

HAUT&HAAR

Das Magazin für Ihre Haut- und Haargesundheit



DUCRAY
LABORATOIRES DERMATOLOGIQUES

AUSGABE 01/2020

- **Winterzeit ist Stress für Haut und Haare – was tun?**
- Die Haut sanft beruhigen & pflegen – Tipps bei Ekzemen
- Antientzündliche Begleitpflege hilft bei Schuppenflechte

90 JAHRE DUCRAY
Das moderne
Spektrum wirksamer
Haut- & Haarpflege



Inhalt

TITELTHEMA

Winterzeit ist Stress für Haut und Haare – was tun?	04
------------------------------------------------------------	----

HAUTPFLEGE

Die Haut sanft beruhigen – Tipps bei Ekzemen	06
-----------------------------------------------------	----

Was verursacht Hautausschläge und Ekzeme?	07
-------------------------------------------	----

Vermeiden Sie Ekzeme – hilfreiche Tipps	08
-----------------------------------------	----

DEXYANE – Hilfe bei trockener, juckender Haut	09
-----------------------------------------------	----

SCHUPPEN

Antientzündliche Therapie hilft bei Schuppenflechte	10
------------------------------------------------------------	----

Trockene und fettige Schuppen – Ursachen und Entstehung	12
---------------------------------------------------------	----

KERTYOL P.S.O. – bei hartnäckigen Schuppen	13
--------------------------------------------	----

AKNE

Hautpflege bei Akne	14
----------------------------	----

Akne – Ursache und Verlauf	15
----------------------------	----

KERACNYL – Hautpflege bei jeder Akneform	16
------------------------------------------	----

ALLERGIE

Sanfte Haarpflege wehrt Pollen ab	17
------------------------------------------	----

Wie entstehen Allergien?	18
--------------------------	----

Cetirizin-ratiopharm® / DUCRAY SENSINOL	18
-----------------------------------------	----

Winterzeit ist Stress für Haut und Haare – was tun?

Die kalte Jahreszeit setzt Haut und Haaren in besonderer Weise zu: Kälte und Lufttrockenheit lassen die Haut austrocknen. Sie wirkt oft müde, manchmal gerötet, neigt zur Bildung von dünnen Schuppen und Falten und es kann zu Juckreiz kommen. Auch die Haare werden durch winterliche Trockenheit strapaziert: Sie verlieren ihren Glanz, neigen zu Spliss und die Spitzen brechen ab. Gefahren für Haut und Haare drohen nicht nur beim Spaziergehen im Freien, auch das Heizen der eigenen Wohnung führt zu trockener, die Haut belastender Raumluft.

Die Haut bedeckt fast unsere gesamte Körperoberfläche von beinahe 2 m², ist aber nur 1,5 mm bis 4 mm dick. Sie ist unser größtes Organ und schützt das Innere des menschlichen Körpers vor zahlreichen Umwelteinflüssen, die von Kälte, über Wärme, Licht, ultravioletter Strahlung und Schadstoffen bis zu Infektionserregern reichen. Außerdem ist die Haut ein raffiniert ausgebautes Sinnesorgan: Nervenendigungen in der Haut nehmen Berührungen, Druck, Schmerzen, Kälte und Wärme wahr. Zusätzlich spielt die Haut bei der Wärmeregulierung eine wichtige Rolle: Durch Bildung und Absonderung von Schweiß kann sie Körperwärme nach außen abgeben.

Schutzschild und Sinnesorgan

Um diese vielfältigen Aufgaben erfüllen zu können, setzt sich die menschliche Haut aus mehreren Schichten zusammen. In der Oberhaut befinden sich verhornende Zellen, die ständig neu gebildet werden. Dadurch entsteht die Hornhaut, die an Fußsohlen und Innenflächen der Hand besonders dick ist. In tieferen Hautschichten befinden sich kleinere Blutgefäße, Nervenendigungen, Muskelfasern, Talgdrüsen, Schweißdrüsen und Duftdrüsen. In noch tieferen Bereichen liegen die Haarwurzeln.

Als äußerer Schutzschild des Körpers ist die Haut in besonderer Weise dem Einfluss der Umwelt ausgesetzt. Im Winter sind das vor allem Kälte und Trockenheit. Beide Faktoren belasten die Haut und verstärken sich gegenseitig: Bei niedrigen Temperaturen wird der Haut vermehrt Feuchtigkeit entzogen und dieser Effekt nimmt bei hoher Lufttrockenheit weiter zu. Einen besonderen Winterstress für die Haut stellt auch der Wechsel zwischen warmen, aber trockenen Innenräumen und der Kälte im Freien dar. Darüber hinaus führt Kälte zur Verengung der Blutgefäße. Damit schützt sich der Körper zwar effektiv vor Wärmeverlust, gleichzeitig beeinträchtigt die verminderte Durchblutung aber die Versorgung der Haut mit Blut und Nährstoffen, d.h. die Haut kann der Austrocknung noch weniger entgegensetzen.

Rissig, sensibel und müde Haut

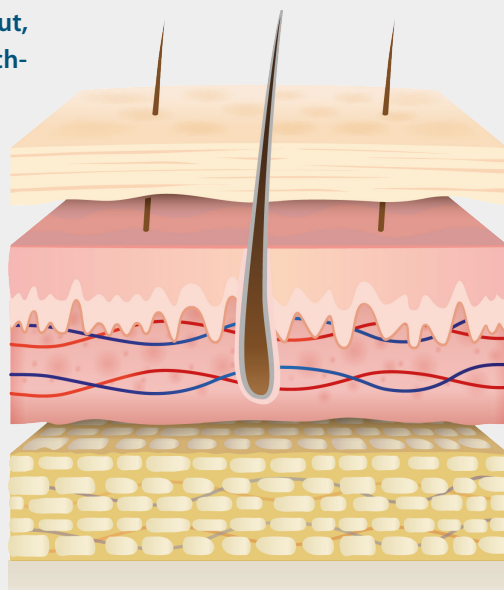
Es ist also kein Wunder, dass die Haut im Winter oft nicht den besten Eindruck macht. Trockene

Der Aufbau der Haut, des größten menschlichen Organs

OBERHAUT
EPIDERMIS

LEDERHAUT
(DERMIS)

UNTERHAUT
(SUBCUTIS)





Haut verliert ihre Frische, wirkt müde und gilt als weniger attraktiv. Wird nichts gegen die Austrocknung getan, kann es zu Rötungen oder Juckreiz kommen. Manchmal wird trockene Haut spröde, rissig und schmerzt oder es kommt zu Schuppungen. Außerdem ist sie sensibler als geschmeidige, volle Haut. Besonders der Juckreiz, aber auch Schmerzen und die fehlende Frische der Haut belasten viele Betroffene sehr.

