) und viel Obst und Gemüse
- Ernährungstagebuch führen, um herauszufinden, welche Lebensmittel die Aknesymptome verschlimmern.

Die regelmäßige Reinigung zu Hause und die Umsetzung der genannten Tipps im Umgangsverhalten mit der Akne können bereits sehr viel für eine Besserung des Hautbildes erreichen.

| Kimberly Stegemann



Weitere Informationen dazu erhalten Sie hier:  
<https://www.aesthetico.de/hautratgeber/behandlungen/aesthetico-active-3-peel-concept/>  
oder in Ihrem AESTHETICO Kosmetikinstitut.

# Pflanzen und ihre Wirkung auf unsere Haut

Pflanzliche Inhaltsstoffe bei AESTHETICO

## Teil 11



### Färberwaid (*Isatis Tinctoria*)

- Antientzündlich
- Wirkt entzündungsbedingtem Juckreiz entgegen
- Beruhigend

*Unser Produkt mit diesem Wirkstoff*  
*AESTHETICO skin harmonizer SPF 50*

### Kokosnuss-Öl (*Cocos Nucifera*)

- Feuchtigkeitspendend
- Kühlender Effekt
- Hält die Haut geschmeidig

Das von uns verwendete Öl enthält keine ätherischen Bestandteile.

*Unser Produkt mit diesem Wirkstoff*  
*AESTHETICO peeling*



### Zaubernuss (*Hamamelis Virginiana*)

- Entzündungshemmend
- Adstringierend
- Rötungen werden gemindert
- Spannungen werden reduziert

*Unsere Produkte mit diesem Wirkstoff*  
*AESTHETICO refresh & care*  
*AESTHETICO aloe vera active gel*





Oft werden im Kosmetikbereich Wörter verwendet, die kaum jemand versteht. Teilweise sind die Definitionen für die Begriffe auch nicht bekannt. Mit dem AESTHETICO Kosmetik-Lexikon soll Abhilfe geschaffen werden. In jeder neuen Ausgabe vom AESTHETICO Journal wird die Serie weitergeführt, damit am Ende ein gesamtes Kosmetik-Lexikon vorhanden ist und Begriffe von A wie Antioxidantien bis Z wie Zellteilung erklärt werden. **Teil 3**

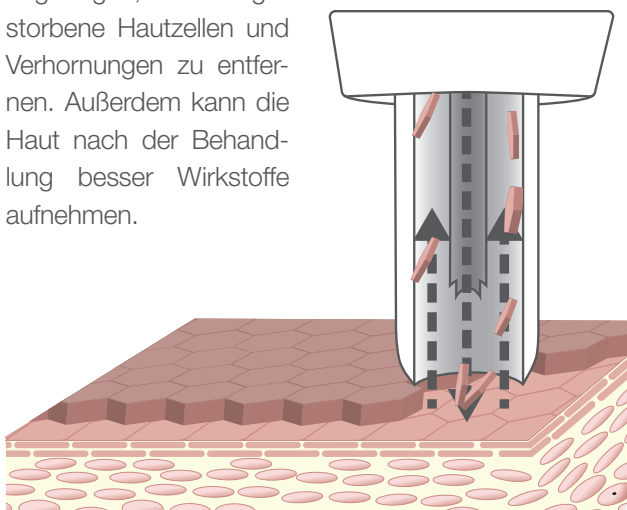
## M

### Melanin

Pigment, welches für die Färbung der Haut, z. B. Sommersprossen, Haare und Iris verantwortlich ist. Melanin der Hautzellen wird unter Einfluss von UV-Strahlen vermehrt gebildet und schützt die DNA vor UV-bedingten Schäden. Es ist sozusagen der Eigenschutz der Haut, der sich durch die Bräunung zeigt. Die Melanin bildenden Zellen sind die Melanozyten.

