

HOME → BEAUTY

ANTI-AGING-TREND: WAS LED-MASKEN WIRKLICH FÜR DIE HAUT BEWIRKEN - LAUT EXPERTE

VON RAMONA NICKL
22. Juni 2020



Foto: Imaxtree

LED-Masken sind ein beliebtes Tool für Anti-Aging und zur Behandlung von Hautproblemen - wir haben einen Experten befragt, wie effektiv der Beauty-Trend wirklich ist



Ein Horrorfilm, der wahr wird? Ein Besucher von einem anderen Planeten? Künstliche Intelligenz – jetzt auch in Ihrer Umgebung angekommen? Wer zum ersten Mal eine LED-Maske erblickt, durchläuft vermutlich ein Wechselbad der Gefühle. Denn auf den ersten Blick mag der Beauty-Trend etwas befremdlich wirken, der mehr nach Roboter-Realität als nach Hautpflege aussieht. Doch das Experiment kann sich lohnen, wenn man dem Hype glaubt: Masken auf Basis von Lichttherapie sind ein beliebtes Anti-Aging-Treatment für den Heimgebrauch und sollen die Haut straffen, Falten ausbügeln, Pickel und Unreinheiten beseitigen und dabei ganz einfach anwendbar sein. Was können die High-Tech-Geräte wirklich? Wir haben einen Experten zu den spacigen LED-Masken befragt.

ANTI-AGING MIT LICHTTHERAPIE: SO FUNKTIONIEREN LED-MASKEN UND SO WENDET MAN SIE AN

Wie viele Erscheinungen in der Kosmetikbranche, ist auch der Einsatz von LED-Licht für die Hautpflege nicht neu. Dr. Jens Altmann, Facharzt für Plastische Chirurgie bei der Bodenseeklinik in Lindau: „Bereits seit den 90er Jahren wird UV-Licht zur Behandlung von Hauterkrankungen, wie beispielsweise Neurodermitis, eingesetzt.“ Bei dem Treatment werden Geräte verwendet, die mit verschiedenen Wellenfrequenzen arbeiten und so in jeweils unterschiedlich tiefe Schichten der Haut eindringen können, um in den behandelten Partien die Zellerneuerung anzuregen. „Je nachdem, ob rotes oder blaues LED-Licht verwendet wird, können unterschiedliche Effekte erzielt werden.“

Für einen optimalen Effekt wendet man die LED-Maske als Facial nach der Gesichtsreinigung und vor der üblichen Pflege an – in Folge der Lichttherapie können anschließend aufgetragene Produkte wie Seren, Öle oder Cremes noch besser von der Haut aufgenommen werden. Je nach Herstellerempfehlung legt man die Maske mit LED-Licht für rund 15 Minuten auf. Wie oft Sie die LED-Maske als Haut-Treatment einsetzen, bleibt Ihnen überlassen, laut Dermatologe eignen sich die Geräte auch für die tägliche Anwendung. Vor allem als Anti-Aging-Maßnahme erläutert Dr. Altmann aber hier: „Empfehlenswert ist die Vorstellung bei einem Facharzt, der auf die Behandlung von Falten spezialisiert ist, sodass die individuell richtige Behandlung gefunden werden kann.“



[Mehr auf Instagram ansehen](#)



Gefällt 780 Mal



Füge einen Kommentar hinzu ...



LED-MASKEN FÜR DIE HAUT: DIESE VARIANTEN GIBT ES

Aber welches LED-Licht ist wofür geeignet? Dr. Altmann erklärt die Funktionsweise des Beauty-Trends: „Die Farben unterscheiden sich in den Nanometern der Wellenlängen, die die Maske auf die Haut abgibt. Rotes LED-Licht besitzt eine Wellenlänge zwischen 580 und 660 Nanometern und eignet sich besonders für Anti-Aging-Behandlungen, da es die Kollagenproduktion anregt. Zudem fördert es die Durchblutung und wirkt Entzündungen entgegen. Blaues LED-Licht hat eine Wellenlänge zwischen 400 und 450 Nanometern und wird in der Regel für die Behandlung von Akne eingesetzt, da es Bakterien eindämmt, die zu Entzündungsreaktionen und Unreinheiten führen.“

Sich bei der Anschaffung eines Geräts für die heimische Lichttherapie für eine Version zu entscheiden, ist dank modernster Beauty-Tools nicht mehr nötig: Kombi-Geräte für die Anwendung Zuhause kommen mit austauschbaren Aufsätzen und ermöglichen dadurch, dass man die Behandlung individuell auf seine Haut und bestehende Hautprobleme abstimmen kann.

ANTI-AGING MIT LICHTTHERAPIE: WIE SICHER IST DIE LED-THERAPIE FÜR ZUHAUSE?

Wer seine Haut mit LED-Licht behandeln will, steht vor der Debatte: Selbstversuch oder doch zum Profi? Denn in kosmetischen Praxen und bei Dermatologen sind die Geräte mit mehr Power ausgestattet – darüber hinaus darf man sich sicher sein, dass etwaige Hautschäden durch die Experten auf ein Minimum reduziert werden. Wie sicher aber ist die Anwendung einer LED-Maske für Zuhause? Laut Dr. Jens Altmann eine Frage, die individuell beantwortet werden sollte: „Wer unter Hauterkrankungen leidet oder Medikamente einnimmt, welche zu einer Lichtempfindlichkeit der Haut führen, sollte eine LED-Lichttherapie nicht in Eigenregie durchführen. Auch Schwangere sollten besser davon absehen. Aufgrund der geringen Energiezufuhr müssen bei der Heimanwendung ansonsten lediglich die Augen besonders geschützt werden. Zuerst sollte ein Facharzt konsultiert werden, um die richtige Diagnose zu stellen und gegebenenfalls eine notwendige Behandlung einzuleiten.“

Selbst für die Entscheidung, das Anti-Aging-Treatment selbst durchzuführen, empfiehlt sich also vorab ein Gespräch mit einem Haut-Experten – so stellen Sie sicher, dass das jeweilige Gerät und die Anwendung Ihrer Haut auch wirklich guttun statt ihr womöglich langfristig zu schaden.

FAZIT: WIE EFFEKTIV SIND LED- MASKEN ALS ANTI-AGING-TREND?

LED-Masken gehören nicht gerade zu den preiswertesten Beauty-Trends – weshalb man vorab bestenfalls zu den diversen Herstellern und Geräten recherchiert und gegebenenfalls einen Experten zur Rate zieht, damit sich die Investition auch wirklich lohnt.

Aber wie viel können die Geräte für die Selbstanwendung tatsächlich bewirken? „Generell verfügen die Masken für den Heimgebrauch über eine geringere Energiezufuhr als Masken, die in medizinischen Praxen genutzt werden. Da das Produkt zudem recht neu auf dem Markt ist, gibt es noch keine repräsentativen Studien hinsichtlich des Effekts. Ich gehe aber davon aus, dass mit der

Behandlung lediglich geringe Erfolge erzielt werden können. Da die Anschaffungskosten für LED-Masken sehr hoch sind, empfehle ich, für die Reduktion kleiner Fältchen lieber auf bewährte Behandlungsmethoden zu setzen. Gute Erfolge können mit diversen minimal-invasiven Behandlungen, wie zum Beispiel Hyaluronsäureunterspritzungen oder einer PRP-Eigenbluttherapie erzielt werden“, so die Einschätzung des Experten.