

PFLEGE

Adieu AUGENRINGE



FOTO MARIA ORIOVA/PEELS

Müdes und erschöpftes Aussehen trotz ausreichend Schlaf?
Jetzt ist endlich Schluss mit **dunklen Augenschatten!**

TEXT KATRIN JUSKO

Gängige Standardtipps, wie ein gesunder Lifestyle, helfen den Wenigsten dabei, lästige Augenringe loszuwerden. Einen völlig anderen Ansatz empfiehlt Sarah White. Die Hautpflegeexpertin und Gründerin der Marke iluqua verrät im Interview ihre Tipps gegen Augenringe.

Warum stören Augenringe eigentlich so sehr?

Die Betroffenen wirken einfach immer ungewollt müde und erschöpft, und das trotz ausreichend Schlaf. Augenschatten lassen das gesamte Gesicht unerholt und älter wirken, das hat natürlich Auswirkungen auf das Selbstbewusstsein. Kaschieren ist auch schwierig, weil die Schatten selbst mit gutem Concealer immer etwas durchschimmern. 80 Prozent aller Männer und Frauen haben Augenringe. Sie sind also weit verbreitet. Viele, mit denen ich spreche, wünschen sich eine Aufhellung der dunklen Verfärbungen.

Warum helfen die üblichen Tipps, wie Schlaf und Bewegung, nicht?

Wenn man nach Tipps gegen Augenringe sucht, kommen immer die Standardempfehlungen: ausreichend Schlaf, ausgewogene Ernährung und viel frische Luft. Jetzt ist es aber so: Was gut für Körper und Gesundheit ist, zeigt leider kaum Wirkung bei hartnäckigen Schatten. Würden diese Tipps wirklich helfen, hätten nur noch wenige Personen Augenringe, denn diese Empfehlungen sind der breiten Bevölkerung ja durchaus bekannt. Nach meiner Erfahrung bringen diese Maßnahmen höchstens bei temporären Augenringen Verbesserung. Wenn Augenringe vorhanden sind, obwohl Krankheiten und Mängel ausgeschlossen wurden und der Lebensstil ausgewogen ist, dann ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass der Betroffene genetische Augenringe hat. Die Neigung zu Augenringen ist nämlich häufig ererbt und nicht durch den Lebensstil erworben.

Wie können Augenringe reduziert werden?

Um Augenringe gezielt aufzuhellen, müssen die unterschiedlichen Ursachen beachtet werden. Denn was kaum bekannt ist: Augenringe sind nicht gleich Augenringe. Es gibt unterschiedliche Formen mit komplett anderen Auslösern. Unterschieden werden können Augenringe anhand ihrer Färbung, vereinfacht gesagt in blaue und braune Augenringe. Diese Bezeichnungen lassen auch schon vermuten: die Farbe der Schatten am Lid gibt Rückschlüsse auf die Ursache. Braune Augenringe entstehen durch eine Überpigmentierung, blaue Augenringe durch schwache Blutgefäße. Blaue Augenringe kommen deutlich häufiger vor als braune Augenringe.

Wie lassen sich blaue Augenringe erkennen und warum entstehen sie?

Erkennbar sind sie ganz leicht. Bei blauen Augenringen schimmert das Unterlid bläulich, lila oder rötlich. Die Verfärbung verläuft meist direkt in der Tränenrinne. Bei dieser Art von Augenringen spielen Blutgefäße eine entscheidende Rolle. Unsere Augenpartie wird von unzähligen feinsten Kapillaren versorgt. Sind diese durchlässig, zum Beispiel bei Allergien, können Blutbestandteile austreten, darunter der rote Blutfarbstoff Hämoglobin. Dieser lagert sich im Gewebe ab und oxidiert mit seinen farbigen Abbauprodukten wie Eisen, Bilirubin und Biliverdin. So wird die eigentliche Verfärbung sichtbar.

Man kann sich das wie bei einem blauen Fleck vorstellen, auch dort wird Hämoglobin freigesetzt. Beim Abbau des Flecks verändert sich dann nach und nach die Farbe von Rot über Blau, Grün, Braun und Gelb – je nachdem, welche Reste an Blutfarbstoffen noch im Gewebe vorliegen. Bei Augenringen werden diese farbigen Abbauprodukte nicht vollständig abgebaut, sondern häufen sich an. Ein weiterer Grund für blaue Augenringe ist die sehr dünne Haut der Augenpartie. Sie lässt die Verfärbungen und Gefäße noch stärker durchschimmern.