Für eine gesunde Kopfhaut spielt die Talgbildung eine besondere Rolle. Ist die Talgbildung gestört, kann es zu Schuppenbildung und trockenen Stellen kommen. Häufig besteht ein unangenehmer Juckreiz, der zum Kratzen führt. Das Kratzen verursacht zusätzlich kleine Risse in der Kopfhaut, die die Austrocknung verstärken können. Hinzu kommen negative Effekte auf die Haare. Bei mangelhafter Talgbildung trocknet das Haar aus, wirkt matt und glanzlos und es neigt zu Spliss.

Trockener Haut vorbeugen

Im Winter sollten Sie in besonderer Weise auf empfindliche Körperbereiche wie Gesicht und Hände achten. Weil der Handrücken nur über wenige Talgdrüsen verfügt, ist dieser Bereich besonders austrocknungsgefährdet. Um die Hände zu schützen, sind Handschuhe hilfreich, beim Wintersport kann auch ein Gesichtsschutz sinnvoll sein. Da der Körper aufgrund der Kälte auch durch Atmung viel Wasser verliert und auszutrocknen droht, ist auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr von täglich mindestens 2 Litern, am besten Wasser oder ungesüßter Tee, zu achten.

Dadurch wird ein Austrocknen verhindert und der Haut kann genügend Feuchtigkeit zur Verfügung gestellt werden. Weitere wichtige Maßnahmen sind das regelmäßige Stoßlüften von Innenräumen, um der trockenen Heizungsluft entgegenzuwirken und das Befeuchten der Raumluft. Dieses Befeuchten kann man beispielsweise durch Luftbefeuchter mit Wasserdepots, die sich einfach vor die Heizung hängen lassen, oder mit Zimmerpflanzen erreichen.

Sanfte Pflege bei trockener Haut

Duschen oder baden in heißem Wasser tut der Winterhaut nicht gut. Besser ist es lauwarm zu baden und ein schonendes, mildes rückfettendes Duschprodukt zu verwenden. Nach dem Bad oder der Dusche ist das Eincremen mit einer feuchtigkeitsspendenden und pflegenden Creme, z.B. DEXYANE®, sehr empfehlenswert. Dadurch lässt sich die Barrierefunktion der Haut wiederherstellen.

Haare stärken, Spliss bekämpfen

Durch regelmäßige Haarkuren können Sie Ihr Haar gezielt stärken. Mit der Haarkur geben Sie dem Haar zusätzliche Feuchtigkeit und eventuell fehlende Mineralstoffe werden geliefert. Dadurch wird der Haarbruch bekämpft. Besonders empfehlenswert sind Haarkuren, die Lecithin enthalten (wie z. B. NUTRICERAT NUTRITIV Shampoo/Haarmaske), da diese hervorragend gegen zu trockenes Haar wirken und außerdem den pH-Wert der Kopfhaut regulieren.



Nach dem Bad oder der Dusche ist das Eincremen mit einer feuchtigkeitsspendenden Creme sehr empfehlenswert.

Die Haut sanft beruhigen – Tipps bei Ekzemen

Der Winter setzt die Haut unter besonderen Stress. Trockene Luft und Kälte fördern die Austrocknung der Haut, außerdem sinkt bei niedrigeren Temperaturen die Talgproduktion. Viele Menschen leiden unter trockener, rissiger Haut, die zu Juckreiz, Entzündungen und Ekzemen neigen kann. Doch selbst im Winter stellt trockene Haut kein unabwendbares Schicksal dar. Richtige Pflege führt auch in der kalten Jahreszeit zu einer ausgeglichenen, gesunden Haut.



Gestresste Winterhaut ist nicht nur trocken, auch die Hautbarriere ist gestört. Aufgrund der unzureichenden Talgproduktion ist der schützende Fettfilm der Haut beeinträchtigt und die Verdunstung von Hautfeuchtigkeit nimmt zu. Die Austrocknung verstärkt sich weiter, es kommt zu Rissen und Krankheitserreger können leicht in die Haut eindringen. Die Folge sind Rötungen, Ekzeme, Schmerzen und quälender Juckreiz.

Schutz vor Austrocknung

Eine sanfte Pflege der Winterhaut sollte deshalb vor allem diese beiden Defizite ausgleichen: Am besten lässt sich der Austrocknung entgegenwirken, wenn die Haut im Winter mit Lipiden und zusätzlicher Feuchtigkeit verwöhnt wird. Die dringend benötigte Feuchtigkeit lässt sich deshalb der Haut am besten mit fetthaltigen Pflegemitteln zuführen, die dazu beitragen, dass die Feuchtigkeit in der Haut gebunden bleibt. Solche Cremes oder Reinigungsöle können die im Winter reduzierte Talgbildung ausgleichen und den schützenden Fettfilm der Haut reparieren. Diese dünne Fettschicht auf der Haut, die sich aus Talg und Schweiß bildet, verhindert das Verdunsten von Flüssigkeit und ist der beste Schutz vor Austrocknung.

Der Wiederaufbau des schützenden Fettfilms der Haut lässt sich beispielsweise mit Pflegemitteln, die pflanzliche Öle wie z.B. Distelöl enthalten, effektiv fördern. Dadurch können trockene Hautbereiche geschmeidig gemacht werden. Zusätzlich sollten Pflegemittel die Wiederherstellung der Hautbarriere unterstützen. Dazu eignen sich

HAUTPFLEGE

Inhaltsstoffe wie z. B. Hydroxydecin®. Weiterhin ist es wichtig, die gestresste Winterhaut zu beruhigen, was mit Beta-Glycyrrhetinsäure möglich ist. Solche Inhaltsstoffe sind zum Beispiel in den Pflegeprodukten der DEXYANE-Serie enthalten. Neigt Ihre Haut zu Ekzemen, kommt die schmerzlindernde und reparierende Creme DEXYANE MeD infrage. Die feuchtigkeitsspendende Creme ist ein kortisonfreies Medizinprodukt, das Ihre Haut schützt und wie ein atmungsaktives Pflaster wirkt.



DEXYANE MeD reduziert Juckreiz, wirkt entzündungshemmend und begrenzt das Wiederauftreten von Ekzempläsionen¹⁾.

Gesichtspflege

Die richtige winterliche Gesichtspflege beginnt mit dem abendlichen Abschminken. Alkoholhaltige Abschminkprodukte sollten Sie im Winter meiden, da Alkohol die Austrocknung der Haut verstärkt. Basis der Gesichtspflege ist das regelmäßige Eincremen mit einem rückfettenden Balsam mit viel Feuchtigkeit wie z. B. DEXYANE feuchtigkeitsspendender Balsam.

