



HELLÖ – Der Fernbus gegen Fernweh.

HELLÖ EUROPA

JETZT BUCHEN!

ÖBB on the road.

helloe.com

*Rechtshinweis ▶

Ressort

Du befindest dich hier: Home > Beauty

Wie nur ein Sonnenbrand mein Gesicht für immer ruiniert hat

Ein einmaliger Sonnenbrand hat in meinem Gesicht dauerhaften Schaden hinterlassen: Melasma. Sonnenflecken. Was Experten als Behandlung empfehlen.

am 28.06.2016, 14:32



CHAOS IM BAUCH?

woman Markenjury

PROIBS



Merken

© Corbis



Chaos im Bauch?
PROIBS® bei Blähungen, Durchfall, Verstopfung und Bauchschmerzen durch Reizdarm-Syndrom



Naturfreund? Sylt ab 69€
Kilometer langer Sandstrand, ausgedehntes Wattenmeer und vieles mehr. Mit den ÖBB ab 69€.



Wohntraum in Schwechat.
Leisten Sie sich jetzt mehr Lebensgefühl. Wohnungen in allen Größen. Ab € 2.900,-/m².

twyn

PROIBS® ist ein diätetisches Lebensmittel zur Behandlung des Reizdarmyndroms.

Nicht verpassen



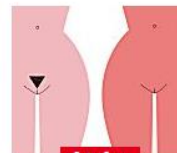
Liebe

Die gefährlichste Sex-Stellung der Welt



Liebe

Blow Job: So kommt er schneller!



Liebe

Die besten Schnitte für Damenschritte!



Society

Dieser neue Trailer zu "Bridget Jones..."

Bereust du etwas in deinem Leben? Ja. Mache ich. Ich wünschte, ich hätte in jungen Jahren geglaubt, was immer und immer wieder gepredigt wird: Verwende Sonnenschutz. Im Sommer. Im Winter. Jeden Morgen. Deine Haut wird es dir danken.

Empfohlen von

Farbpsychologie



Warnungen, die ich in den Wind geschlagen habe. Ich bin Team Grillhenderl, von der Sonne geküsst. Bereits nach einem warmen Tag im Bad bin ich braun, am Ende des Sommers sind meine Schultern fast schwarz. Eincremen? Bei meinem Hauttyp völlig überschätzt, ich bin gefeit vor Sonnenschäden, vor Sonnenbrand. So meine Fehleinschätzung über Jahre.

Und jetzt? Trage ich die Rechnung beinhart im Gesicht. Nur ein einziger Sonnenbrand, vermutlich in Kombination mit einer hormonellen Umstellung, hat genügt, um mir ein Mahnmal gegen unvorsichtigen Umgang mit der Sonne ins Gesicht zu malen. Ich habe Melasma. Sonnenflecken.

Melasma: Braune Flecken auf Stirn und Oberlippe

Das war vor drei Jahren. Seitdem habe ich jeden Sommer braune oder gräulich-blaue Flecken auf meiner Stirn, meiner Oberlippe, meinen Wangen (da kann ich sie mir noch als Sommersprossen schönreden). Im Winter verblassen die Flecken ein wenig. Aber ganz verschwinden sie nie. Quasi eine "Permanent-Maske", die meinen Teint fleckig wirken lässt.

Ihr wollt es sehen? Nun: Bitte sehr.



Welche Behandlungsmethoden gibt es gegen Melasma?

Ich habe mich bei führenden Dermatologen und Beauty-Experten erkundigt. Ihnen die Fotos meiner Hyperpigmentierung geschickt und die simple Frage gestellt: "Was würde Sie bei meinen Melasma als Behandlung empfehlen – und wie aussichtsreich ist es, dass die Flecken endgültig verschwinden?"

Die Antworten fielen unterschiedlich aus. Deshalb hier die Behandlungsmethoden der Experten im Überblick:

Pigmentflecken-Behandlung 1: Chemisches Peeling

Die Expertin: Dr. Sibylle Wichlas, Fachärztin für Dermatologie und Venerologie bei Juvenismed.at.