ILUQUA – DARK CIRCLE TREATMENT

Kostbare, hochkonzentrierte Wirkstoffe werden in diesem Komplettsset mit stimulierenden Technologien wie Ultraschall- und Iontophorese vereint. Die 8-wöchige Intensivbehandlung hellt Verfärbungen dunkler Augenschatten sichtbar auf und verleiht der Augenpartie ein frisches Strahlen.

Und braune Augenringe?

Braune Augenringe zeigen eine bräunliche oder gelblich Verfärbung, teilweise auch ins Schwarze gehend. Hier ist hin und wieder sogar das gesamte Oberlid von der Verfärbung betroffen, man spricht dann von einem „Panda-Look“. Die Gründe sind aber ganz andere als bei blauen Augenringen. Die braune Verfärbung entsteht durch eine Pigmentstörung: es wird am Lid zu viel Hautpigment (Melanin) gebildet. Grund dafür ist die dünnere und empfindlichere Haut der Augenpartie, übermäßige UV-Strahlung oder phototoxische Reaktionen auf Duftstoffe in Kosmetika.

Wie können Augenringe aufgehellt werden?

Eben weil beide Formen unterschiedliche Auslöser haben, sollten sie auch unterschiedlich behandelt werden. Bei braunen Augenringen empfehle ich dringend einen UV-Schutz in Form eines Sonnenschutzprodukts mit hohem UVA- und UVB-Filter. Da UV-Strahlung auch im Winter, bei wolkeigem Himmel oder hinter Glas vorhanden ist, sollte der Lichtschutz ganzjährig und täglich verwendet werden. Zusätzlich hilft ein Whitening-Produkt dabei, das übermäßige Hautpigment Melanin abzubauen. Meine Favoriten sind Wirkstoffe wie hochkonzentriertes Vitamin C (besonders 3-O-Ethyl Ascorbic Acid), Azelainsäure oder Süßholzwurzel-Extrakt. Für die Behandlung brauner Verfärbungen benötigt man allerdings viel Geduld, eine erste Aufhellung ist frühestens nach drei Monaten zu erkennen.

Der Fokus bei blauen Augenringen ist einerseits die Stärkung der Gefäße, damit sich weniger Farbstoffe absetzen können. Mäusedorn-Extrakt ist da sehr hilfreich und wird auch bei Venenleiden zur Gefäßunterstützung genutzt. Andererseits müssen auch bereits abgelagerte Stoffe gelöst werden.

Dafür gibt es spezielle Peptide. Um die dünne und durchscheinende Haut zu stärken, eignet sich Retinol (Vitamin A). Es sollte in niedrigen Konzentrationen genutzt werden, da die Augenpartie sehr empfindlich ist. Mit den genannten Wirkstoffen habe ich übrigens ein Spezialprodukt entwickelt – Dark Circle Treatment. Neben einem hochkonzentrierten Serum wird hier Ultraschall und Iontophorese eingesetzt, um die Wirkung zu erhöhen. Diese Technologien kennt man sonst nur von professionellen Instituten, das Set ist aber explizit für die Selbstbehandlung in den eigenen vier Wänden geeignet.

Hast du noch weitere Tipps für uns?


Augenringe kommen oft in Verbindung mit geschwellenen Lidern vor, die Augenpartie wirkt dann „puffy“ und aufgedunsen. Ein Zeichen dafür ist, wenn die Schatten morgens stärker wirken als am Abend. Denn die Schwellungen entstehen über Nacht und bauen sich im Laufe des Tages nach und nach ab. Die Schwellung verstärkt optisch den Schattenwurf, die Augenringe erscheinen dann besonders dunkel. Kurzfristig baut eine Lymphdrainage oder leichte Massage der Augenpartie die übermäßige Flüssigkeit an der Augenpartie ab. Langfristig hilft es, die Ursache für die Wassereinlagerungen herauszufinden: Die Schlafposition, zu viel Salz in der Nahrung, hormonelle Schwankungen, Unverträglichkeiten, Allergien oder Schilddrüsenprobleme sind ein paar Möglichkeiten. — **like it**



SARAH WHITE

Hautpflegeexpertin

Trainerin für die internationale Kosmetikbranche und angehende Ärztin. Sie ist Gründerin der Hautpflegemarke iluqua und gibt auf ihrer Website iluqua.com Tipps für strahlend schöne Haut, Wirkstoffe und die richtige Pflege.

 www.iluqua.com