

MILCHSÄURE | EINSATZ IN DER KOSMETIK | VORTEILE FÜR DIE HAUT



Category: [X115](#)

Tag: [Scrub und Peeling](#)

Was ist Milchsäure?

Milchsäure (INCI **lactic acid**) ist eine organische Säure, die zur **Gruppe der α -Hydroxycarbonsäuren** gehört.

Sie wirkt wie ein Hautpeeling, ist pH-Wert-regulierend und verbessert das Hautbild. Sie **wirkt Falten und Pigmentflecken** entgegen und kommt als Inhaltsstoff daher in zahlreichen Kosmetikprodukten zum Einsatz.

Was sind α -Hydroxycarbonsäuren?

Alpha-Hydroxysäuren sind Substanzen, die in der Lage sind, die zwischen Keratinozyten entstehenden Bindungen aufzubrechen und so die **Entfernung von abgestorbenen Hautschuppen zu unterstützen**.

Auf diese Weise können sie die obere Hautschicht glätten und reinigen und gleichzeitig die Aufnahme der in den Kosmetika enthaltenen Wirkstoffe fördern.

In einer Studie wurde die Wirksamkeit der verschiedenen Hydroxysäuren im Hinblick auf ihre Steigerung der Zellerneuerung, ihre Minderung rauer Haut und ihre Hautverträglichkeit verglichen.

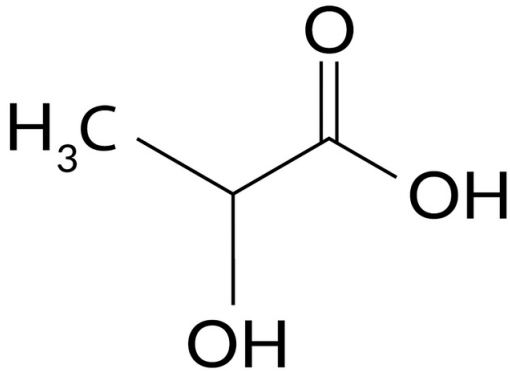
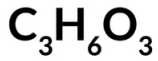
Bei gleicher Konzentration waren **Glykolsäure und Milchsäure die wirksamsten Hydroxycarbonsäuren**.

Andere Hydroxysäuren, wie Zitronensäure, Apfelsäure und Hydroxybuttersäure scheinen weniger wirksam zu sein, können jedoch nützliche Zusätze zu Milchsäure- oder Glykolsäuregemischen darstellen ¹.

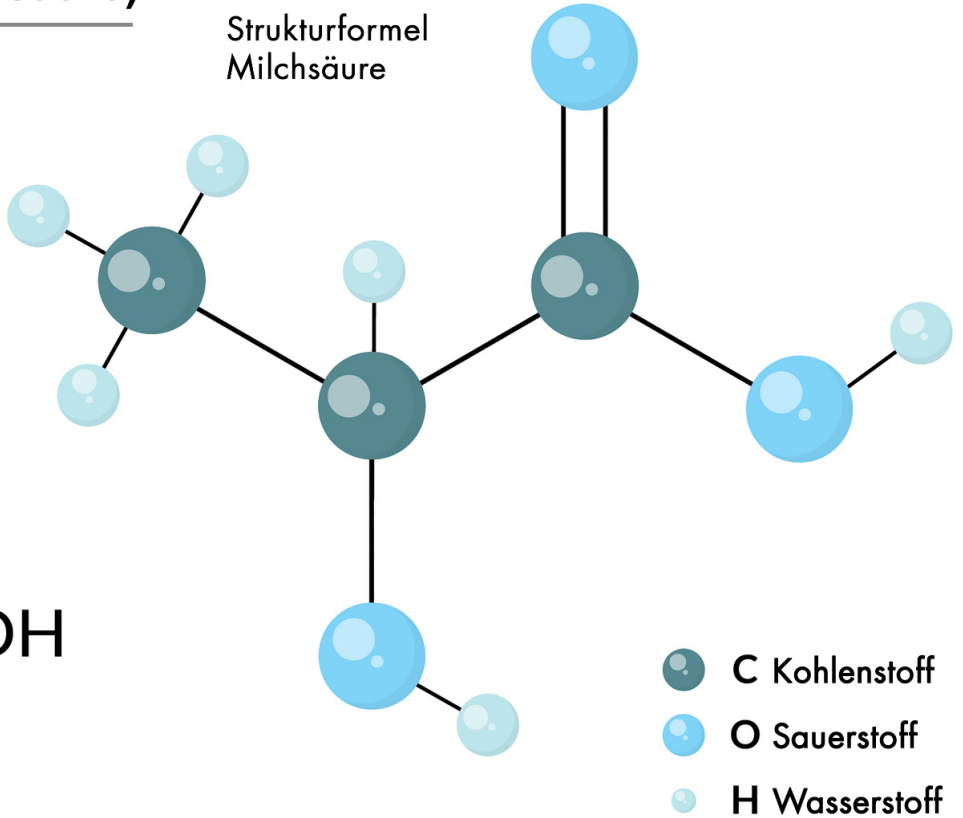
Milchsäure

AHA (α -Hydroxycarbonsäure)

Summenformel
Milchsäure:



Strukturformel
Milchsäure



Milchsäure in Kosmetika

Als Hautpeeling wird Lactic acid bei einer **maximalen Konzentration von 10%** in Kosmetikprodukten verwendet, bei einem pH-Wert von mehr als 3,5.