Skifahren

Eine ganz besondere Herausforderung stellt der Wintersport dar. Nicht nur die Kälte strapaziert das Gesicht, auch die erhöhte ultraviolette Strahlung setzt der Haut zu und kann schnell einen Sonnenbrand auslösen. Der Schnee reflektiert neben dem Licht auch die ultraviolette Strahlung. Dadurch ist es bei winterlichem Sonnenschein nicht nur extrem hell, sondern auch die Belastung durch UV-Strahlung steigt so sehr, dass sie für Augen und Haut eine Gefahr darstellt. Vor diesen Gefahren sollten Sie sich schützen: Neben der regelmäßigen Anwendung einer rückfettenden Creme mit einem Sonnenschutzfaktor von mindestens 30 für das Gesicht, sollten Sie auch an die Pflege von Lippen und Ohren denken, um mit frischer, gesunder Haut Ski fahren zu können.



Eine ganz besondere Herausforderung für die Haut stellt der Wintersport dar.

(1) Rossi te al. Efficacy and Tolerability of a Medical Device Repairing Emollient Creme Associated with a Tropical Corticosteroid in Adults with Atopic Dermatitis. Dermatol Ther (Heidelb.) 01.2019.

Was verursacht Hautausschläge und Ekzeme?

Die Haut reagiert auf die unterschiedlichsten Einflüsse mit Ekzemen und Hautausschlägen. Dies können erste Anzeichen einer Allergie sein. Schuppende, rötliche, oft stark juckende Ekzeme sind in vielen Fällen die Folge von Neurodermitis, Hautaustrocknung und unzureichenden Gegenmaßnahmen.

Trockene Haut sollte immer ernst genommen werden. Sie ist zwar für sich genommen noch keine krankhafte Veränderung, macht die Haut aber empfindlicher und anfälliger für Erkrankungen. Gerade im Winter, wenn die Haut oft sehr stark austrocknet, ist deshalb eine sorgfältige Hautpflege erforderlich. Besonders gefährdet sind Personen mit Neurodermitis. Die trockene Heizungsluft erhöht den Stress der ohnehin belasteten Haut dieser Personen. Gleichzeitig senkt die Winterkälte die Aktivität der Talgdrüsen der Haut, sodass die bei Neurodermitis-Patienten bereits reduzierte Talgproduktion weiter abfällt. In der Folge nimmt die Dicke des Fettfilms auf der Haut ab, wodurch die Abgabe von Feuchtigkeit zunimmt und die Haut noch trockener und rissiger wird. Temperaturschwankungen

zwischen kalter Außen- und warmer Innenluft belasten den Fettfilm der Haut weiter, er kann regelrecht reißen. Die Haut ist dann der weiteren Austrocknung schutzlos ausgeliefert.

Entzündungen bei trockener Haut

Häufig bleibt es nicht bei trockener Haut. Trockene, raue Haut neigt zur Bildung von Rissen, die die Barrierefunktion der Haut beeinträchtigen. An diesen Stellen schützt die Haut den Körper nicht mehr vor Krankheitserregern. Als erstes leidet die Haut selbst unter dem fehlenden Schutz: Bakterien und Pilze dringen in die unteren Hautschichten ein. Reagiert das Immunsystem auf die Eindringlinge, kommt es zu Entzündungsreaktionen, die Folge ist ein Ekzem.

SO VERMEIDEN SIE EKZEME – HILFREICHE TIPPS

- Pflegen Sie Ihre Haut im Winter sorgfältig und regelmäßig. Dadurch lässt sich die Austrocknung reduzieren und die Bildung von Rissen vermeiden. Sie stellen damit sicher, dass die Haut ihre Barrierefunktion gegen Krankheitserreger weiter ausüben kann.
- Zu häufiges Waschen schadet der Haut. Das kann den Fettfilm schädigen und die Widerstandskraft gegen Austrocknung reduzieren. Zum Waschen sollten Sie daher milde Produkte verwenden, die der Haut Fett und Feuchtigkeit wieder zurückgeben. Außerdem sollten Sie lauwarm statt mit heißem Wasser duschen.
- Sorgen Sie für eine ausreichende Luftfeuchtigkeit in Ihrer Wohnung. Heizungen führen zu trockener Luft, dagegen können Zimmerpflanzen oder eine Schüssel Wasser auf der Heizung zusätzliche Feuchtigkeit bereitstellen.

- Der reduzierten Talgproduktion der Haut sollten Sie mit gezielter Hautpflege entgegenwirken.
- Hände und Gesicht sind dem Winterstress in besonderer Weise ausgesetzt. Schal und Handschuhe schützen teilweise diese empfindlichen Körperbereiche.
- Eine gute Hautpflege von Gesicht und Händen mit feuchtigkeitsspendenden Cremes, die vor Austrocknung schützen, ist sehr wichtig.



DEXYANE – Hilfe bei trockener, juckender Haut

Die DEXYANE-Produktfamilie entwickelte DUCRAY speziell für Personen mit sehr trockener, zu Juckreiz, Neurodermitis und/oder Ekzemen (Kontaktekzem, chronisches Handekzem, Neurodermitis und Augenlidekzem) neigender Haut. DEXYANE ist exklusiv in Apotheken erhältlich.

Bei Juckreiz und trockener Haut

DEXYANE Anti-Juckreiz-Creme und Balsam spenden der Haut Feuchtigkeit und schützen sie effektiv vor Austrocknung. Die intensive Feuchtigkeit wirkt der Austrocknung der Haut entgegen und der quälende Juckreiz nimmt ab. Reichhaltiges Distelöl hilft den schützenden Hydrolipidfilm der Haut wieder aufzubauen, Hydroxydecin® stellt die Hautbarriere wieder her. Beta-Glycyrrhetinsäure beruhigt die Haut.

DEXYANE feuchtigkeitsspendende Creme und Balsam sind bei Erwachsenen und Kindern ab der Geburt anwendbar und können 1-mal täglich auf den trockenen Hautstellen von Gesicht und Körper angewendet werden. Auf offenen Läsionen sollten

DEXYANE Anti-Juckreiz-Creme und Balsam nicht angewendet werden. DEXYANE feuchtigkeitsspendende Creme und Balsam enthalten keine Duftstoffe.

Bei Ekzemen

DEXYANE MeD, eine Kombination aus Hydroxydecin®, Glycerin und Süßholzwurzel, wird für die Hautpflege bei atopischem Ekzem (Neurodermitis), Kontaktekzem, chronischem Handekzem und Augenlidekzem empfohlen. Hydroxydecin® regt die Bildung von Feuchtigkeitsfaktoren an, die die Barrierefunktion der Haut unterstützen, während Glycerin diese Feuchtigkeit in den oberen Hautschichten bindet. Hinzu kommt die beruhigende und entzündungshemmende Wirkung von Süßholzwurzel.

