

IPL Technik zur Epilation

Was wird behandelt?

Das Symptom der im Übermass vorkommenden Haare wird **Hypertrichose** genannt. Darunter verstehen wir eine übermässige Haardichte oder das Wachsen von Haaren an normalerweise haarfreien Körperpartien. Dies kann konstitutionell (veranlagungsbedingt) sein, es kann Zeichen einer Erkrankung oder durch Medikamente verursacht sein. Spezielle hormonelle Störungen können bei der Frau vermehrte Behaarung nach dem männlichen Verteilungsmuster verursachen, dies wird **Hirsutismus** genannt. Manchmal spriessen Barthaare am Hals bei Männern in flachem Winkel aus der Haut, stechen in die Haut zurück, oder können gar nicht aus der Haut herauswachsen. Dann kommt es zu ähnlichen Erscheinungen wie bei Haarbalgentzündungen, (Follikulitis) die hier **Pseudofollikulitis** genannt werden. Andere medizinische Indikationen umfassen die Haarentfernung bei transsexuellen Patientinnen (Mann zu Frau), bei transplantierten Hautarealen mit unerwünschtem Haarwuchs oder bei rezidivierenden echten Follikulitiden (Haarbalgentzündungen) mit tiefen Infektionen mit Abszessen in den Hautfalten (zB Sacraldermoid).

In der überwiegenden Mehrzahl geht es beim Epilationswunsch um eine ganz normale Behaarung, die zum heutigen Lifestyle passt. Die Lokalisation der unerwünschten Haare ist ganz unterschiedlich und reicht von Gesicht, Hals, Brust, Rücken, Bikini zu den Ober- und zu den Unterschenkeln.

Welche Haarfarben, welche Hauttypen eignen sich für die Epilation?

Damit mit Lichtblitzen Haare epiliert werden können, ist Lichtabsorption in den Haare erforderlich, dies geschieht im Pigment der Haare. Je dunkler die Haare, desto grösser die Absorption, desto intensiver die Hitzeentwicklung und schlussendlich die Haarwurzelschädigung. Blonde Haare enthalten wenig Pigment und das Pigment der roten Haare ist fast unfähig Licht aufzunehmen. Das bedeutet, diese Haare lassen sich mit der Laser- oder IPL Technik kaum entfernen.

Die besten Voraussetzungen sind bei weisshäutigen mit schwarzen Haaren gegeben. Hier absorbiert die Haut praktisch kein Licht und die dunklen Haare werden schon bei wenig Lichtenergie gut erhitzt.

Mehr Aufwand und mehr Kenntnis erfordert die Epilation bei mittleren Hauttypen mit mittelbraunem Haar. Dieses Haar wird bezüglich seines Pigmentgehaltes oft überschätzt. Es wirkt auf der Haut zwar dunkel, tatsächlich ist nur wenig Pigment vorhanden. Um bei diesem Haar eine ausreichende Lichtabsorption zu erzielen, muss die Lichtenergie erhöht werden. Ist die Haut nun auch etwas pigmentiert, so wird auch sie Licht aufnehmen und dadurch erhitzt werden. Auf diesem Weg kann es zu Nebenwirkungen kommen (siehe Abschnitt Nebenwirkungen).

Was tun bei hellen oder roten Haaren mit wenig Pigment und geringer Lichtabsorption?

Da alle auf Licht basierenden Epilationsmethoden (Blitzlampe und Laser) für die Lichtabsorption Pigment erfordern, bleibt es bei der Tatsache, wenig Pigment ergibt wenig Absorption mit nur kleinem Epilationseffekt. Zwar wurden Geräte mit verschiedenen Pulsdauern und Kühltechniken gebaut und mit neuen Namen versehen. Die hohen Versprechungen erweisen sich als unrealistisch.

Es wurde versucht durch ein aufwändiges Verfahren die Haare bis in die Tiefe der Wurzeln zu färben oder nach Wachsepilation dunkle Pigmentpaste in die Haarfollikel zu bringen um die Lichtabsorption in Haarwurzeln zu erhöhen. Beide Techniken erweisen sich als zu wenig wirkungsvoll. Zwei von den Haarpigmenten unabhängige Methoden (Ultraschallzerstörung der Stammzellen und Photodynamische Therapie) sind zur Zeit im Versuchstadium und bis jetzt noch nicht erhältlich. Bis auf weiteres muss man deshalb Personen mit wenig pigmentierten Haaren ehrlicherweise immer noch die Epilation mit Wachs oder mit der Elektro-Kauternadel, Zupfen mit der Pinzette oder Enthaarungscreme empfehlen.