Empfohlene Behandlung: Eine Kombination aus Cremes, Kapseln (Sonnenschutz und Pigmentstabilisierung) und chemischen Peelings, eventuell auch Laserbehandlungen. Durchgeführt werden kann die Behandlung erst in der lichtarmen Jahreszeit, die Haut sollte nicht mehr gebräunt sein. Die mit Heimbehandlungen vorbereitete Haut wird mit Schäl-Lösungen behandelt. In der Folge peelt die Haut samt Hyperpigmentierung ab. Der fraktionierte Laser schießt viele kleine Mikrolöcher in die Haut, die im Rahmen des Heilungsprozesses durch neue Haut ersetzt werden.

Wie viele Sitzung benötigt man? Im Schnitt etwa vier bis sechs Sitzungen (Peeling und Laser).

Ist man nach der Sitzung wieder salonfähig? Die Haut schuppt in unterschiedlichem Ausmaß (2 bis 8 Tage) je nach Stärke der Peels ab. Bei der Laserbehandlung hält die Rötung der Haut, je nach Stärke der Behandlung, 2 bis 10 Tage an.

Welche Vor- und welche Nachbehandlung ist nötig? Vorbehandlung der Haut: Heimbehandlung mittels Cremes und Kapseln mindestens 3 bis 4 Wochen vor den Peelings und/oder Laserbehandlungen. Nachbehandlung der Haut: Ein paar Tage eine regenerierende Abendpflege nach dem Peeling und/oder der Laserbehandlung.

Was ist ein Melasma?

Zunächst ein bisschen Theorie, damit wir alle wissen, wovon die Rede ist: Das Pigment Melanin bestimmt die Augen-, Haar- und Hautfarbe eines Menschen. Bestimmte innere und äußere Faktoren, zum Beispiel Sonneneinwirkung, Genetik, hormonelle Veränderungen, Entzündungen und das Alter können die Melaninproduktion beeinflussen. Eine übermäßige Bildung von Melanin verursacht eine Hyperpigmentierung, bei der dunkle Flecken und eine ungleichmäßige Tönung der Haut auftreten. Die verminderte Bildung – die Hypopigmentierung – hat den gegenteiligen Effekt: In den betroffenen Stellen ist kein Melanin eingelagert.

Es gibt drei Arten: das epidermale Melasma, das dermale Melasma und die Mischform.

- **Epidermales Melasma:** betrifft die oberste Hautschicht, die Verfärbung ist braun und deutlich abgegrenzt.
- **Dermales Melasma:** betrifft tiefere Schichten in der Dermis, charakteristisch ist blaugraue Färbung.
- **Eine Mischform aus Beidem:** eine Kombination aus epidermalem und dermalem Melasma mit braungrauer Färbung. Da sich die Melaninpigmente beim dermalen Melasma und bei der Mischform in tieferen Hautschichten befinden, kann sich die Behandlung schwierig gestalten.

Wie entsteht die Hyperpigmentierung Melasma?

Dieses Hautbild tritt meist bei hormonellen Veränderungen auf, zum Beispiel durch eine Schwangerschaft, die Pille oder Hormonersatztherapie. Es können auch andere Faktoren eine Rolle spielen: Familiäre Veranlagung, Alter und bestimmte Epilepsiemedikamente. Der wichtigste und erschwerendste Auslöser bei der Entstehung eines Melasmas ist die UV-Strahlung.

Welche Behandlungsmethoden gibt es gegen Melasma?

Ich habe mich bei führenden Dermatologen und Beauty-Experten erkundigt. Ihnen die Fotos meiner Hyperpigmentierung geschickt und die simple Frage gestellt: "Was würde Sie bei meinen Melasma als Behandlung empfehlen – und wie aussichtsreich ist es, dass die Flecken endgültig verschwinden?"