HAUTPFLEGE

Darüber hinaus reduziert das schmerzlindernde, reparierende DEXYANE MeD den Juckreiz.

Mit DEXYANE MeD lassen sich Ekzempläsionen behandeln, reparieren und ihr Wiederauftreten begrenzen. Die ultra-feuchtigkeitsspendende Textur garantiert den Schutz der Haut und wirkt wie ein atmungsaktives Pflaster. Schon bei dreitägiger Anwendung in Verbindung mit topischen Kortikosteroiden können sich die klinischen Anzeichen von Ekzemen erheblich verbessern.

DEXYANE MeD wird als Creme für Gesicht und Körper und als DEXYANE MeD AUGENLIDCREME speziell für die Augenlider angeboten. Bei beiden DEXYANE MeD Cremes handelt es sich um kortisonfreie Medizinprodukte, die ab einem Alter von 3 Monaten angewendet werden dürfen.

Zur langfristigen Pflege

DEXYANE schützendes Reinigungsgel eignet sich für die tägliche Reinigung sehr trockener oder zu Neurodermitis neigender Haut von Gesicht und Körper. Öle werden von Hautärzten in besonderer Weise für die Pflege empfohlen. Das sehr gut

verträgliche, seifenfreie Öl reinigt sanft, schützt vor Hauttrockenheit und erhält die Balance der Hautflora. Die Anwendung kann in allen Altersklassen ab der Geburt (Babys, Kinder und Erwachsene) erfolgen.

Das schützende Reinigungsgel sollte 1 x täglich auf die feuchte Haut aufgetragen, aufgeschäumt und danach gut abgespült werden.



Antientzündliche Begleitpflege hilft bei Schuppenflechte

Bei Schuppenflechte (Psoriasis) ist die Kopfhaut häufig in besonderer Weise betroffen. Die meist scharf begrenzten Bereiche der Erkrankung sind entzündlich gerötet, jucken häufig sehr unangenehm und neigen zu starker Schuppenbildung. Da die Haut im Winter zu Austrocknung und Bildung von Rissen neigt, bereitet die kalte Jahreszeit Menschen mit Psoriasis besondere Probleme.



Die Schuppenflechte gehört zu den häufigsten Hautkrankheiten. Es wird geschätzt, dass etwa zwei Millionen Deutsche davon betroffen sind. Die Krankheit verursacht nicht nur Schuppen und Juckreiz, sondern geht häufig auch mit Schmerzen und psychischen Beeinträchtigungen einher. Wenn gut sichtbare Körperbereiche befallen sind oder die starke Schuppenbildung nicht mehr zu übersehen ist, drohen Stigmatisierungen mit erheblichen Beeinträchtigungen von Lebensqualität und Selbstwertgefühl.

Immunsystem gestört

Als Ursache der Schuppenflechte gelten Störungen des Immunsystems, das nicht mehr richtig zwischen eigenem und fremdem Gewebe unterscheiden kann. In der Folge greift das Immunsystem auch das eigene Gewebe an und

es kommt zu Entzündungsreaktionen. Während sich die Oberhaut von gesunden Menschen im Laufe etwa eines Monats durch Neubildung von Hautzellen und Abstoßen der gealterten verhornten Zellen regelmäßig erneuert, verläuft dieser Prozess bei Psoriasis, viel schneller, ja geradezu überstürzt: Die Haut benötigt für einen Erneuerungszyklus nur noch maximal eine Woche. Wegen der beschleunigten Zellbildung entstehen vermehrt silbrig glänzende Schuppen. Hinzu kommen Rötungen der darunterliegenden Haut, was auf eine verstärkte Durchblutung als Folge des starken Wachstums der Hautzellen beruht. Kopfhaut, Knie aber auch Ellenbogen, Hände und Füße sind besonders häufig von der Schuppenflechte betroffen. Unter dem Haar sind die Psoriasis-Herde zwar meist gut verdeckt und deshalb bei vielen Betroffenen nicht sichtbar. Allerdings kann auch die Haargrenze, z. B. auf der Stirn oder an den Seiten betroffen sein. Bei Ausdehnung der Herde können an den Haarrändern störende panzerartige Krusten sichtbar werden. Hinzu kommt der oft sehr stark störende Juckreiz, der die Betroffenen zum Kratzen animiert, was wiederum weitere Schädigungen der Kopfhaut, wie z. B. Risswunden, nach sich ziehen kann. Schuppenflechte-Patienten sollten sich in jedem Fall bei einem Hautarzt vorstellen. Der Arzt führt in der Regel eine umfangreiche Untersuchung durch und prüft, ob außer der Haut auch andere Bereiche wie z. B. Nägel oder Gelenke betroffen sind. Anschließend erfolgt die Aufstellung eines detaillierten Therapieplans, der sich am Schweregrad der Psoriasis orientiert. Weitere Hautarztbesuche sind bei Krankheitsschüben, fehlenden

SCHUPPEN

Verbesserungen trotz längerer Bemühungen oder unklaren Symptomen dringend empfehlenswert.

Haar nicht unmittelbar betroffen

Die Schuppenflechte ist keine direkte Erkrankung der Haare, sodass die Kopfbehaarung zumindest in den Anfangsstadien nicht beeinträchtigt ist. Bei sehr starkem Befall der Kopfhaut ist aber auch ein Haarausfall möglich. Der Haarverlust ist glücklicherweise meist vorübergehend, das Kopfhaar erholt sich in der Regel wieder. Bei schweren Formen wie z. B. der pustulösen Schuppenflechte kann der Haarverlust jedoch dauerhaft sein. Das passiert aber nur selten.

Einen Vorteil hat der Haarausfall jedoch: Die Behandlung ist etwas leichter als auf einem dicht behaarten Kopf, da sich lokale Wirkstoffe besser auf der Haut ausbringen lassen.

Allerdings kann das Haar bei länger bestehender Erkrankung mit der Zeit dünner und brüchiger werden. Dicke, nicht abgelöste Schuppenschichten beeinträchtigen die Haare in besonderer Weise. Haare aus diesen Bereichen neigen dazu, schneller auszufallen oder abzubrechen.

Pflege und Behandlung

Die Therapie der Schuppenflechte strebt an, die Entzündungsreaktion der Haut abzumildern und die verstärkte Bildung von Schuppen zu verhindern. Hierfür eignen sich Produkte, die schuppenlösende Inhaltsstoffe wie z. B. Salicylsäure oder Glykolsäure enthalten. Diese Behandlung kann durch rückfettende Pflegemittel unterstützt werden. Die Lipide verhindern ein zu starkes Austrocknen der Haut. Das sollte auch erfolgen, wenn nur wenige oder keine Symptome vorliegen, da sich damit das erneute Auftreten von Symptomen hinauszögern lassen kann.

