

PFLEGE ZARTER KINDERHAUT

Im Lauf der Jahre wurden zahlreiche Entwicklungen in der Hautpflege beobachtet – einige positiv, andere bedenklich. Eine zunehmend wichtige Erkenntnis ist der wachsende Bedarf an spezifischer Pflege für die empfindliche Haut von Kindern und Jugendlichen, wie Michelle Stuber, Medizinische Kosmetikerin, in diesem Beitrag erklärt.



FOTO: MPH88/SHUTTERSTOCK.COM

Kinder- und jugendliche Haut ist heute stärker belastet denn je. Bereits vor der Pubertät zeigen viele Kinder zunehmend irritierte und entzündete Hautbilder, die durch Faktoren wie eine unausgereifte Hautbarriere, Umweltbelastungen, ungeeignete Pflegeprodukte oder genetische Veranlagungen begünstigt werden können.

ÜBERPFLEGTE UND IRRITIERT KINDEHAUT

Häufig verwenden Kinder und Jugendliche wahllos Produkte verschiedener Marken, die weder auf ihren Hauttyp noch auf ihre spezifischen Bedürfnisse abgestimmt sind. In Hautanamnese-Gesprächen berichten sie oft von günstigen, chemisch belasteten oder für Erwachsene entwickelten Produkten – meist ohne zu wissen, welche akuten Hautprobleme diese verursachen können, ganz zu schweigen von den langfristigen Schäden der natürlichen Hautbarriere.

Ein zusätzliches Problem stellt der Einfluss von Social Media dar. Kinder und Jugendliche orientieren sich zunehmend an Influencern, die Produkte gekonnt vermarkten. Doch Inhaltsstoffe wie Fruchtsäuren, Hyaluron oder Phytohormone sind nicht für empfindliche Kinderhaut geeignet.

HAUPTURSACHEN FÜR DIE STEIGENDE AKNEPRÄVALENZ

Die Akneprävalenz bei Jugendlichen hat in den vergangenen Jahren spürbar zugenommen – eine Entwicklung, die sowohl in dermatologischen als auch kosmetischen Praxen immer häufiger sichtbar wird. Um gezielte Behandlungs- und Präventionsstrategien entwickeln zu können, ist es wichtig, die Ursachen genauer zu betrachten:

- **Hormonelle Veränderungen:** Jugendliche, die früher in die Pubertät eintreten, zeigen verstärkte Akneprobleme. Hormonelle Schwankungen führen zu einer übermässigen Talgproduktion, was Follikel verstopft und Entzündungen fördert.
- **Umweltbelastungen:** Die Belastung durch Luftverschmutzung und UV-Strahlen hat zugenommen. Schadstoffe schwächen die Hautbarriere und begünstigen entzündliche Prozesse.
- **Fehlerhafte Hautpflege:** Viele Jugendliche verwenden ungeeignete Produkte mit aggressiven Inhaltsstoffen, die die Haut reizen oder den natürlichen Säureschutzmantel zerstören.
- **Ernährung und Lebensstil:** Eine unausgewogene Ernährung mit hohem Zucker- und Fettanteil sowie Stress und Schlafmangel tragen zunehmend zur Verschlechterung des Hautbildes bei.

PRÄVENTION DURCH AUFKLÄRUNG

Angesichts der vielfältigen Belastungen und des sorglosen Umgangs mit ungeeigneten Pflegeprodukten, denen die Haut von Kindern und Jugendlichen heute ausgesetzt ist, wird deutlich, dass wir als Fachpersonen aus Medizin und Kosmetik aktiv handeln müssen.

Durch gezielte Aufklärung und präventive Massnahmen können wir dazu beitragen, Hautprobleme frühzeitig zu vermeiden. Es gilt, sowohl Eltern als auch Jugendliche zu sensibilisieren und ihnen das Wissen zu vermitteln, wie sie durch gezielte Pflege und einen bewussten Lebensstil Hautproblemen effektiv vorbeugen können. Ein zentraler Ansatzpunkt ist die frühe Vermittlung von Hautpflegekompetenz:

- **Frühe Sensibilisierung:** Kinder sollten früh lernen, wie wichtig eine sanfte Reinigung sowie milde Pflegeprodukte sind, die auf ihren individuellen Hauttyp abgestimmt sind.
- **Elternberatung:** Eltern benötigen fundierte Informationen darüber, welche Produkte für junge Haut geeignet sind – insbesondere solche ohne aggressive Inhaltsstoffe wie Parabene oder Alkohol.
- **Ganzheitlicher Ansatz:** Neben der richtigen Pflege spielt ein gesunder Lebensstil eine wesentliche Rolle. Eine ausgewogene Ernährung,

ausreichend Schlaf und Stressmanagement tragen massgeblich zur Hautgesundheit bei.

- Die richtige Pflege in jungen Jahren legt den Grundstein für ein gesundes Hautbild im späteren Leben. Mit gezielter Aufklärung können wir als Fachpersonen nicht nur das Auftreten von Hautproblemen reduzieren, sondern auch das Selbstbewusstsein der Betroffenen stärken.

FORTSCHRITTE IN DER HAUTPFLEGE

Lange Zeit konzentrierte sich der Markt vor allem auf hochwertige Produkte für Babys und Erwachsene. Lösungen speziell für Kinder- und Jugendhaut fehlten jedoch weitgehend. In jüngster Zeit wurden erstmals Produkte entwickelt, die gezielt auf die besonderen Bedürfnisse dieser Altersgruppe abgestimmt sind. Diese setzen auf milde Formulierungen ohne bedenkliche Inhaltsstoffe und unterstützen so die natürliche Balance der jungen Haut. Trotz dieser Fortschritte bleibt es entscheidend, dass Fachpersonen weiterhin aktiv aufklären und beraten – sowohl in dermatologischen als auch kosmetischen Praxen –, um Eltern und Jugendlichen fundierte Entscheidungen zu ermöglichen.

FAZIT

Die Haut ist nicht nur unser grösstes Organ, sondern auch ein Spiegel unseres Wohlbefindens. Gerade bei Kindern und Jugendlichen ist es essenziell, sie mit der richtigen Pflege zu unterstützen – insbesondere in einer sensiblen Entwicklungsphase ihres Lebens.



Michelle Stuber

ist Medizinische Kosmetikerin, spezialisiert auf Akne- und Fruchtsäurebehandlungen, sowie Mitgründerin der Kinderkosmetiklinie Yuukidz von Yume Swiss.
www.yumeswiss.ch