Die Antworten fielen unterschiedlich aus. Deshalb hier die Behandlungsmethoden der Experten im Überblick:

Pigmentflecken-Behandlung 1: Chemisches Peeling

Die Expertin: Dr. Sibylle Wichlas, Fachärztin für Dermatologie und Venerologie bei Juvenismed.at.

Empfohlene Behandlung: Eine Kombination aus Cremes, Kapseln (Sonnenschutz und Pigmentstabilisierung) und chemischen Peelings, eventuell auch Laserbehandlungen. Durchgeführt werden kann die Behandlung erst in der lichtarmen Jahreszeit, die Haut sollte nicht mehr gebräunt sein. Die mit Heimbehandlungen vorbereitete Haut wird mit Schäl-Lösungen behandelt. In der Folge peelt die Haut samt Hyperpigmentierung ab. Der fraktionierte Laser schießt viele kleine Mikrolöcher in die Haut, die im Rahmen des Heilungsprozesses durch neue Haut ersetzt werden.

Wie beuge ich den Pigmentflecken vor?

Tja. Da sind wir bei dem Thema, an dem ich zu kiefeln habe, weil ich in diesem Punkt einfach ausgelassen habe. Vorbeugung!

- Trage den Sonnenschutz 20 Minuten vor einem Aufenthalt in der Sonne auf.
- Nimm eine Sonnencreme mit einem LSF von mindestens 30, besser noch 50 (keine Sorge – man wird trotzdem braun). Sonnenschutzmittel mit weiteren Inhaltsstoffen wie Zink pflegen die Haut zusätzlich.
- Du kannst auch versuchen, den Sonnenschutz „doppelt“ aufzutragen. Eine Sonnencreme mit LSF 15 unter einer Sonnencreme mit LSF 30 schützt die Haut sogar noch mehr.
- Wenn du ein Melasma hast: Schütze dein Gesicht mit einem breitkrempigen Sonnenhut vor direkter Sonneneinstrahlung, die die Pigmentierung nur noch vertieft.

Wie decke ich die Pigmentflecken ab?

Leider nur mit viel Mühe. Vor allem, wenn die Flecken großflächig und keine kleinen Spots sind. Das beste YouTube-Tutorial, das ich zu dem Thema gefunden habe, stammt von der ebenfalls mit Melasma gestrafften Bloggerin Ooobacht:

Pigmentflecken-Behandlung 1: Chemisches Peeling

Die Expertin: Dr. Sibylle Wichlas, Fachärztin für Dermatologie und Venerologie bei Juvenismed.at.

Empfohlene Behandlung: Eine Kombination aus Cremes, Kapseln (Sonnenschutz und Pigmentstabilisierung) und chemischen Peelings, eventuell auch Laserbehandlungen. Durchgeführt werden kann die Behandlung erst in der lichtarmen Jahreszeit, die Haut sollte nicht mehr gebräunt sein. Die mit Heimbehandlungen vorbereitete Haut wird mit Schäl-Lösungen behandelt. In der Folge peelt die Haut samt Hyperpigmentierung ab. Der fraktionierte Laser schießt viele kleine Mikrolöcher in die Haut, die im Rahmen des Heilungsprozesses durch neue Haut ersetzt werden.

Wie viele Sitzungen benötigt man? Im Schnitt etwa vier bis sechs Sitzungen (Peeling und Laser).

Ist man nach der Sitzung wieder salonfähig? Die Haut schuppt in unterschiedlichem Ausmaß (2 bis 8 Tage) je nach Stärke der Peels ab. Bei der Laserbehandlung hält die Rötung der Haut, je nach Stärke der Behandlung, 2 bis 10 Tage an.

Welche Vor- und welche Nachbehandlung ist nötig? Vorbehandlung der Haut: Heimbehandlung mittels Cremes und Kapseln mindestens 3 bis 4 Wochen vor den Peelings und/oder Laserbehandlungen. Nachbehandlung der Haut: Ein paar Tage eine regenerierende Abendpflege nach dem Peeling und/oder der Laserbehandlung.