Die Haut bedarf bei Schuppenflechte einer sorgfältigen Pflege. Dabei sollte heißes Duschen vermieden werden. Um ein Austrocknen der Haut zu verhindern, sollte das Duschen nur kurz und lauwarm erfolgen und die Haut mit beruhigenden und feuchtigkeitsspendenden Mitteln gereinigt werden. Nach der Dusche ist es empfehlenswert, die Haut trocken abzutupfen und jegliches Reiben und Rubbeln zu vermeiden.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, die trockene Haut mit medizinischen Ölbädern, die z. B. Sojaöl oder Polidocanol enthalten, zu behandeln. Die Rückfettung macht die Haut gegenüber mecha-

nischen Reizen und Wetter resistenter. Dadurch lässt sich der Hautzustand allgemein – auch außerhalb der Schuppenflechtebereiche – deutlich verbessern.

Kopfhaut

Eine besondere Herausforderung stellen die Haarpflege und die Behandlung der Kopfhaut dar. Grundsätzlich sollten zunächst milde, wenig entfettende Shampoos verwendet werden. Bei stärkerer Schuppung sind zusätzlich Anti-Schuppen-Shampoos, die Salicylsäure enthalten, empfehlenswert. Salicylsäure löst Hornhautzellen von ihrem Untergrund ab, sodass sich festsitzende Schuppen lösen und entfernen lassen.

Ein geeignetes Produkt ist zum Beispiel KERTYOL® P.S.O. Kur-Shampoo. Die Aktivstoffe Vederine®, Ichtzol und Salicylsäure lösen die Schuppen schnell und reduzieren die Plaques. Zusätzlich wirkt Celastrol® entzündungshemmend und hilft den Juckreiz zu lindern. In der Folge gehen Juckreiz und Rötungen schnell zurück. Für Feuchtigkeit von Kopfhaut und Haar sorgt Glycerin.



Die Therapie der Schuppenflechte strebt an, die Entzündungsreaktion der Haut abzumildern.



Trockene und fettige Schuppen – Ursachen und Entstehung

Die kontinuierliche Erneuerung der oberen Hautschicht ist ein ganz normaler Prozess. Ständig stößt die Haut Hornzellen ab. Solange sich diese Zellen einzeln oder als Verbund weniger Zellen absondern, wird dieser Vorgang überhaupt nicht bemerkt.

Erst Ansammlungen von 500 und mehr abgestorbenen Hornhautzellen werden als Schuppen wahrgenommen. Zu dieser sichtbaren Schuppenbildung kommt es nur, wenn Störungen des normalen Aufbaus der Oberhaut vorliegen. In der Regel ist dann die Vermehrung der Hornhautzellen beschleunigt und ihre folgende Weiterentwicklung gestört. Schuppenbildung ist häufig von einem unangenehmen Juckreiz begleitet.

Gute Pflege hilft

Fast jeder Mensch ist in seinem Leben mindestens einmal mit Schuppen konfrontiert – bei vielen entwickeln sie sich aber auch regelmäßig. Schuppen sind in vielen Fällen harmlos und

lassen sich mit geeigneten Hautpflegemitteln beseitigen. Ursächlich können zum Beispiel einfache Entzündungen der Haut, wie sie bei einem Sonnenbrand vorliegen, oder kleinere Verletzungen, Hormonschwankungen, Wechseljahre, Kontaktallergien, falsche Haarpflege sowie Wetter sein. Erbliche Veranlagungen können ebenfalls eine Rolle spielen. Da psychische Belastungen den Stoffwechsel der Hirnhaut beeinflussen können, gilt auch Stress als Ursache von Schuppenbildung. Zusätzlich gibt es einige Hauterkrankungen wie die Schuppenflechte (Psoriasis), das atopische Ekzem (Neurodermitis) oder die seborrhoische Dermatitis, bei denen die Bildung von Schuppen erheblich verstärkt ist.



Trockene Schuppen

Bei trockener Kopfhaut, trockener Heizungsluft im Winter, Föhnen, Aufenthalt in heißen, trockenen Gegenden oder der Anwendung austrocknender Shampoos können sich trockene Schuppen bilden. Es handelt sich in der Regel um feine weiße bis gräuliche, rieselnde Schuppen, die zu leichtem bismäßigem Juckreiz führen. Solche Schuppen finden sich auch bei der Schuppenflechte (Psoriasis).

Fettige Schuppen

Fettige, gelbe Schuppen bilden sich bei vermehrter Talgproduktion. Das Risiko für diese Art von Schuppen steigt bei hoher Luftfeuchtigkeit. Die fetten Schuppen sind größer als trockene Schuppen und kleben wegen ihrer öligen Konsistenz oft hartnäckig an der Kopfhaut. Die erhöhte Talgproduktion kann das Wachstum bestimmter, an sich harmloser Pilze fördern, die dann Entzündungen und Juckreiz verursachen.

KERTYOL P.S.O. – bei hartnäckiger Schuppung - Psoriasis

Kertyol P.S.O. bietet eine komplette Pflegelinie für Haut und Kopfhaut – ein Shampoo, ein Konzentrat, ein rückfettendes Reinigungsgel und ein Feuchtigkeitsbalsam. Kertyol P.S.O. wurde speziell für die Anwendung bei hartnäckigen Schuppungen entwickelt.

Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass das Wiederauftreten trockener und hartnäckiger Schuppungen durch tägliche Pflege der Haut begrenzt werden kann. Alle 4 KERTYOL®

P.S.O.-Produkte können in Kombination als Erhaltungspflege nach medizinischen Behandlungen angewendet werden.

KERTYOL P.S.O. Kur-Shampoo zur Behandlung von festhaftenden Schuppen hilft Plaques mit relativ dicken Hautschuppen auf der Kopfhaut zu beseitigen und die Rötung, sowie den Juckreiz zu reduzieren. Die neue Reformulierung bestehend aus Vederine®, Ichtyol und Salicylsäure, löst schnell

SCHUPPEN

die Schuppen und reduziert die Plaques. Celastrol® wirkt entzündungshemmend. KERTYOL P.S.O. Kur-Shampoo bringt Ihre Kopfhaut wieder in ihr Gleichgewicht. Juckreiz und Rötungen werden anhaltend gelindert. Zusätzlich spendet Glycerin dem Haar und der Kopfhaut Feuchtigkeit. Die milde Waschgrundlage enthält keine Parabene, reinigt Ihre Kopfhaut ausgesprochen sanft und verleiht Ihrem Haar schnell wieder Vitalität und Glanz. Das Shampoo ist für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren geeignet.

