

Abdecken peripherer Hautpartien

Wenn der Winter vorüber ist und es wieder wärmer wird, möchten auch Plaque-Psoriasis-Patienten gerne wieder mehr Haut zeigen, kurze Hosen und T-Shirts tragen. Viele Betroffene fühlen sich wohler, wenn betroffene Hautstellen dann mit Make-up kaschiert werden. Dabei können verschiedene Make-up-Typen helfen. Das Gesicht ist dabei für viele Patienten die wichtigste Partie, aber auch Hautpartien an Händen, Armen und Beinen können mit dem entsprechendem Make-up verdeckt werden.

Worauf muss beim Kaschieren geachtet werden?

Generell gilt: Je größer die Hautstelle, die kaschiert werden soll, desto schwieriger wird es, die Entzündung unsichtbar zu machen. Die Art und Weise, wie geschminkt wird, ist daher Geschmackssache. Ob erfolgreich kaschiert werden kann, hängt zudem maßgeblich von der Hautbeschaffenheit ab. Große Unebenheiten bleiben auch nach dem Schminken meist sichtbar.

Welche Produkte können zum Kaschieren verwendet werden?

Bevor Make-up jeglicher Form aufgetragen wird, sollte eine Feuchtigkeitspflege in die Haut einmassiert werden. Die Creme oder Lotion sollte vor dem Abdecken gut einziehen. Zu einem Basic-Make-up-Kit können gehören: gut deckende Mineral-Make-ups, die der Haut einen feuchten Schimmer verleihen sowie Camouflage-Produkte für sehr stark gerötete Stellen. Außerdem sollte man noch einen großen Pinsel, einen Spatel zum Auftragen und Puder zum Fixieren haben.

Wie schminkt man richtig?

Wenn es dann ans Abdecken von sehr roten Stellen geht, bildet das Camouflage-Make-up die Basis. Es wird als Grundierung verwendet. Ob der Farbton zur Haut passt, kann überprüft werden, indem ein Teil der Camouflage-Creme auf den Handrücken aufgetragen wird. Das hilft auch dabei, die Schminke geschmeidiger zu machen, denn Camouflage-Creme ist von Natur aus sehr fest. Die abgedeckte Stelle wird anschließend mit Puder mattiert. Überschüssiges Puder wird später einfach mit einem Pinsel entfernt. Um eine besonders hohe Deckkraft zu erreichen, kann der Vorgang mit Camouflage-Creme und Puder wiederholt werden.

Worauf sollte bei den verwendeten Produkten geachtet werden?

Wie bei Pflegeprodukten sollte auch bei Make-up darauf geachtet werden, dass keine unnötigen Zusatzstoffe wie Duftstoffe enthalten sind, um die Haut zu schonen.¹

Welche Tipps gibt es für die Maniküre?

Bei der Nagelpflege sollten Sie auf Lösungsmittel verzichten. Wählen Sie bspw. Nagellacke auf Wasserbasis, die auf Duftstoffe verzichten. Neue Free-Lacke werben damit, auf schädliche Inhaltsstoffe wie Formaldehyd, Toluol, Xylene und Dibuphylthalat zu verzichten und damit hautfreundlich zu sein. Bei den Nagellackentfernern wählen Sie am besten solche ohne Aceton, Alkohol und Ethylacetat. Es gibt sogenannte Bioremove, die auf Chemie verzichten.

Siehe auch

<https://www.qualitycare-schuppenflechte.de/myqualitycare/beauty-tipps/january>

<https://www.psoriasis-netz.de/alltag/psoriasis-abdecken-camouflage.html>