Welche Risiken gibt es? Leichte Rötung kann auftreten. Nässende Stellen, Verkrustungen sind selten bzw. Vernarbungen sind extrem selten.

Wie hoch schätzen Sie den Behandlungserfolg ein? Der Erfolg hängt einerseits von der Lage des Pigments in der Haut ab. Tiefe Anteile werden oft nicht erreicht und bleiben sichtbar. Außerdem ist das Ergebnis von der konsequenten Anwendung der Heimtherapie abhängig. Durchschnittlich liegt der Behandlungserfolg bei ca. 50 – 80 % heller werden des Pigments. Mit weiteren Sitzungen und weitergeführter Heimbehandlung wird die Haut zunehmend noch blasser. Die kosmetischen Ergebnisse sind meist gut!

Wie hoch sind die Kosten?

- Peels ab 110,- Euro pro Sitzung
- Laser ab 240,- Euro pro Sitzung
- Cremes und Kapseln (Heimtherapie) ca. 100,- Euro pro Monat

Pigmentflecken-Behandlung 2: Plasma-Behandlung mit Mesotherapie

Die Experten: Dr. Thomas Aigner & Dr. Birgit Fürsinn von [Schönheit2Go](#).

Empfohlene Behandlung: Wir raten zu einer Plasma-Behandlung in Kombination mit Mesotherapie. Diese medizinischen Methoden können die Regenerationsfähigkeit der Haut beschleunigen und verbessern. Mit dieser Methode verschwinden Pigmentflecken zwar nicht gänzlich, aber können deutlich gemildert werden. Die PRP-Behandlung (Plättchenreiches Plasma), bei der Eigenplasma zum Einsatz kommt, wirkt auf die Haut wie eine Art Verjüngungskur. Damit eignet es sich für Anti-Aging als auch zur deutlichen Verbesserung des Hautbildes. Die im Plasma enthaltenen Wachstumsfaktoren stimulieren Bindegewebszellen, die Produktion von Kollagen und Elastin anregen und das gesamte Gewebe regenerieren. Dazu steigt die körpereigene Hyaluronproduktion. Beim Micro Needling wird die Regenerationsfähigkeit der Haut positiv genutzt, um die Spannkraft, Elastizität und die Feuchtigkeitsverteilung zu verbessern. Das gelingt durch den Derma-Roller, der viele minimale Einstiche herbeiführt und so die Zellregeneration anregt, die wiederum zu einer vermehrten Kollagen- und Bindegewebsbildung führt. Bei einer Kombination der Plasma-Behandlung und Micro Needling wird das Plasma mit Hilfe des Derma-Rollers in tiefere Hautschichten eingebracht. Dadurch erwirkt sich ein doppelter Effekt, ideal zur Verbesserung des Hautbildes und auch zur Reduzierung von Pigmentflecken.

Wie viele Sitzung benötigt man? Für ein optimales Ergebnis ist eine Behandlung alle sechs bis acht Wochen empfehlenswert.

Ist man nach der Sitzung wieder salonfähig? Direkt im Anschluss an die Behandlung kann man sofort in den Alltag zurück kehren. Nur das Auftragen von Make-up sollte man für 2 Stunden vermeiden.

Welche Vor- und welche Nachbehandlung ist nötig? Prinzipiell keine, aber es sollte immer ein ausreichender Sonnenschutzfaktor (50+) verwendet werden und der Aufenthalt in der direkten Sonne vermieden.

Welche Risiken gibt es? Da bei der Plasmabehandlung Eigenplasma verwendet wird, sind prinzipiell keine allergischen Reaktionen zu erwarten. Durch den Derma-Roller können nach der Behandlung Rötungen oder leichte Schwellungen auftreten. Diese sind temporär und verschwinden aber nach kurzer Zeit wieder.

