

# Glatt in den Sommer

## Unterschiede der Haarentfernung

Haare an Körperstellen, an denen sie nicht wachsen sollen, empfinden viele als unästhetisch und störend. Eine haarlose Haut gilt als jeher als ein erstrebenswertes Schönheitsideal. Produkte wie Kaltwachsstreifen, Warmwachs oder Lasergeräte für zu Hause sollen Abhilfe schaffen. IPL-Lasergeräte für den Heimgebrauch liegen dabei voll im Trend. Doch worauf muss man achten? Stimmt es, dass man nur bei heller Haut lasern soll und es nur bei dunklen Haaren funktioniert? Im MMM Mai räumen wir mit Enthaarungsmythen auf und klären wie man mit Kaltwachsstreifen eine perfekte Dienstleistung auch im Geschäft anbieten kann.

### HAARENTFERNUNGSMETHODEN

#### Die Rasur

Am schnellsten geht die Haarentfernung mit der Rasur. Viele greifen bereits unter der Dusche zum Rasierer – denn das ist praktisch und spart Zeit. Wichtigste Voraussetzung: Ein guter Rasierer mit scharfen Klingen. Nur so ist die Haut später auch glatt und „stoppelfrei“. Außerdem sollten Rasierschaum oder ein gut schäumendes Duschgel immer griffbereit sein, damit die Rasierklinge mühelos über die Haut gleiten kann und die Haut nicht verletzt wird. Kleiner Wermutstropfen: Das Ergebnis ist nur von kurzer Dauer, denn rasierte Haare wachsen schnell wieder nach. Eine Nachrasur ist daher alle paar Tage erforderlich.

#### Das Epilieren

Länger hält das Ergebnis mit einem elektrischen Epiliergerät, das die Härchen samt der Wurzel durch Spiralbewegungen auszupft. Fährt man damit über die Haut, zieht das Epiliergerät wie eine Pinzette selbst kleinste Härchen heraus. Das ist zwar ein wenig schmerzhaft, aber das Ergebnis hält bis zu drei Wochen. Tipp: Damit das Gerät seine Arbeit optimal verrichten kann und alle Härchen erreicht, sollte die Haut vor der Anwendung gut gereinigt, entfettet und trocken sein. Die Haare sollten je nach Gerät eine Länge zwischen 0,5 und 5 mm haben.

#### Das Waxing

Länger Freude an glatter Haut verspricht auch die Anwendung von Wachspräparaten. Da auch hier die Haare mit der Wurzel entfernt werden, kann die Haut zwischen 3 und 6 Wochen glatt bleiben. Hierfür die Haut zunächst sorgfältig reinigen und gut abtrocknen – ein Peeling ein oder zwei Tage vorher verbessert das Ergebnis zusätzlich. Bei Kaltwachsstreifen werden diese – je nach Herstellerangabe – kurz zwischen den Handflächen durch Reiben erwärmt, auf der gewünschten Körperpartie in Haarwuchsrichtung glatt gestrichen und entgegen der Wuchsrichtung abgezogen. Tipp: Wenn möglich, die Haut straff halten und mit einem schnell Ruck den Streifen abziehen. Bei flüssigem Wachs ist ganz ähnlich zu verfahren: Hier wird das Wachs im Behälter erwärmt und dann mit einem Spatel noch warm auf die Haut aufgetragen – Vorsicht, dass das Wachs nicht zu heiß ist. Danach das erkaltete Wachs flach gegen die Haarwuchsrichtung abziehen. Unter den Achseln muss man leider mehrmals ran: Da die Härchen an dieser Stelle in verschiedene Richtungen wachsen, müssen das Wachs oder die Wachsstreifen dementsprechend in verschiedene Richtungen abgezogen werden.

## Das Sugaring (Zuckerpaste)

Eine Mischung aus Zucker/ Honig, Wassere und Zitronensaft wird verwendet, um die Haare sanft zu entfernen. Sugaring ist besonders für empfindliche Haut geeignet, da die Paste nur an den Haaren, nicht an der Haut haftet.

Die Paste wird, anders als beim Waxing, gegen die Wuchsrichtung aufgetragen und mit der Haarwuchsrichtung, mittels einer schnellen Handbewegung, abgezogen. Die Vorteile: der Schmerz ist dadurch wesentlich geringer als beim Waxing, es brechen weniger Haare ab, dadurch gibt es weniger Probleme mit eingewachsenen Haaren. Die Haut wird weniger gereizt, somit ist diese Variante wesentlich schonender. Die Haare wachsen, bei regelmäßiger Anwendung, weicher, heller und immer weniger nach.

