



mp Groß-Gerau - Dr. med. Jens Altmann ist leitender Arzt der Bodenseeklinik und Generalsekretär der Internationalen Gesellschaft für Ästhetische [Medizin](#) (IGÄM e.V.). www.bodenseeklinik.de

Ach du Fleck: So wird man unschöne Reisebegleiter wieder los

RUDOLF HUBER/MP

13. AUGUST 2019, 09:35 UHR

GESUNDHEIT

Der Sommer ist in vollem Gange und man kann leicht bekleidet das Sonnenbaden genießen. Eine gebräunte Haut lässt uns automatisch frisch und erholt aussehen, allerdings gibt es auch eine Kehrseite der Medaille: Als Folge von Sonneneinstrahlung können Pigmentflecken entstehen.

Der Sommer ist in vollem Gange und man kann leicht bekleidet das Sonnenbaden genießen. Eine gebräunte Haut lässt uns automatisch frisch und erholt aussehen, allerdings gibt es auch eine Kehrseite der Medaille: Als Folge von Sonneneinstrahlung können Pigmentflecken entstehen. Dr. med. Jens Altmann, leitender Arzt der Bodenseeklinik und Generalsekretär der Internationalen Gesellschaft für Ästhetische Medizin (IGÄM e.V.) erklärt, wie dem Auftreten von Pigmentflecken vorgebeugt werden kann und sie - falls zu spät - entfernt werden können.

Wer bisher gedacht hat, Pigmentflecke beziehungsweise -störungen würden nur bei älteren Menschen auftreten, liegt falsch: Starke

Sonneneinstrahlung kann auch bei junger Haut zu Abdunkelungen oder Irritationen führen. "In der Regel handelt es sich bei Pigmentflecken um harmlose Verfärbungen. Grund für das Auftreten ist eine vermehrte Einlagerung des Farbstoffs Melanin in die Haut", so Dr. Altmann. "Gerade die Gesichtshaut erfordert einige Schutzmaßnahmen, um nicht nur vorzeitiger Hautalterung, sondern auch der Bildung von sonnenbedingter Hyperpigmentierung entgegenzuwirken", erläutert der Experte. Seine Empfehlung während der intensiven Sonneneinstrahlung: "Gut eincremen: Sowohl mit einer Feuchtigkeit spendenden Pflege, als auch - ganz wichtig - mit einer Creme mit hohem UV-Schutz. Es ist außerdem ratsam, sich mit einem Sonnenhut zu [schützen](#)."

Was hilft, wenn man diese Vorkehrungen nicht getroffen hat und Pigmentflecke auf der Haut entdeckt? Neben bleichenden Cremes und regelmäßigen Peelings kann insbesondere der Beauty-Doc wirksam Abhilfe schaffen. Denn gerade die aufhellenden [Produkte](#) machen die obere Hautschicht dünn und sensibel und erfordern auch an bewölkten Tagen unbedingt einen hohen UV-Schutz. Fällt die Ausprägung der Pigmentflecke stärker aus, kommt die Wirkung dieser Methoden zudem schnell an ihre Grenzen.

Eine Therapie mit dem Pigmentlaser erzielt beim Plastischen Chirurgen hingegen sehr gute Ergebnisse. "Bei uns in der Bodenseeklinik behandeln wir immer mehr Patientinnen, die sich an unschönen Hautverfärbungen im Gesicht stören", berichtet Dr. Altmann. "Man kann gegen die Hyperpigmentierung mit einer Lasertherapie vorgehen. Der Laserstrahl dringt in die Haut ein und bringt die Pigmentansammlungen zum Platzen. Die Hautoberfläche bleibt normalerweise unverletzt. Bevor diese [Behandlung](#) infrage kommt, sollten Patienten unbedingt die Gutartigkeit der Flecke von einem Arzt abklären lassen", empfiehlt der Experte. Der Behandlungspreis beginnt pro Sitzung bei circa 300 Euro - je nach Ausprägung der Abdunkelung kann eine weitere Sitzung notwendig sein. Die Beseitigung der Pigmentflecke mittels Laser sollte man aber erst im Herbst oder Winter angehen, wenn die Zeit der intensiven Strahlung vorbei ist.

Der Pigmentlaser kommt nicht nur bei sonnengeschädigter Haut zum Einsatz: "Hyperpigmentierung kann auch die Folge von hormonellen Störungen sein - auch dann leistet der Laser Abhilfe. Die Hauterkrankung Rosazea kann damit ebenso in den Griff bekommen werden. Dazu setzen wir auf einen speziellen Pigmentlaser, der gezielt die Blutpigmente angreift", erläutert Dr. Altmann die verschiedenen [Anwendungsgebiete](#).

Die Behandlung der sonnenbedingten Pigmentflecke muss theoretisch nach jedem ausgedehnten Sommer wiederholt werden. Einmal entfernt, lässt sich jedoch gut gegen die Neuentstehung von Pigmentflecken [vorbeugen](#). "Wer besonders anfällig für Hautverfärbungen durch Sonnen- bzw. UV-Licht ist, trägt am besten das ganze Jahr über eine Gesichtscreme mit hohem UV-Schutz auf. Dadurch lassen sich Abdunkelungen schon im Vorfeld gut in Schach halten", rät der Experte.