Wie hoch schätzen Sie den Behandlungserfolg ein? Mit dieser Methode verschwinden Pigmentflecken zwar nicht gänzlich, aber können deutlich gemildert werden.

Wie hoch sind die Kosten?

- Gesicht pro Sitzung: 250,- Euro
- Dekollete pro Sitzung: 350,- Euro

Pigmentflecken-Behandlung 3: Microdermabrasion in Kombi mit Peelings, Blitzlicht und Skinpen

Die Expertinnen: Sonja Panagiotides, Dermato-Kosmetikerin und Dermatologin Dr. Elke Janig, [Kuzbari Zentrum](#).

Empfohlene Behandlung: Der erste Schritt der Therapie ist die Stabilisation der Pigmente. Diese kann von zu Hause aus durchgeführt werden und bildet die Basis für die nächsten Behandlungsschritte. Dabei werden abends medizinische Cremes aufgetragen, die schrittweise die Pigmente abbauen. Dies dauert etwa 3 - 4 Wochen. Dann beginnt die Therapie, am besten eine Kombination aus:

- **Microdermabrasion** : die Abrahymethode mit feinsten Baumharzkristallen, ist eine sanfte Behandlung, bei welcher die abgestorbenen Hautzellen sanft und schonend entfernt werden, ohne die Haut zu stark zu reizen.
- **Skinpen** : mit dieser neuen Microneedeling Methode wird nicht nur das Hautbild verfeinert, sondern es können auch medizinische Wirkstoffe zum Abbau von Pigmenten, in tiefer liegenden Hautschichten transportiert werden, um so noch besser ihre Wirkung zu entfalten.
- **TCA Peelings** : leichte chemische Peelings mit TCA Säure, tragen die obersten Hautschichten ab.
- **IPL Blitzlicht**: ganz zum Ende der Therapie führe ich eine IPL Blitzlicht Behandlung durch. Diese empfehle ich jedoch erst in den Herbst- bzw. Wintermonaten.

Wie viele Sitzung benötigt man? Für ein nachhaltiges Ergebnis empfehle ich 8 - 10 Sitzungen zu je 30 Minuten, über einen Zeitraum von 5 mindestens Monaten.

Ist man nach der Sitzung wieder salonfähig? Da die Behandlungen sehr sanft sind, ist man direkt danach wieder alltagstauglich.

Welche Vor- und welche Nachbehandlung ist nötig? Immer Sonnenschutz mit einem hohen Lichtschutzfaktor verwenden!! Mind. Spf 50!

Welche Risiken gibt es? Behandlungen welche die Haut zu stark reizen bergen ein Risiko die Pigmentstörung zu verschlimmern. Vor allem dann, wenn danach kein Sonnenschutz verwendet wird und die hormonelle Situation instabil ist – dann kann es sogar zur Verschlimmerung des Hautzustandes kommen.

Wie hoch schätzen Sie den Behandlungserfolg ein? Das ist vom Lebensstil der Patientin abhängig. Eine Pigmentstörung kann immer wieder kommen und ist meistens chronisch. Es ist jedoch ein rein kosmetisches Problem und keine Hauterkrankung. Mit einer Änderung des Lebensstils, der richtigen Pflege und sanften kosmetischen Behandlungen lässt sich diese gut in den Griff bekommen. Übrigens werden meist schon mit den Cremes so gute Erfolge erzielt, dass die teuren Peelings und Blitzlichttherapie gar nicht mehr nötig sind.

Wie hoch sind die Kosten?

- Pflegepaket für die Heimtherapie: 250,- Euro, reicht für etwa drei Monate.
- Die Behandlungskosten für eine vollständige Therapie (8 Sitzungen inklusive der Pflegeprodukte für die Heimtherapie) liegen bei 1800 Euro.

Themen: Sonnenschutz, Beauty OP



Wie denkt ihr über dieses Thema?



12



6



2



1



0

Downloaded by VECON