## Die Depilation – chemische Haarentfernung

Depilatorien sind Enthaarungsmittel, die Körperhaare auf chemischem Wege beseitigen. Sie werden als Cremes, Gels oder Schäume angeboten. Hierzu das Produkt auf die zu enthaarende Körperpartie aufgetragen und die Einwirkzeit beachten – denn diese richtet sich nach der Haarbeschaffenheit: Eine erfolgreiche Wirkung erkennt man daran, dass sich die Haare kräuseln. Sie werden dann mit einem Spatel oder Wattebausch von der Haut entfernt und anschließend mit lauwarmem Wasser restlos abgespült.

## Die IPL- und Laser- Haarentfernung

Moderne Haarentfernungstechniken wie Elektroepilation, IPL und Laser-Haarentfernung haben die Art und Weise, wie wir unerwünschte Haare behandeln, revolutioniert. Diese Methoden bieten länger anhaltende Ergebnisse und sind besonders effektiv für diejenigen, die eine dauerhafte Lösung suchen.

IPL steht für „Intense Pulsed Light“, auch als „intensiv gepulstes Licht“ bezeichnet. Diese Haarentfernungsmethode nutzt breitbandiges Licht mit verschiedenen Wellenlängen. Die Laser-Methode nutzt hingegen konzentrierte Lichtstrahlen (Laser), um Haarfollikel zu zerstören und das Wachstum neuer Haare zu verhindern.

Je nach den spezifischen Merkmalen und der Klasse des verwendeten Lasers können unterschiedliche Vorschriften gelten. Hochenergetische Laser unterliegen strengeren Regulierungen und dürfen nur in einer medizinischen Praxis angewendet werden. Die Behandlungen erfordern mehrere Sitzungen, bieten aber langfristige Ergebnisse. Zu den Vorteilen gehören die Präzision und Effizienz, besonders bei großen Flächen wie Beinen oder Rücken.



## IPL LASER IN DER HEIMANWENDUNG

Mithilfe eines IPL-Geräts können Sie Ihre Haare dauerhaft entfernen. Dabei arbeitet ein IPL-Haarentfernungsgerät mit Lichtimpulsen. Während der Behandlung wird das Licht in Wärme umgewandelt. Dadurch wird die Haarwurzel zerstört. Anwendbar ist ein IPL-Haarentferner auf verschiedenen Körperbereichen. Beispielweise können Sie hiermit Ihre Beine, Ihre Arme, Ihre Achselhöhlen und Ihren Rücken enthaaren. Häufig können Sie das Gerät sogar zur Haarentfernung der Bikinizonen und zur Gesichtshaarentfernung verwenden.

Die IPL-Haarentfernung ist mit vielen Vorteilen verbunden: Zum Beispiel ermöglicht ein IPL-Gerät die dauerhafte Haarentfernung. Hinzu kommt, dass die IPL-Behandlung beinahe schmerzfrei ist.

### ANWENDUNG

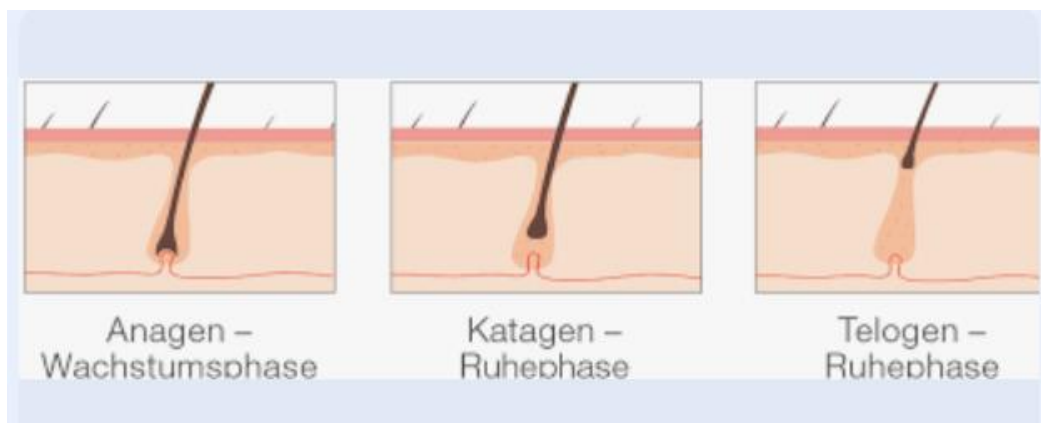
- Kurz vorher: Vor der Behandlung sollte die zu behandelnde Hautpartie rasiert werden. Am Einsatztag liegt die Rasur bestenfalls maximal 24 Stunden zurück. Am besten in den Abendstunden lasern. Dann kann sich die Haut über Nacht erholen.
- Gereizte, stark sonnengebräunte Haut sollte nicht behandelt werden. Ebenso Tabu ist tätowierte Haut.
- Vor und zwischen den Behandlungen mit dem IPL-Gerät dürfen die Haare nicht per Epilierer oder Wachs entfernt werden. Auch Enthaarungscremes meiden. Nach 3-4 Tagen ist aber rasieren wieder okay.
- Um die Augen vor der hohen Lichtintensität zu schützen, stets eine passende Lichtschutzbrille zu tragen.
- Bitte verzichten Sie innerhalb der ersten 24 Stunden nach der Behandlung auf Saunieren und lassen Sie auch kein Chlorwasser an Ihre Haut. Ebenso tabu sind Sonnenbäder und Solarium.