### Microdermabrasion

Ist eine apparative Kosmetikanwendung und bietet ein stärkeres, mechanisches Peeling, welches häufig mittels Kristallen angewendet wird. Hierbei wird die oberste Hautschicht (Stratum Corneum) abgetragen, um abgestorbene Hautzellen und Verhornungen zu entfernen. Außerdem kann die Haut nach der Behandlung besser Wirkstoffe aufnehmen.



Microdermabrasion kann optimal bei Akne(-narben), Pigmentstörungen, Unebenheiten, Verhornung und zur Verfeinerung des Hautbildes angewendet werden.

### Mikroflora (auch Microbiom)

Die Mikroflora der Haut ist ein komplexes Gebilde, sie besteht aus unzähligen Mikroorganismen. Dazu zählen unterschiedlichste Bakterien, Sporen und Pilze, die dauerhaft oder nur vorübergehend angesiedelt sind. Ihre gemeinsame Aufgabe ist, die Haut vor Krankheitserregern zu schützen. Wenn das Gleichgewicht der Mikroflora gestört ist, dann kann es zu einer Erkrankung durch Keime kommen.

### Microneedling (s. Seite 12)

Zahlreiche kleinste Nadeln werden in die Haut mittels eines Rollers oder Stempels eingeführt. Dabei entstehen zu heilende Mikroverletzungen. Die Länge und Dicke der Nadeln können, je nach gewünschtem Effekt, variieren. Bei einem kosmetischen Needling liegt die maximale Nadellänge bei 0,5 mm. Ab einer Nadellänge über 0,5 mm wird von einem medizinischen Needling gesprochen und wird von dermatologischen Praxen durchgeführt. Durch die Anwendung soll die Hauterneuerung ange-

regt werden. Microneedling kann u. a. bei Akne, Falten, Cellulite, Rosacea, Hyperpigmentierungen oder Narben durchgeführt werden.

## N

---

### Nicht-komedogen

Bestimmte Inhaltsstoffe oder Formulierungen können Komedonen (Mitesser) auslösen. Bei nicht-komedogenen Produkten werden die Poren nicht verstopft und Unreinheiten werden nicht gefördert. Hierbei handelt es sich meistens um Produkte, die speziell für Unreinheiten oder Akne sind. Häufig wird auf dem Produkt für unreine Haut der Claim „nicht-komedogen“ angegeben. Inhaltsstoffe wie Sheabutter, Argan- oder Jojobaöl gelten als nicht-komedogen.

### Naturkosmetik

Naturkosmetikprodukte dürfen nur aus reinen Naturstoffen hergestellt werden. Dabei haben die Inhaltsstoffe einen pflanzlichen, tierischen oder mineralischen Ursprung. Die Inhaltsstoffe dürfen chemisch nicht verarbeitet werden, nur durch physikalische Verfahren, wie Trocknen, Filtrieren oder Extrahieren mit festgelegten Lösungsmitteln. Durch die Verwendung der kompletten Pflanze besteht ein erhöhtes Allergiepotezial. Ebenfalls ist die Qualität der Rohstoffe nicht immer gleichbleibend. Da es sich um ein Naturprodukt handelt, kann die Ware eine unterschiedliche Qualität vorweisen, wie die vorherige. Somit ist nicht immer eine gleichbleibende Sicherheit gewährleistet.

## O

---

### Okklusionseffekt

Ein Okklusionseffekt entsteht, wenn die Haut mit einer fettreichen Creme (z. B. W/O-Emulsion oder Vaseline) abgedeckt wird. Dabei wird die Abgabe von Flüssigkeit durch die Haut blockiert und die Haut quillt auf. Dies wird teilweise für ein erleichtertes Eindringen von Wirkstoffen verwendet. Ebenfalls ist dieser Okklusionseffekt bei einem erhöhten transepidermalen Wasserverlust (TEWL) erwünscht, damit das Verdunsten minimiert wird und die Haut nicht weiter austrocknet.