KERTYOL P.S.O. Konzentrat bei Psoriasis eignet sich für die Anwendung bei hartnäckig schuppender Kopfhaut sowie in lokal begrenzten schuppenden Bereichen des Körpers wie Ellbogen und Knie. Die Reformulierung des Konzentrats, bestehend aus Celastrol®, Vederine®, Ichtyol, Glykolsäure, Polidocanol und Glycerin, reduziert Plaques, beseitigt Schuppen, reguliert die Schuppung, beruhigt Rötungen und spendet intensiv Feuchtigkeit. Das Konzentrat ist für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren geeignet.

KERTYOL P.S.O. Rückfettendes Reinigungsgel (NEUHEIT) reinigt sanft, beruhigt die Haut und schützt sie vor Austrocknung. Das seifenfreie Reinigungsgel für Gesicht und Körper eignet sich für die tägliche Anwendung: bei Erwachsenen und

Jugendlichen ab 12 Jahren. Aktivstoffe sind Celastrol®, Vederine®, Lactamide und Glycerin.

KERTYOL P.S.O Feuchtigkeitsbalsam (NEUHEIT) ist eine ergänzende Basispflege bei trockenen, hartnäckigen Plaques für Erwachsene und Jugendliche ab einem Alter von 12 Jahren. Der Balsam versorgt die Haut mit Feuchtigkeit, Glycerin beruhigt sie. Celastrol® und Polidocanol® mildern den Juckreiz und lindern Rötungen. Ein weiterer Aktivstoff ist Vederine®.

KERTYOL P.S.O. – die Rundum-Pflege
bei Schuppenflechte und Psoriasis.



Hautpflege bei Akne

Die richtige Hautpflege spielt bei jeder Akneform eine wichtige Rolle. Kosmetische Maßnahmen allein reichen aber nur bei leichten Formen aus, bei ausgeprägter Akne sind Pflegemaßnahmen jedoch immer die unentbehrliche Basis für eine erfolgreiche medikamentöse Behandlung.



Empfehlenswert sind sehr milde pH-neutrale parfümfreie Seifen oder Waschlotionen.

Entstehung von Akne

Jede Pflegemaßnahme ist mit der Arzneimittel-Behandlung abzustimmen. Deshalb sollte auch die Hautpflege mit dem Hautarzt besprochen werden.

Nicht zu aggressiv

Wichtig ist die Verwendung von Pflegemitteln, die an die spezifischen Erfordernisse der Aknehaut angepasst sind. Beim Waschen sollten deshalb aggressive Substanzen, die die natürliche Bakterienflora auf der Haut angreifen, vermieden werden. Die Anwendung solcher Waschmittel kann die Akne verschlimmern. Zu häufiges und zu aggressives Waschen überstrapaziert zudem die Haut und kann die Bildung weiterer Pickel zur Folge haben. Schädlich sind zum Beispiel Produkte mit einem hohen Alkoholgehalt. Empfehlenswert sind sehr milde pH-neutrale parfümfreie Seifen oder Waschlotionen. Damit sollte die Haut zweimal täglich gewaschen werden. Nach der Reinigung mit Wasser sollte die Haut mit einer milden, wasserbasierten Feuchtigkeitscreme gepflegt werden. Die Mitesser sollten möglichst nicht selbst ausgedrückt, sondern von einer erfahrenen Medizinkosmetikerin behandelt werden.

Fett verstopft die Poren

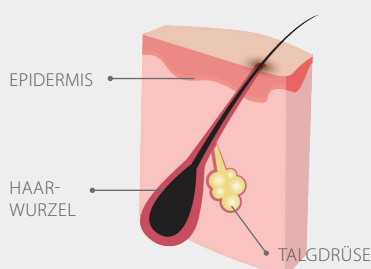
Fettige Cremes sollten Aknepatienten meiden, da solche Cremes die Poren verstopfen können. Als Make-up und Sonnenschutzmittel sollten ebenfalls fettfreie Produkte gewählt werden.

KERACNYL – der Problemlöser bei allen Arten von Akne

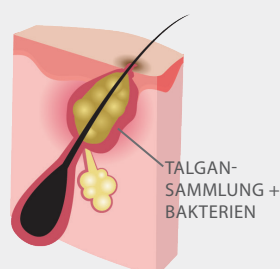
Sehr empfehlenswert ist es, Reinigungs- und Pflegemittel aus einer bewährten Linie eines Herstellers zu verwenden. Diese Produkte sind in der Regel aufeinander abgestimmt und ergänzen sich. Dafür kommt zum Beispiel die KERACNYL-Pflegeserie von DUCRAY infrage. Basis der KERACNYL-Produkte ist der Aktivstoff Myrtacin®. Myrtacin® wird aus der mediterranen Myrte gewonnen, hilft nachweislich der Haut, sich gegen Bakterien zu wehren. Es zerstört den Schutzfilm der Aknebakterien, hemmt seine Neubildung und optimiert die Akne-Behandlung.

KERACNYL gibt es als Waschgel, Creme und Pflege-Lösung bei entzündeten Pickeln und Akne-Narben, als feuchtigkeitsspende Creme und Lippenbalsam zur therapiebegleitenden Pflege bei schwerer Akne und als Serum bei Spätakne.

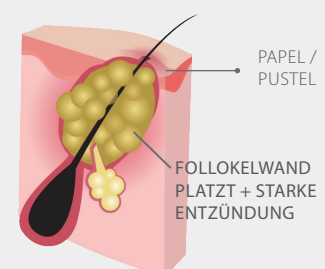
Gesunde Talgdrüse



Verschluss der Hautpore



Sichtbare Entzündung





Akne – Ursache und Verlauf

Die Akne, eine der häufigsten Hauterkrankungen, betrifft die allermeisten jungen Menschen. Bei etwa jedem 10. Betroffenen bleibt sie auch über die Pubertät hinaus bestehen. Eine weitere Form ist die Spätakne: Sie betrifft etwa jede vierte Frau im Alter zwischen 25 und 45 Jahren.

Akne ist eine chronische Erkrankung der Haut, die von einem Hautanhangsgebilde, dem Talgdrüsenfollikel (Haar + Talgdrüse), ausgeht. Die Talgdrüse produziert Talg, eine Mischung verschiedener Fette, die die Haut vor schädlichen äußeren Einflüssen schützen und ihre Geschmeidigkeit sicherstellen soll. Als Folge hormoneller Veränderungen während der Pubertät vergrößern sich die Talgdrüsen und produzieren zu fetten und zu dicken Talg. Zusätzlich bildet die Haut vermehrt Hornmaterial, das die Ausgänge der Talgdrüsen verstopfen kann. Die verstopften Talgdrüsen sind die Grundlage für die typischen Akne-Hautveränderungen, die Mitesser. Bei den Mitessern lassen sich offene und geschlossene unterscheiden. Offene Mitesser sind durch einen schwarzen Punkt gekennzeichnet. Dabei handelt es sich jedoch nicht um Schmutz, sondern um Melanin, das von pigmentbildenden Zellen stammt. Mögliche Auslöser der Akne sind neben hormonellen Veränderungen auch Stress, psychische Belastungen, Kosmetika, Medikamente, Rauchen und/oder die Ernährung.