Vorbereitung?

Damit das Licht nicht unerwünschterweise schon die Sonnen- oder Solariumsgebräunte Oberhaut erhitzt, sondern unbehindert zu den Haaren gelangen kann, sollten Sie nicht gebräunt zur Therapie erscheinen. Dies ist vor allem dann von Bedeutung, wenn die Haare mittelbraun sind und leicht absorbierbare Wellenlängenerfordern. (Siehe Punkt „Was wir behandelt, Hauttyp“)

Da die Lichtenergie vom in den Haaren vorhandenen Pigment absorbiert wird, ist es eine absolute Notwendigkeit, dass Haare überhaupt vorhanden sind. Je dicker die Haare sind und je mehr Pigment sie tragen, desto mehr sind sie in der Lage in der Behandlungssitzung Licht aufzunehmen. Damit kommt es im Haar zu einer grösseren Hitzeentwicklung und zu einem besseren Epilationseffekt. Sie sollten vier Wochen vorher die Haare nicht mehr entfernen mittels Zupfen oder Wachsen. Ideal sind zwei bis drei Millimeter lange Stoppeln, wie sie entstehen, wenn drei Tage vor der Behandlung die Haare letztmals rasiert werden (siehe auch Punkt: Kann zwischen den Behandlungen epiliiert werden?).

Wie wird behandelt?

Die Haut kann mit einem Eispack vorgekühlt werden, dann wird auf die Therapiestelle ein Gel aufgetragen, ein Quarzblock auf die Haut aufgesetzt und so das Licht durch die Haut auf die Haarwurzeln geleitet.

Wir verwenden bei uns seit Jahren das IPL Gerät Epilight, das sich durch seine grosse Variabilität an wählbaren Parametern und die grosse Auswahl an möglichen Filtern auszeichnet und damit für verschiedene Haar- und auch für dunklere Hauttypen individuell eingestellt werden kann. Seit 2 Jahren epilieren wir mit dem YLux von Palomar, welches die neusten Erkenntnisse auf diesem Gebiet realisiert was eine viel raschere und vor allem komfortablere Epilation ermöglicht.

Ist die Behandlung schmerzhaft?

Während der Lichtpulse – sie dauern lediglich Millisekunden – verspürt man beim Epilightgerät ein individuell z.T. intensives, lokalisierendes Hitzegefühl, das gelegentlich auch nach der Therapie noch andauern kann. Dieses Gefühl kann durch kühlende Massnahmen auf einfache Weise (Eisbeutel, kalte Umschläge) gemildert werden. In manchen Fällen, vor allem bei grossen Enthaarungszonen am Rücken oder an den Beinen setzen wir ein spezielles Kaltluftgebläse ein, was das Prozedere wesentlich angenehmer macht. Diese Unannehmlichkeiten sind beim Y Lux von Palomar deutlich weniger zu spüren.

Gibt es Nebenwirkungen?

Insgesamt ist die IPL Technik, in der von uns angewendeten Form, die schon 1997 von der FDA (Amerikanische Zulassungsbehörde) anerkannt worden ist, eine komplikationsarme und gewebeschonende Methode. Es können Rötungen, lokale Schwellung, ganz selten oberflächliche Bläschenbildung (dramatisch ausgedrückt handelt es sich dabei um eine Verbrennung 2. Grades) am Einwirkungsort entstehen; diese heilen unter Bildung von braunen Krusten innert 1-2 Wochen ab.

Manchmal verschreiben wir eine entzündungshemmende (cortisonhaltige) Crème für den kurzfristigen Einsatz. Vor allem gebräunte Haut kann vorübergehend heller oder dunkler werden. Aus diesem Grund ist es vorteilhaft, wenn Sie ungebräunt zur Behandlung erscheinen und 4 Wochen nach der Therapie Sonnenexposition vermeiden.