## P

---

### Pigmentflecken

Werden auch als Hyperpigmentierung bezeichnet und entstehen durch eine übermäßige Produktion von Melanin (Farbpigment in Haut, Haaren und Iris). Dies entsteht, da die Haut sich vor intensiver Sonneneinstrahlung schützen möchte. Ebenfalls können Alter, Hormone und erbliche Veranlagungen ein Auslöser sein. Meistens sind Pigmentflecken harmlos, sollten aber regelmäßig in der dermatologischen Praxis kontrolliert werden.



### pH-Wert

Der Name kommt aus dem lateinischen „potentia hydrogenii“ und bedeutet so viel wie „Stärke des Wasserstoffs“. Der pH-Wert stellt ein Maß für den sauren, neutralen oder basischen Charakter einer wässrigen Lösung dar. Der pH-Wert einer gesunden Haut liegt bei 4,8–5,5.

## Q

---

### Quellung

Auch Mazeration. Durch den übermäßigen Kontakt mit Wasser oder alkalischen Produkten, wie z. B. Seife, kann die Hornschicht (Stratum Corneum) aufquellen. Dadurch wird die Barrierefunktion der Haut gemindert und ein erhöhter Feuchtigkeitsverlust über die Haut entsteht. Die Folge ist eine trockene und empfindliche Haut.

Fortsetzung folgt

# AESTHETICO – Beauty-Tipp



Jeden Tag ist die Haut unzähligen schädigenden Einflüssen von innen und außen ausgesetzt. Auf einige haben wir Einfluss, andere können wir nicht ändern. Aber – geben Sie oxidativem Stress keine Chance!

Hierzu gehört nicht nur konsequenter UV-Schutz beim Aufenthalt im Freien. Pflegeprodukte, die die Hautbarriere stärken, erschweren das Eindringen von Schadstoffpartikeln in die Haut. Darüber hinaus reduzieren Wirkstoffe mit antioxidativem Effekt sowie als Radikalfänger fungierende Vitamine – wie Vitamin A, C oder E – oxidativen Stress und wirken den Anzeichen vorzeitiger Hautalterung entgegen.

Die Anti-Aging-Emulsion AESTHETICO external complex schützt durch UV-Strahlung belastete Hautareale mit einer hochwirksamen Kombination der Vitamine A, C und E sowie dem pflanzlichen Antioxidans Ferulasäure vor Angriffen freier Radikale, unterstützt die hauteigene Repairfunktion und mindert vorzeitige Faltenbildung. Wertvolle Komponenten wie Sheabutter und Jojobaöl mindern Feuchtigkeitsverlust und verbessern die Geschmeidigkeit der Haut.

AESTHETICO external complex ist eine ideale Sommerpflege, da sie schnell einzieht und keinen Fettfilm auf der Haut hinterlässt. Als Tagespflege kann sie ihre Wirkung optimal entfalten, zur Unterstützung der Regeneration kann sie darüber hinaus abends und nach dem Sonnenbad aufgetragen werden.

| Silke Sonneborn



Jojobaöl  
(*Simmondsia chinensis*)



# AESTHETICO – my favourite

+++ Für Sie getestet +++

Feuchtigkeitsspendende Gesichtereinigung? Sanfte Entfernung von Augen-Make-up? Weiches und entspanntes Hautgefühl? Diese Produktbeschreibung des neuen AESTHETICO hydrating cleansing gels hatte schon frühzeitig mein Interesse an diesem Produkt geweckt. Umso mehr freut es mich, dass ich das Reinigungsgel noch vor dem Launch testen durfte.

Meine Haut würde ich grundsätzlich als unkompliziert beschreiben: Sie hat bisher fast alle Pflege- und Reinigungsprodukte, die ich ausprobiert habe, gut vertragen und neigt lediglich etwas zu Trockenheit. Mit über 30 Jahren zeigen sich inzwischen aber auch die

ersten feinen Fältchen. Eine hydratisierende Reinigung kam da also gerade recht.