Nachsorgeprodukte: kühlende Spray, beruhigende Cremes helfen der Haut, schneller zu regenerieren. Empfehlen sie immer entsprechende Produkte.

**IMMER AUSREICHEND SONNENSCHUTZ TRAGEN!**

### WIE OFT IPL ZU HAUSE

Der Haarwachstum durchläuft in seinem Lebenszyklus verschiedene Phasen. In der Wachstumsphase, in der sich die meisten Haare befinden, ist die Haarwurzel am stärksten ausgebildet. Sie stellt in dieser Phase ein optimales Ziel für IPL da. Des Weiteren sollten die Haare in ihrer Ruhephase nicht behandelt werden.



Da sich aber nicht alle Haare gleichzeitig in dieser Phase befinden, müssen immer mehrere Sitzungen zur dauerhaften Haarentfernung durchgeführt werden, um eine erfolgreiche IPL-Enthaarung zu erzielen und um möglichst viele Haare zu entfernen.

Bei IPL kann nach 3-4 Behandlungen bereits eine Haarreduzierung von bis zu 50 % erreicht werden. Bei einer Körperbehandlung – das Gesicht ausgenommen – erzielen Sie beste Ergebnisse bei 4 Behandlungen im Abstand von 2 Wochen, gefolgt von 3 Behandlungen im Abstand von 4 Wochen.

#### WORAUF SOLLTE MAN BEI DER HEIMANWENDUNG ACHTEN:

Risiko Überdosierung: Verbrennungen, Lichtschäden und Hautkrebsrisiko.

Bei einer Überdosierung im Rahmen der Selbst-Enthaarung mit IPL kann es zu Verbrennungen kommen, denn Internes-Pulsed-Light (IPL) ist in seiner Intensität und Gefährlichkeit vergleichbar mit Laserlicht.

Risiko Unterdosierung: Ergrauen statt Entfernen

Ist die Licht-Dosierung im Rahmen der Selbst-Enthaarung zu schwach, zerstört man lediglich das Melanin in den Haaren nicht jedoch das Haarfollikel. Die unangenehme Wirkung einer solchen Unterdosierung: statt eines dicken dunklen Haars hat man nun dickes graues Haar.

Risiko fehlende fachärztliche Diagnostik und Kontrolle

Vor einer Enthaarung mit IPL ist es wichtig, sicherzustellen, dass kein Hautkrebs vorliegt und dass nicht zu viele Muttermale vorhanden sind. Andernfalls stellt eine Bestrahlung ggf. ein zu hohes gesundheitliches Risiko darstellt.

Wichtig ist eine fachärztliche Diagnostik und Kontrolle auch, um zu beurteilen, ob die störende Behaarung ggf. krankheitsbedingt sein könnte. Ursachen einer übermäßigen Behaarung können endokrinologische Erkrankungen, wie eine Nebennierenrindenerkrankung, hormonelle Störungen oder ein polyzystisches ovarielles Syndrom (PCOS) sein. Unter dem PCOS leiden immerhin 2 von 100 Frauen.

