

Enthaarung ist Trend – Expertentipps rund um die Pflege danach



Dr. Marion Krakor ist Dermatologin mit eigener Praxis und Expertin für ästhetische Dermatologie.
www.hautarztpraxis-krakor.de

Nach dem langen Winter wollen blasse Arme und Beine an die Sonne. Doch was sich da an winterlichem Haar-Wildwuchs zeigt, ist manchmal nicht schön anzusehen. Das finden auch immer mehr deutsche Frauen und greifen zum Rasierer, Epiliergerät, zur Enthaarungscreme oder lassen die unerwünschten Härchen von Experten entfernen. Bereits mehr als 60 Prozent der deutschen Frauen enthaaren, an erster Stelle stehen dabei Achseln und Beine, wie eine Umfrage des Hautreports von 2011 zeigte. Damit die glatte Haut nicht mit Reizungen bezahlt werden muss, braucht sie eine beruhigende und milde Pflege. Die Dermatologin und Schönheitsexpertin Dr. med. Marion Krakor verriet dem HAUTREPORT die wichtigsten Tricks, um Rötungen und Irritationen zu vermeiden.

HAUTREPORT: Die Beine werden von jeder zweiten deutschen Frau enthaart. Nach Umfragen ist die bevorzugte Methode hier die Rasur. Was sollte dabei beachtet werden?

DR. KRAKOR: Wenn Trockenrasierer verwendet werden, sollte die Haut gut durchfeuchtet sein, da

es sonst leicht zu kleinen Verletzungen kommen kann. Am besten cremt man die Beine eine Stunde vorher mit einer Körperlotion ein, die viel Feuchtigkeit spendet und regeneriert. Geeignet sind hierfür Öl-in-Wasser-Emulsionen, also Lotionen, die leicht sind und keinen Fettfilm auf der Haut hinterlassen. Die Nassrasur ist sehr schonend, wenn ein Rasierschaum verwendet wird. Für die Pflege danach sind leichte Lotionen mit beruhigenden Inhaltsstoffen wie Provitamin B5 und Aloe vera zu empfehlen.

HAUTREPORT: Glatte Achseln gehören für die Mehrheit der Frauen zu einer gepflegten Erscheinung. Welche Methode ist hier am besten geeignet?

DR. KRAKOR: Für die Achselhaare ist die Nass- oder Trockenrasur am schnellsten und sehr schonend für die Haut. Da hier viele Schweißdrüsen sitzen, die sich entzünden können, kommen Epiliergeräte oder auch Enthaarungscremes nicht in Frage.

HAUTREPORT: Welche Deos werden von enthaarter, vor allem frisch enthaarter Haut gut vertragen?

DR. KRAKOR: Wenn direkt nach der Rasur ein Deo verwendet wird, sollte man auf reizende Inhaltsstoffe wie Alkohol und Konservierungsmittel ▶



frei® SENSITIVE BALANCE DeoRoller ist frei von Alkohol und Konservierungsmitteln und damit sehr mild und hautverträglich, auch nach der Rasur.



So geht's glatt – die schonendsten Methoden und beste Pflege zur sanften Enthaarung



Die Haut ist perfekt auf die Rasur vorbereitet, wenn sie eine Stunde vorher mit einer Körperlotion eingecremt wird.

verzichten. Deoroller werden im Allgemeinen gut vertragen und enthalten häufig zusätzlich hautpflegende Inhaltsstoffe.

HAUTREPORT: Gerade bei Enthaarung im Gesicht klagen viele über Irritationen bis hin zu Schwellungen im enthaarten Bereich. Wie kann man diese vermeiden?

DR. KRAKOR: Die Gesichtshaut reagiert natürlich besonders empfindlich auf alle Manipulationen, da hier viele Nervenbahnen und Schmerzrezeptoren vorhanden sind. Schmerzen und Schwellungen kann man schon durch Vorbeugung reduzieren, indem man zum Beispiel die zu enthaarende Stelle mit Eiswürfeln kühlt. Speziell bei der empfindlichen Region um die Augen ist es hilfreich, wenn danach Pflegeprodukte mit adstringierenden Wirkstoffen wie z. B. dem Grünen Tee in frei® HYDROLIPID BALANCE AugenCreme verwendet werden. Die Augencreme wird in kleinen Tupfen rund um das Auge aufgetra-

gen und mit dem Ringfinger sanft von innen nach außen eingeklopft.

HAUTREPORT: Gesichtsbehaarung an Oberlippe und Kinn ist bei Frauen oft besonders störend. Eine häufige Enthaarungsmethode ist hier das Epilieren mit Wachs. Was muss dabei beachtet werden?

DR. KRAKOR: Wenn man sich für die Wachsmethode entschieden hat, ist die Vorbereitung ebenfalls besonders wichtig. Die Haut muss vorher gründlich gereinigt und geklärt werden. Das Gesichtswasser darf bis zu 10 Prozent Alkohol enthalten, das reizt nicht, reduziert aber das Hautfett, sodass die Wachsstreifen besser haften. Die Streifen werden auf die betroffene Stelle aufgelegt, angedrückt und gegen die Wuchsrichtung der Haare rasch abgezogen. Danach lassen sich Wachsreste am besten mit ölhaltigen Reinigungstüchern oder mit einem Hautöl entfernen. Eine beruhigende Gesichtsmaske lindert anschließend Rötungen und Reizungen, sodass man schnell wieder gesellschaftsfähig ist. Als Beruhigungsmaske eignen sich Produkte mit Panthenol und Bisabolol, da sie viel Feuchtigkeit spenden und Rötungen zum Verschwinden bringen.

HAUTREPORT: Enthaarungscremes sind ebenfalls eine beliebte Methode, um schmerzlos und kostengünstig eine glatte Haut zu bekommen. Was ist dabei zu beachten?

DR. KRAKOR: Enthaarungscremes wirken schnell und schmerzlos. Der Wirkstoff ist meist Thioglykolsäure, die Haare werden an ihrem Ansatz aufgelöst und können dann mit der Creme zusammen entfernt werden. Inzwischen werden Enthaarungscremes besser vertragen als früher, sie können aber immer noch den pH-Wert der Haut verändern. Deshalb sollten Cremereste mit einer seifenfreien Duschcreme stets gründlich entfernt werden. Im Gesicht sollte man Enthaarungscremes nicht anwenden.

HAUTREPORT: Vielen Dank für das interessante Gespräch. ■

