

## Richtige Pflege für schöne Augen

Die Haut um die Augenpartie ist dünner und enthält weniger Talgdrüsen als die übrige Gesichtshaut. Die starke Beanspruchung durch die Mimik wie z.B. Lachen, Weinen oder Zwinkern hinterlässt schnell kleine Fältchen und auch die ersten Spuren des Alterns zeigen sich an der empfindlichen Haut rund um die Augen. Auch Wassereinlagerungen sind im dünnen Bindegewebe unter den Augen schnell als unschöne Tränensäcke sichtbar. Ermüdung und Schlafmangel lassen die Haut der Augenpartie oft bläulich-dunkel aussehen: die typischen Augenringe.

Besonders jetzt in der kalten Jahreszeit ist die dünne Haut um die Augen starken Temperaturschwankungen ausgesetzt und auch die trockene Heizungsluft tut ein Übriges. Deshalb ist gerade jetzt eine geeignete Augenpflege so wichtig.

Am besten beginnt man mit einer Augenpflege bereits dann, wenn man sich zum ersten Mal die Augen schminkt, denn schon durch das Make-up bzw. dessen Entfernen, ist die Haut größerer Belastung ausgesetzt. Durch den schwachen Hydrolipidfilm verliert die Haut der Augenpartie etwa doppelt so schnell Feuchtigkeit wie die Haut im Wangenbereich. Als Folgeerscheinung treten ein Spannungsgefühl sowie ganz kleine Fältchen auf. Zur Pflege reicht hier eine Creme mit intensiver Feuchtigkeitsversorgung aus. Diese Cremes enthalten häufig Hyaluronsäure.

Mit zunehmendem Alter verliert die Haut an Elastizität und Festigkeit. Die Folge sind tiefere Falten. Um dem entgegenzuwirken kann man mit speziellen Cremes die Kollagenproduktion anregen und das Gewebe festigen.

Geschwollene Augen kennt fast



Foto: Blende 8

*Apotheker Dr. Lutz Engelmann*

jeder. Sie treten nach zu wenig Schlaf oder auch im Rahmen von Allergien wie Heuschnupfen auf. Die Tränensäcke bilden sich meist über Nacht wieder zurück, wenn die Gewebsflüssigkeit mit der Lymphe abtransportiert wird. Man kann diesen Abtransport mit einer geeigneten Pflege unterstützen und so die Augen schneller zum Abschwollen bringen. Solche Augenpflegeprodukte sind zudem kühlend und lindern das lästige Spannungs- und Druckgefühl, das durch die Ödeme hervorgerufen wird.

So wichtig wie das geeignete Produkt ist auch die richtige Anwendung: Augencremes zur Faltenreduktion werden von außen nach innen aufgetragen, also entgegen der „Faltenrichtung“ eingecremt.

Augengele, die den Lymphfluß anregen, werden mit leichtem Klopfen von innen nach außen aufgetragen. Sie können im Gegensatz zu Augencremes auch direkt auf das Augenlid aufgetragen werden.

**Ihr Apotheker  
Dr. Lutz Engelmann**