## 7 HAARENTFERNUNGSMYTHEN

1. Nur helle Haut kann gelasert werden  
Stimmt nicht: Moderne Laser sind für alle Hauttypen zugelassen. Der Mythos rührt daher, dass der Laser gezielt in Melanin wirkt. Dieser körpereigene Farbstoff befindet sich in unseren Haaren und besonders in der Haarwurzel, aber auch in der Haut. Das Melanin absorbiert das Laserlicht und wandelt es in thermische Energie um. Die Haarwurzeln werden so intensiv erwärmt, dass sie schließlich geschädigt werden und die Haare ausfallen. Ältere Laserhaarentfernungsmethoden waren für dunkle Haut nicht geeignet, da zu viel Energie direkt von der Haut absorbiert wurde, was die Behandlung schmerzhaft und weniger wirksam machte. Beim modernen Verfahren wird die Energie schrittweise abgegeben und „sammelt“ sich in der Haarwurzel bis zur ausreichenden, schädigenden Wärme. Die Hautoberfläche wird gleichzeitig durch eine Kaltluft-kühlung geschützt, sodass auch ganz dunkle Haut vom Typ VI sicher behandelt werden kann.
2. Laser funktioniert nur bei dunklen Haaren  
Stimmt bedingt. Auch heller Haare können mit modernen Lasern erfolgreich entfernt werden. Lediglich bei weißen, hellgrauen oder sehr hellblonden Haaren ist der Laser machtlos: Hier enthalten die Haarwurzeln nicht genug Melanin, um ausreichend Laserenergie bis zur thermischen Schädigung aufzunehmen.

3. Laser verletzt die Haut und es bleiben Narben  
Stimmt nicht: Bei richtiger Handhabung ist die Laserhaarentfernung völlig ungefährlich für die Haut. Die Energie wirkt spezifisch in der Haarwurzel, nicht an der Hautoberfläche. Die Epidermis wird bei modernen Systemen zudem durch eine Haut-kühlung geschützt. Der Mythos, dass der Laser Narben verursacht, rührt aus den Anfängen dieser Methode.
4. Alle Haare wachsen gleich schnell

#### So schnell wachsen Körperhaare pro Woche

Körperstelle	Durchschnittliches Wachstum
Achselhaare	2,1 mm
Schamhaare	2,1 mm
Barthaare	2,8 mm
Arme	1,4 mm
Beine	1,4 mm
Augenbrauen	1,1 mm

5. Laser erhöht das Krebsrisiko  
Stimmt nicht: Laser arbeiten mit Licht in einem ganz bestimmten Wellenlängenbereich zwischen 755 und 1.064 Nanometern (nm). Das für die menschliche Gesundheit- insbesondere Haut und Augen - schädliche Licht liegt dagegen im Bereich von circa 380 - 495 nm, also im Bereich der UV-Strahlung, wie sie natürlich oder gegebenenfalls im Solarium vorkommt.
6. Rasieren regt den Haarwachstum an  
Falsch! Unsere Haare wachsen weder schneller noch dicker noch dunkler nach, wenn wir sie rasieren. Warum sich dieser Mythos so hartnäckig hält, hängt an der Art der Haarentfernung beim Rasieren. Normalerweise verjüngt sich ein Haar von der Wurzel aus zu seiner Spitze hin. Wenn wir es rasieren, schneiden wir es in der Mitte ab – also dort, wo es am dicksten ist. Wächst das Haar nun nach, fehlt die dünne Haarspitze. Die bekannten Stoppeln entstehen. Dem entgegenwirken kann man nur, wenn man das Haar mitsamt seiner Wurzel entfernt. Dann hat man auch längere Zeit glatte Haut.
7. Im Sommer darf man nicht lasern  
Stimmt nicht: Auch das ist ein Mythos - und stimmt aus denselben Gründen nicht, wie beim Mythos „dunkle Haut“ beschrieben: Moderne Lasersysteme schützen die Hautoberfläche so zuverlässig, dass selbst im Sommer auf leicht gebräunter Haut behandelt werden kann. Dennoch raten die meisten Hersteller dazu, auf intensive Sonnenbäder kurz vor und nach der Behandlung zu verzichten, um die Haut nicht noch mehr zu reizen.

## KALT- WACHSANWENDUNGEN IM GESCHÄFT

### Ablauf

Haut mit einem Wattepad und Tonic, reinigen und entfetten

Puder auf die zu behandelnden Stellen auftragen

Danach den Streifen mehrmals mit der flachen Hand in Haarwuchsrichtung glatt streichen und mit einer schnellen Bewegung gegen die Haarwuchsrichtung abziehen.

Haut mit Wattepad und Tonic von Wachsresten reinigen

Auf behandelte Areale hautberuhigende/ feuchtigkeitsspendende Creme auftragen

Arbeitsaufwand: 5-10 Minuten

Kosten: ab 29 CHF

### Augenbrauen-Steifen



### Allrounder Streifen