Die erste Anwendung war zunächst eine Umstellung: Bisher hatte ich mein Gesicht mit einem Schaumpräparat gereinigt. Die Gel-formulierung, die mit angefeuchteten Händen aufemulgiert wird, brachte mir daher ein ganz neues Anwendungserlebnis. Und auch das Reinigungsergebnis überzeugte mich.

Wichtig ist, die Emulsion nach dem Auftragen mit einem Watte- oder Mikrofaserpad (und nicht nur mit Wasser) abzunehmen. Bei der Anwendung entfaltet sich ein dezenter, angenehmer Duft. Und das zurückbleibende Hautgefühl ist sanft und gepflegt. Die Reinigung schließe ich stets mit unserem hautklärendem Gesichtswasser AESTHETICO refresh & care ab. Und die Gesichtspflege? Die habe ich nach der Reinigung mit dem AESTHETICO hydrating cleansing gel gelegentlich fast vergessen, so wohl fühlte sich meine Haut!

## Fazit:

Das neue AESTHETICO hydrating cleansing gel kann ich wärmstens empfehlen! Mit seiner leichten Anwendung, hydratisierenden Eigenschaften und der hervorragenden Reinigungsleistung hat mich das Oleo-Reinigungsgel vollkommen überzeugt.

| Fabienne Leone







UV-A: **A** wie **A**ging oder Haut**a**lterung

UV-B: **B** wie **B**urning oder Sonnen**b**rand

# Sonnenschutz für die Haut – Tagespflege mit SPF statt Sonnencreme?

Das Sonnenlicht hat viele positive Effekte auf den Menschen: Es kurbelt die Vitamin-D-Produktion an, sorgt für eine gute Stimmung und trägt zur psychischen Gesundheit bei. Aber: Wer ungeschützt zu viel Zeit im Freien verbringt, riskiert ernste Hautschäden. Daher ist ein Sonnenschutz ein Muss – Sonnencremes, die richtige Kleidung und umsichtiges Verhalten während des Aufenthalts in der Sonne zahlen auf die Hautgesundheit ein.

## Hautalarm bei UV-A- und UV-B-Strahlung

Bei der Wahl des richtigen Sonnenschutzes sollte darauf geachtet werden, dass das Produkt die Haut mit einem sogenannten Breitbandfilter sowohl vor UV-A- als auch vor UV-B-Strahlen bewahrt.

UV-A-Strahlen befinden sich bei jedem Wetter – ob Sonne oder Wolken – in der Atmosphäre und können sogar durch (Fenster-)Glas dringen. Sie dringen tiefer in die Haut ein als die UV-B-Strahlen. Dort produzieren sie freie Radikale und sind in der Lage, Zellen langfristig zu verändern. Die Folgen können frühzeitige Hautalterung, Sonnenallergie, Pigmentstörungen und schlimmstenfalls Hautkrebs sein. **Leicht zu merken: UV-A: A wie Aging oder Hautalterung**

UV-B-Strahlen hingegen durchdringen nur die oberste Hautschicht (Epidermis). Sie sind es, die für einen gebräunten Teint sorgen. Allerdings können sie auch Sonnenbrand, allergische Reaktionen und Hautkrebs hervorrufen. **Leicht zu merken: UV-B: B wie Burning oder Sonnenbrand**

Aus akuten Sonnenschäden wie Sonnenbrand und Lichtdermatosen können in späteren Jahren auch chronische – und gefährliche – Schäden entstehen: die Hautalterung, die aktinischen Keratosen, Hautkrebs und der graue Star.

Die Hautalterung ist bedingt durch innere und äußere Faktoren. Die UV-Strahlung ist ein maßgeblicher Faktor durch Umwelteinflüsse. Der Grad der Hautschädigung ist abhängig von der über die Jahre summierenden Dauer und der Intensität der Sonneneinwirkung sowie dem genetisch bedingten Hauttyp.



