



EINFACH PERFEKTE  
**HAUT**

Das Beauty-Geheimnis der Hollywood-Stars lautet: **Fruchtsäure!** Sie sorgt für einen reinen, traumhaften Teint – und das auf ganz sanfte Weise. PEOPLE verrät, was Sie wissen müssen

## 1 WIE WIRKT FRUCHTSÄURE?

Der Inhaltsstoff kommt aus der Natur: Frucht- oder Glykolsäure wird aus Obst gewonnen, kommt aber z. B. auch in Oliven, Milch oder Weinpflanzen vor. Dieser Wirkstoff hat einen natürlichen Peeling-Effekt auf die Haut. Je nach Konzentration und Anwendungsdauer wird ohne Reibung die oberste Hautschicht gelöst und abgetragen. Man kann das Treatment mit einem niedrigen Glykolsäure-Anteil für den Hausgebrauch bekommen oder als Booster-Behandlung im Kosmetikinstitut oder beim Dermatologen buchen. Diese Form des Peelings unterstützt auch das Entgiften der Haut und regt nachhaltig die Erneuerung des Teints an. Einfach perfekt, um länger jung auszusehen.

## 2 IST MEIN HAUTTYP DAFÜR GEEIGNET?

Je empfindlicher die Haut, desto mehr gehört diese Behandlung in die Hände von Profis. Denn diese können die Wirkreaktion am besten einschätzen und haben notfalls neutralisierende Produkte zur Hand. Nicht zu empfehlen ist das Verfahren für Haut mit akuter Akne, Couperose, Rosazea oder starken Hautunverträglichkeiten, erläutert Holger Fuchs aus der Praxis Klinik Pöseldorf in Hamburg. Dafür können die Behandlungen besonders gut optische Probleme wie Akne-Narben oder Pigmentverschiebungen mildern.

## 3 MUSS ICH IN DER SONNE AUFPASSEN?

Ja! Da die obere Schicht der Hornhaut abgetragen ist, fehlt ihr die Schutzschicht, um sich gegen Sonne zu wappnen – das macht sie doppelt empfindlich. Daher ist der beste Zeitraum für Intensiv-Treatments mit Frucht- und Glykolsäure in den sonnenarmen Monaten von September bis Mai. Nach einer Profi-Behandlung gilt immer: eine Woche lang auf alles verzichten, was die Hautgefäße zu sehr fordert – z. B. Sauna, Solarium oder Sport. Außerdem ist ein hoher Lichtschutzfaktor während des gesamten Behandlungszeitraums Pflicht. Generell hilft Ihnen eine Tagespflege mit ausgewiesenem UV-A- und Infrarot-Schutz das ganze Jahr über – um Hautschäden wie Pigmentveränderungen vorzubeugen.

## 4 WIE OFT DARF ICH ANWENDEN?

Das Resultat bei einem einmaligen Profi-Treatment ist ein fühlbar weicher und ebenmäßiger Teint. Auch wirkt die Haut sichtbar feinporiger und frischer. Das Ergebnis hält leider nur wenige Tage an. Denn die Haut ist von Natur aus in ständiger Erneuerung und verdickt von selbst wieder. Für ein gleichbleibendes Ergebnis muss man wahlweise häufiger zu Hause niedrig konzentrierte Fruchtsäureprodukte nutzen oder eine noch tiefenwirksamere Peeling-Kur beim Profi buchen. Hier sind drei Peelings im Abstand von vier bis sechs Wochen empfehlenswert. Geht es um Unreinheiten? Die lassen sich auch mit einer leicht peelenden Nachtpflege bekämpfen.

### SO LÄUFT DIE BEHANDLUNG BEIM PROFI AB

Hier wird als Erstes der Hautzustand analysiert und die Behandlung darauf abgestimmt. Das Säure-Präparat wird aufgetragen – auf der Haut kann es nun zu einem leichten Prickeln kommen. Der behandelnde Dermatologe oder die Kosmetikerin kann dabei mit neutralisierenden Produkten jederzeit gegensteuern. Auch wenn das Treatment intensiv wirkt, sind danach nur leichte Rötungen sichtbar, die nach wenigen Stunden abklingen. Feuchtigkeitsspendende, kühlende Pflegeprodukte helfen zusätzlich dabei. **Kostenpunkt pro Behandlung: um 150 Euro.**

#### FÜR DEN HAUSGEBRAUCH



**Einmal pro Woche**  
„5-Minute Weekly Glycolic Peel“ von StriVectin, um 65 Euro, über [Qvc.de](http://Qvc.de).



**Täglich**  
„Glamoxy 15% Fruit Acid“-Pads von Rodial, um 55 Euro, über [Niche-beauty.com](http://Niche-beauty.com).



**Bis zu zweimal pro Woche**  
„Refine Cellular AHA 10+10“ mit Milchsäure von Babor, um 99 Euro.



**Täglich**  
„Peeling Magistral Neoperfect 22%“ von Ella Baché, um 44 Euro, über [Thalgo.de](http://Thalgo.de).



**Bis zu dreimal pro Woche**  
„Fruit and Peel 10%“ mit Milch-, Zitronen- und Weinsäure von Charlotte Meentzen, um 25 Euro.