Unter ärztlicher Aufsicht kann sie zur topischen Behandlung von verschiedenen Zeichen der Hautalterung eingesetzt werden. In diesem Fall kann die Dosierung auch 30% erreichen, wobei das Endprodukt einen pH-Wert von mehr als 3 aufweisen muss.

Nach der Peelingbehandlung beschleunigt sich der Zellumsatz und die Synthese von Glykosaminoglykanen wird stimuliert, so dass **die Haut strahlender und weniger trocken erscheint**.

Viele hausgemachte Schönheitsmasken und Peelings nutzen die in Joghurt enthaltene Milchsäure (auch wenn darin nur 0,7-0,9% enthalten sind).

Gesichtspeeling mit Hafermehl und Joghurt

EIGNET SICH FÜR: gemischte Haut

Zutaten

- 2 Esslöffel fein gemahlene Haferflocken
- 1 Esslöffel griechischer Joghurt
- 1 Esslöffel Jojobaöl oder Kokosöl

Zubereitung und Anwendung

- Mahlen Sie den Hafer mit einer Kaffeemühle oder einer Küchenmaschine zu einem feinen Pulver (alternativ dazu können Sie Hafermehl verwenden).
- Vermengen Sie alle Zutaten in einer Schüssel.
- Tragen Sie das Gemisch mit kreisenden, massierenden Bewegungen für rund 30-60 Sekunden auf die Haut auf.
- Spülen Sie das Peeling mit warmem Wasser ab.
- Die übrig gebliebene Peelingmasse können Sie luftdicht verschlossen im Kühlschrank aufbewahren.

Vorteile einer Peelingbehandlung

Da sie die Entfernung der oberflächlichen Schichten der Haut stimulieren, führen Milchsäure und andere α -Hydroxycarbonsäuren zu einem gesteigerten Zellumsatz.

Diese schnellere Keratinisierung lässt sich an einem **glatteren und strahlenderen Hautbild** erkennen.

Peelings helfen auch dabei, die Wirksamkeit von topischen Hautpflegeprodukten zu verbessern, indem sie deren Resorption fördern. Wird vor dem Auftragen einer **Creme** beispielsweise ein Peeling durchgeführt, kann diese in tiefere Hautschichten vordringen.

Regelmäßige Peelingbehandlungen können auch dazu beitragen, verstopften Poren vorzubeugen und **die Bildung von Pickeln und Mitessern zu verhindern**.

Langfristig können Peelingbehandlungen zudem die **Kollagensynthese steigern**. Dieses Protein verleiht der Haut Struktur und Spannung und minimiert das Auftreten von feinen Linien und schlaffer Haut.

Die Stimulierung der oberflächlichen Hautschichten kann auch die Durchblutung steigern, was wiederum dazu beitragen kann, dass die Haut gesünder aussieht.

Ein Schönheitstipp für Sie

Als Schönheitstipp empfehlen wir Ihnen das Gesichtsserum X115[®] ACE, eine zyklische Multivitaminbehandlung, die Ihnen die 3 Schönheitsvitamine in ihrer reinsten und wirkungsvollsten Form liefert.



X115[®] ACE | **Gesichtsserum** | Pure Vitamins Antiage Complex | 3 Einzelkonzentrate zur Zyklischen Anwendung | Hohe Bioverfügbarkeit | In Einzeldosis-Flakons mit Zwei-Phasen-Wirkung | **Die Vitamine A | C | E | in ihrer Reinsten und Wirkungsvollsten Form** | Für eine Schönheitsbehandlung auf Höchstem Niveau

Das Serum C enthält beispielsweise Reines Vitamin C, das in wasserfreier, stabiler und biologisch aktiver Form in der Schraubkappe geschützt aufbewahrt wird, während der Flakon darunter Ascorbyl Tetraisopalmitate (4%) in Süßmandelöl enthält.

Perlen- und Diamantstaub verleihen der natürlichen Schönheit des Gesichts noch mehr Leuchtkraft; darüber hinaus begünstigen sie dank ihrer glättenden Peeling-Wirkung, die durch Milchsäure zusätzlich verstärkt wird, das Eindringen des Vitamins C in die Haut.

Die zyklische Anwendung der 3 Flakons mit Einzelkonzentrat A (Tag 1-2), C (Tag 3-4) und E (Tag

5-6) ermöglicht es, die Vorteile dieser Schönheitsvitamine in vollen Zügen zu nutzen.

Ist Milchsäure Schädlich?

Nach der Verwendung von Milchsäure ist es ratsam, sich keinen ultravioletten Strahlen auszusetzen, außer mit einem hohen Schutzfaktor, da die Behandlung die Empfindlichkeit der Haut gegenüber Sonnenstrahlen erhöht.

Im Allgemeinen gilt es als sicher, **die Haut zwei- bis dreimal pro Woche einem Peeling zu unterziehen.**

Menschen mit trockener und empfindlicher Haut sollten diese Behandlung nur einmal pro Woche durchführen. Menschen mit besonderen Hauterkrankungen sollten vorher mit einem Dermatologen sprechen.

Ein zu aggressive Peelingbehandlung kann insbesondere in empfindlichen Bereichen (wie dem Gesicht) zu folgenden Problemen führen:

- Irritationen
- Hautrötungen
- Trockenheit
- Kratzer und Wunden.

Zudem sollten Peelingbehandlungen an Hautstellen vermieden werden, die folgendes aufweisen:

- Sonnenbrand
- Rissige Haut oder Verletzungen
- Hautrötungen oder Entzündungen