Bei aktinischen Keratosen handelt es sich um eine frühe Form des hellen Hautkrebses. Ausgelöst wird diese durch eine langjährige, erhöhte UV-Exposition. Die bevorzugten Stellen für das Auftreten von Symptomen sind UV-exponierte Hautareale wie Kopfhaut, Gesicht, Nacken, Schultern, Dekolleté, Arme und Handrücken. Symptomatisch sind trockene, schuppende, raue, gelblich-bräunliche Stellen.

## Welches Sonnenschutzprodukt ist das richtige für mich?

Tagescremes mit integriertem Lichtschutzfaktor (SPF – Sun Protection Factor) können die Haut vor den schädlichen und unschönen Folgen der Sonneneinstrahlung im Alltag schützen. Und das zu allen Jahreszeiten: Vor allem UV-A-Strahlen sind bei nahezu allen Wetterlagen in der Atmosphäre vertreten und können zu ungewünschter Faltenbildung führen. Um dem vorzubeugen oder entgegenzuwirken, empfiehlt sich



eine tägliche Anti-Aging-Pflege mit mindestens Lichtschutzfaktor 15, je nach Hauttyp sogar LSF 50, die bei regelmäßiger Anwendung vor UV-induzierten Hautalterungsprozessen schützt.

In den Sommermonaten, bei Reisen in sonnige Regionen oder bei längeren Aufenthalten im Freien (z. B. Wandern, Segeln) reicht die alleinige Tagespflege, vor allem mit geringem Lichtschutzfaktor, nicht aus. Denn das Gesicht gehört zu den sogenannten „Sonnenterassen der Haut“, die der Sonneneinstrahlung deutlich häufiger ausgesetzt sind als andere Körperregionen. Besonders an diesen Hautarealen steigt das Risiko für die genannten Hauterkrankungen. Für den Alltag mit wenig Zeit in der Sonne genügt oft eine gute Tagescreme mit Lichtschutzfaktor. Im Sommer und im Urlaub bei sehr intensiver Sonneneinstrahlung sollte aber je nach Hauttyp eine spezielle Sonnencreme verwendet werden. Grundsätzlich sind Sonnenschutzprodukte nur „einfache“ Pflegecremes mit dem Fokus auf den Lichtschutz. Tagespflegen haben mehr einen Fokus auf die Pflegekomponente durch entsprechende, zusätzliche Inhaltsstoffe und verfügen „nebenbei“ über einen Lichtschutz. Die Kombination macht den Unterschied und bietet den besseren Schutz!



**Fazit:** Ein Sonnenschutzprodukt mit einem hohen UV-Schutz (mind. SPF 30) ist ein Must-have im Sommer, um die Haut wirkungsvoll vor den schädlichen **UV-A-** und **UV-B-Strahlen** zu schützen.

### Sonnenschutz mit Cremes, Fluids, Emulsionen oder Gelen

Ausschlaggebend bei der Wahl des richtigen Sonnenschutzproduktes für das Gesicht ist die Textur. Während vielen Konsument\*innen die pastösen und weißelnden Cremes von früher in Erinnerung sind, schaffen heutzutage moderne UV-Filter und Formulierungen leichte und anwenderfreundliche Texturen. Vor allem Sonnenschutzfluids und -gele haben eine sehr dünne Textur, die sich fast ohne Reiben auf die Haut auftragen lässt. Sonnenschutzemulsionen enthalten noch zusätzlich pflegende Wirkstoffe und sind in der Konsistenz etwas cremiger.

### Wie wende ich Sonnenschutzprodukte richtig an?

Nur wenn die Sonnenprodukte richtig aufgetragen werden, können sie auch ihre schützende Wirkung entfalten. Um den angegebenen UV-Schutzfaktor zu erhalten, sind ein gleichmäßiges Auftragen und eine ausreichende Menge an Creme elementar. Für Erwachsene gilt als Faustregel: Einen Teelöffel fürs Gesicht, rund zwei bis drei Esslöffel für den Körper.

Neben dem korrekten Auftragen spielt auch regelmäßiges Nachcremen eine wichtige Rolle. Nach dem Schwimmen und Schwitzen verliert der UV-Schutz an Wirkung. Beim Nachcremen sollte die gleiche Menge an Creme aufgetragen werden wie bei der ersten Anwendung.