Entzündungsreaktionen

Die übermäßige Talgproduktion fördert das Wachstum der Aknebakterien. Diese Bakterien gehören zwar zur normalen Hautflora, bei starker Vermehrung in den Ausgängen der

Talgdrüsen, sind sie jedoch in der Lage, der Haut zu schaden. Sie verursachen dann Entzündungen, die als Mitesser, Pusteln, Papeln und Knötchen äußerlich sichtbar werden.

Ausbreitung und Verlauf

Akne entwickelt sich vor allem in Hautregionen mit vielen Talgdrüsen. Dazu zählen zum Beispiel das Gesicht, die Oberarme, der Nacken, der Hals sowie Brust und Rücken.

Aknebakterien sind raffiniert. Sie bilden einen Biofilm, der ein Ungleichgewicht zugunsten Akne auslösender Bakterienstämme ausbildet, die die Pickelbildung begünstigen und auch die Behandlung erschweren. Denn der Biofilm schützt die Bakterien vor der Wirkung von Antibiotika und ermöglicht es ihnen, sich darunter ungestört zu vermehren.

Behandlung

Mit dem pflanzlichen Aktivstoff Myrtacin® aus der mediterranen Myrte lässt sich dieser Schutzwall zerstören und gleichzeitig auch seine Neubildung verhindern. Dadurch wird es den Aknebakterien erschwert, sich zu vermehren. Ihre Aktivität nimmt in der Folge ab, Entzündungen werden gemildert, die Talgproduktion gesenkt und somit das Auftreten von Pickeln und Hautunreinheiten gebremst.



Der hartnäckige und zähe Inhalt von Mitessern lässt sich durch Peelingsubstanzen, Reinigungsmittel oder mit Hilfe verschreibungspflichtiger Medikamente lösen. Vom Selbstausdrücken geschlossener Mitesser wird abgeraten, sie können sich dabei entzünden oder vernarben. Diese Behandlung sollten spezialisierte Medizinkosmetiker vornehmen.

Bei ausgeprägter Akne reichen kosmetische Maßnahmen allein nicht mehr aus. In diesen Fällen sollte unbedingt ein Hautarzt konsultiert werden, um eine genaue Diagnose zu stellen und, falls erforderlich, eine spezifische Therapie mit verschreibungspflichtigen Medikamenten (z. B. Antibiotika gegen Entzündungen oder Vitamin-A-Säure-Präparate gegen die Verhornung der Talgdrüsengänge) einzuleiten.

KERACNYL – Hautpflege bei jeder Akneform

Mit der Pflegeserie KERACNYL optimiert DUCRAY die Hautpflege bei Akne und unterstützt die Wiederherstellung einer glatten Haut. Der innovative KERACNYL-Aktivstoff Myrtacin® zerstört den Schutzmantel der Akne-Bakterien, hemmt dessen Neubildung und erschwert Akne-Bakterien die Ausbreitung in den Talgdrüsen.

KERACNYL Waschgel ist eine hochverträgliche und sanfte Reinigung bei allen Arten von Akne, vom Mitesser bis zum entzündeten Pickel. Es kann allein oder in Kombination mit medizinischen Akne-Behandlungen verwendet werden.

KERACNYL CONTROL Creme reduziert Pickel und Mitesser mit lang anhaltender Wirkung. Die Creme reinigt verstopfte Poren sanft und reduziert übermäßigen Talg. Gleichzeitig gibt sie der Haut Feuchtigkeit und sorgt für einen ebenmäßigen, glatten Teint. KERACNYL CONTROL eignet sich perfekt als Make-up-Grundlage.

KERACNYL PP hilft, entzündete Pickel zu reduzieren. Die Creme spendet bis zu sechs Stunden lang zusätzliche Feuchtigkeit und beugt der Akne-Narbenbildung vor. KERACNYL PP kann alleine oder in Kombination mit äußerlich anzuwendenden medizinischen Akne-Produkten, wie z. B. antibiotikahaltigen Salben, benutzt werden.

KERANYL REPAIR ist die ideale feuchtigkeitsspendende Creme für ausgetrocknete, gereizte Haut bei medikamentöser Aknebehandlung. Die REPAIR-Pflege-Produkte sind bei Isotretinoin-Behandlungen besonders effektiv, da es hier häufig zu trockener Haut kommt. Die Creme spendet 48 Stunden lang intensiv Feuchtigkeit, repariert die Hautbarriere und schützt die Haut vor erneuter Bakterienbesiedlung. In der sterilen Verpa-

ckung bleibt die Pflege während der gesamten Gebrauchsdauer steril und geschützt. Die Creme enthält keine Konservierungsstoffe.

KERACNYL REPAIR Lippenbalsam ist für die reparierende Pflege für aufgesprungene und rissige Lippen während/nach medikamentöser Aknebehandlung geeignet. Der Balsam versorgt ausgetrocknete Lippen lange mit intensiver Feuchtigkeit, repariert offene Hautstellen und stellt die Hautbarriere wieder her.

KERACNYL Serum ist die geeignete Pflege mit 3-in-1-Effekt bei Spät-Akne von Frauen. Das Serum reduziert Pickel, Pickelmale und Falten. Gleichzeitig ist es eine gute Make-up-Grundlage, die der Haut Feuchtigkeit zuführt, schnell einzieht und angenehm duftet.



Optimale Hautpflege bei Akne mit **KERACNYL**:
Myrtacin® zerstört den Schutzmantel der Akne-Bakterien.

Sanfte Haarpflege wehrt Pollen ab

Schon der erste Pollenflug bedeutet für viele Allergiker eine Qual: Laufende Nase, tränende Augen und Nießattacken verderben den Frühling. Doch Vorsicht: Nicht nur im Freien auert Gefahr. Pollen setzen sich in Kleidung und Haaren fest und gelangen auf diese Weise in die vermeintlich sichere eigene Wohnung, lösen Allergien aus und verursachen unangenehmen Juckreiz.