#### Schon gewusst?

Bei bewölktem Wetter penetrieren ca. 90 % der UV-Strahlen durch die Wolken. Schnee reflektiert bis zu 90 % der UV-Strahlen, Sand hingegen nur bis zu 50 %. Je 1000 Höhenmeter entsteht zudem eine 15-prozentige Zunahme der UV-Strahlung. Ebenso können bis zu 50 % der UV-Strahlen den Schattenbereich erreichen. Dies ist abhängig von der Art des Schattens (Betonschatten, Baum-schatten, ...).

## Fotonachweis

www.shutterstock.de

Seite	Bildnummer	Motiv	Fotograf*in
Titel	132679001	Blonde Frau	Daniel_Dash
3	1869370939	Kosmetische Behandlung	elenavolf
8	1779418869	Gesichtsmassage	STEKLO
10	1047261364	Strauß mit Kamille	Ohhlanla
10	578669185	Kamillenblüte	Flower Studio
10	232105483	Cayennepulver	Ratana21
10	2141559685	Kosmetische Behandlung	Studio Romantic
12	1704199294	Männergesicht	MAD_Production
14	1561627498	Mesoroller, Frauengesicht	ivan_kisiltsin
17	229927825	Mesoroller, Frauengesicht	Robert Przybysz
18	1857165001	Kosmetische Behandlung	elenavolf
19	619764281	Microneedling-Roller	marcinm111
19	1464714848	Microneedling-Pen	Marloz
20	218870788	Älterwerdendes Gesicht	Evgeny Atamanenko
22	1892109910	Kosmetische Behandlung	elenavolf
26	1829904926	Gelartiger Hintergrund	Fotaro1965
28	1745634584	Jugendliche	Tatjana Wagner
30	2149336381	Gesichtsmaske	Asier Romero
30	197203082	Brennnessel	Scisetti Alfio
31	1633806265	Färberwaid	Sigur
31	1910657323	Kokosnuss-Öl	Photoongraphy
32	1721956285	Zaubernuss/Hamamelis	Scisetti Alfio
34	1996266158	Jugendliche	Prostock-studio
34	2064008885	Jojoba-Öl	Anastasiya Shatyrova
36	133963550	Junge Frau am Strand	Mila Supinskaya Glashchenko
38	1135090469	Junge Frau am Strand	FotoDuets

### Bilder/Grafiken/Produktabbildungen AESTHETICO

4, 5, 6, 10, 11, 13, 16, 17, 21, 23, 26, 29, 30, 32, 33, 34, 35, 38

### Sonstiges

24, 25 | KOSMEDIKulm, Kulmbach

## Impressum

### Medicos Kosmetik GmbH & Co. KG

Hafengrenzweg 3, D-48155 Münster | Tel.: 0251 91 599-400, Fax: 0251 91 599-401 | www.aesthetico.de, hautspezialist@aesthetico.de

Verantwortlich Gudrun Hams-Weinecke

Texte Ulrike Brandt, Juliane Hanschick, Mona Harkötter, Fabienne Leone, Nina Nowotsch, Marleen Pundt, Kimberly Stegemann, Silke Sonneborn, Anna Tersteeg

Grafik Dörte Heitbrink

Erscheinungsweise 1 x jährlich

### Kontakt bei Fragen und Anregungen

info@aesthetico.de

Wir freuen uns auf Ihr Feedback!

Ihr AESTHETICO-Team

# WOW – dieser Effekt!

## AESTHETICO active<sup>3</sup> peel concept

Ein einzigartiges Treatment aus der Dermatologie für die Kosmetik.

Trockene Haut, Akne, Rosacea, Anti-Aging oder Fältchen sind nur einige Hautbilder, die mit dem Peel-Konzept behandelt werden können.

Sprechen Sie Ihre Kosmetikerin darauf an!