Juckreiz verhindert Einschlafen

Besonders nachts ist ein juckender Kopf sehr lästig. Viele Allergie-Patienten haben deshalb Schwierigkeiten beim Einschlafen. Der pollenbedingte Juckreiz ist sehr unangenehm und kann sich auch auf Nase, Gesicht und Augen ausbreiten. Diese häusliche Pollenbelästigung können Sie

mit einer täglichen sanften Haarpflege, z. B. mit DUCRAY SENSINOL Shampoo, effektiv vermeiden. Dieses Shampoo entspricht dem natürlichen pH-Wert der Kopfhaut. Es entfernt die Pollen, der SENSINOL-Aktivstoff Polidocanol entspannt die Kopfhaut, lindert schnell und effektiv den Juckreiz und beruhigt Kribbeln und Rötungen.



Wie entstehen Allergien?

Allergie-Ursache sind häufig Pollen von Gräsern, Kräutern und Bäumen. Einige Menschen reagieren auf diese Substanzen überempfindlich. Die Pollensaison beginnt im Februar, sobald die ersten Pflanzen aktiv werden, die Haupt-Pollen-Saison erstreckt sich von April bis August.

Überreaktionen gegenüber bestimmten Substanzen entwickeln manche Menschen im Laufe ihres Lebens. Meistens handelt es sich um Pflanzenpollen, es gibt aber auch Allergien gegen Hausstaubmilben oder bestimmte Tierhaare, z. B. Katzen- oder Hundehaare.

Sensibilisierung kann vor Krankheiten schützen

Beim ersten Kontakt mit einem Allergen reagieren alle Menschen äußerlich überhaupt nicht und zeigen keinerlei Anzeichen einer Erkrankung. Aber unbemerkt im Hintergrund arbeitet das körpereigene Immunsystem. Es erkennt die Substanzen und klassifiziert sie als gefährlich oder ungefährlich. Wird die Substanz als gefährlich eingestuft, wappnet sich das Immunsystem für einen erneuten Kontakt mit dem Allergen. Es produziert Gedächtniszellen und spezifische Antikörper, um bei einem weiteren Kontakt mit dieser Substanz schneller reagieren zu können. Ärzte sprechen von Sensibilisierung. Die Sensibilisierung dient dazu, Krankheitserreger schnell und effektiv abzuwehren. Das Immunsystem schützt vor gefährlichen Krankheiten, indem es bei Zweitkontakt schneller reagiert und die Erreger rasch eliminiert. Dieses Prinzip wird sich auch bei Impfungen zunutze gemacht. Reagiert das Immunsystem jedoch in der derselben Art und Weise auf an und für sich völlig harmlose Stoffe, denen wir ständig im Alltag begegnen, kann die Immunreaktion selbst Krankheiten verursachen.

Allergische Reaktion

Wenn überempfindliche Menschen (Allergiker) während der Pollensaison ins Freie gehen, atmen sie die in der Luft enthal-



tenen Pflanzenpollen ein. Die Pollen gelangen in Nase und Rachen und kommen über die Luft auch mit Augen und Haaren in direkten Kontakt. Damit gelangen die Pollen auf die Schleimhäute und lösen bei einigen Menschen heftige Reaktionen aus. Die speziellen Pollen, die das Immunsystem als fälschlicherweise Allergene einstuft, werden von spezialisierten Antikörpern auf den Mastzellen erkannt und gebunden. Als Reaktion auf die Allergene setzen die Mastzellen unmittelbar massiv Histamin frei (allergische Sofortreaktion). Innerhalb von Sekunden bindet sich das Histamin an Schleimhaut und Tränendrüse und löst dort heftige Beschwerden aus. Es kommt zu Tränenfluss, laufender Nase, Rötung und Niesen. Besonders unangenehm ist der Juckreiz, der ebenfalls eine Folge der Histaminfreisetzung ist. Histamin ist einer der stärksten Auslöser von Juckreiz.

Cetirizin-ratiopharm®

Cetirizin-ratiopharm® bei Allergien enthält Cetirizin, ein bewährtes Antihistaminikum, das zur Linderung von Nasen- und Augensymptomen bei allergischer Rhinitis (Heuschnupfen) eingesetzt wird. Cetirizin blockiert bestimmte Rezeptoren (Histamin-Rezeptoren), die bei Allergien eine wichtige Rolle spielen, und verhindert so die Bindung von Histamin an diese Rezeptoren. Dadurch werden die Heuschnupfensymptome reduziert. Schleimbildung, Rötung, Tränenfluss, Niesen und Juckreiz nehmen spürbar ab.

Die Einnahme von täglich einer Tablette (10 mg) Cetirizin-ratiopharm® bei Allergien führt in der Regel rasch zu einer merk-

lichen Verbesserung der Heuschnupfen-Symptome. Cetirizin wird im Dünndarm innerhalb von einer Stunde aufgenommen. Die Wirkung hält etwa 24 Stunden an. Sie sollten deshalb Cetirizin-ratiopharm® bei Allergien etwa eine Stunde vor dem Verlassen des Hauses einnehmen, um sich vor allergischen Reaktionen auf Pollenflug zu schützen. Cetirizin ist in der Regel gut verträglich und beeinflusst das Zentralnervensystem kaum. Trotzdem ist es nicht ganz ausgeschlossen, dass Cetirizin bei Ihnen zu Müdigkeit führt. Cetirizin wird über die Nieren ausgeschieden – das sollten Menschen mit Nierenerkrankungen beachten.



IMPRESSUM

Herausgeber: Pierre Fabre Dermo-Kosmetik GmbH, Jechtinger Str. 13, 79111 Freiburg
Konzept und Text: .awp Healthcare Marketing, Annostraße 86, 50678 Köln
Art Director: Tobias Becker
Chefredakteurin (V.i.S.d.P.): Dr. Stefanie Haefele

Bildnachweis: Titel: Josep Suria/shutterstock.com; S 5: Antonio Guillem/shutterstock.com, Valua Vitaly/shutterstock.com; S 6: NinaMalyna/shutterstock.com;
S 7/S 10: Image Point Fr/shutterstock.com, goodluz/shutterstock.com; S 8/S 12: ESB Professional/shutterstock.com; S 9: brizmaker/shutterstock.com;
S 11: Anatolev/shutterstock.com, MRAORAOR/shutterstock.com; S 13: Rido/shutterstock.com; S 14: Maridav/shutterstock.com; S 15: Romariolen/shutterstock.com;
S 16: New Africa/shutterstock.com; S 17: twinstterphoto/istockphoto.com, Elizaveta Galitckaia/shutterstock.com; S 18: mkrberlin/istockphoto.com

Ein medizinischer Informationsdienst von:

PIERRE FABRE DERMO-KOSMETIK GmbH

Postfach 6769 · 79043 Freiburg

Tel: 07 61 / 4 52 61 0 · Fax: 0761/ 4 52 61 677

www.pierre-fabre.de

Gebührenfreie Kunden-Hotline: 0800/ 70 50 600