Kann zwischen den Behandlungen epiliiert werden?

Die durch die Behandlung verkümmerten sichtbaren Haarreste fallen längstens nach 10 Tagen ab, sie können bei Wunsch auch gezupft werden. Ansonsten raten wir analog zu den Empfehlungen unter dem Punkt „Vorbereitung“? Die Haare weder mit Pinzette noch mit Wachs zu entfernen. Wir wissen, dass dies vielen Frauen schwer fallen wird, da ohne die täglichen Epilationen sich der Bartwuchs anfangs sogar als verstärkt zeigen mag. Natürlich können Sie die Haare schneiden oder rasieren, entgegen einem weitverbreiteten Irrtum werden sie dadurch nicht verstärkt nachwachsen. Wie unter „Vorbereitung?“ erwähnt ist dies im Hinblick auf ein optimales Behandlungsergebnis sinnvoll.

Kann ein Make-up aufgetragen werden?

Im allgemeinen kann Make-up aufgetragen werden. Achten Sie aber bitte darauf, dass Sie ein Produkt verwenden, das Sie ohne zu reiben wieder entfernen können. Wenn nach der Behandlung Bläschen auftreten - die wie erwähnt – rasch wieder verschwinden, sollten Sie so lange kein Make-up verwenden.

Wie und wann stellt sich der Therapieerfolg ein?

Einige Zeit nach der Epilation fallen die Haare in der behandelten Zone spontan aus. Allmählich wird dann ein zunächst erheblich erscheinender Teil der Haare wieder nachwachsen. Mit zunehmender Behandlungszahl wird aber der Anteil an nachwachsenden Haaren kleiner werden. Bei Dunkelhaarigen darf nach 5-6 Sitzungen eine Verminderung der nachwachsenden Haare von 50 bis 80 % erwartet werden. Dies hat die Auswertung unserer eigenen in den Jahren 1995 bis 2000 gesammelten Erfahrungen ergeben. Diese Zahlen decken sich mit denen anderer europäischer Laserzentren, sie wurden in internationalen Fachzeitschriften publiziert.

Die übrig gebliebenen, nicht völlig entfernten Haare zeigen ein verlangsamtes Wachstum, sie sind feiner und verlieren häufig ihre Pigmentation, das heisst, sie sind heller, weniger gut sicht- und spürbar und wirken so weniger störend. Für Sie äussert sich der Behandlungserfolg auch darin, dass die Pinzettenepilationen nach der Behandlungsserie zeitlich weniger aufwendig werden. Da die Haare dann – wie erwähnt – oft feiner sind, ist das Zupfen der Haare auch weniger schmerzhaft. Ausserdem sind die nach der Pinzettenepilation häufig auftretenden Haarbalg entzündungen viel seltener oder treten gar nicht mehr auf.

Diese letztgenannten Verbesserungen, die sich nicht auf die zahlenmässige Verminderung der Haare beziehen, haben wir in einer in der Laserpraxis erhobenen Nachfrage bei rund 800 Patientinnen und Patienten ermittelt. Sie zeigen, dass, wenn auch nicht alle Haare entfernt werden, doch das weitere „handling“ mit den unerwünschten Haaren wesentlich vereinfacht wird.

Gibt es eine Dauerepilation?

Die FDA (Amerikanische Food and Drug Administration) definiert die anhaltende „permanente“ Enthaarung als eine über drei Monate hinausgehende Haarfreiheit ohne weitere Epilationsmassnahmen, ausgehend von unterschiedlich langen Haarwachstumszyklen.

Diese Definition lässt zwar mit dem Wort „permanent“ an eine „Für-immer-Haarentfernung“ denken, sie nennt dann aber doch eine Befristung für die haarfreie Zeit. Heute erfüllen verschiedene Laser- und IPL-Systeme dieses Kriterium und werben mit dieser Definition. Es ist jedoch sinnvoll, zu verstehen was damit gemeint ist.

Aufgrund unserer Erfahrung, die wir in der Schweiz seit 1994 als Erstanwender mit dieser Methode gemacht haben und die in Studien zusammengefasst wurde, haben wir nie von Dauerepilation und auch nie von 100 prozentiger Enthaarung gesprochen. Die Gründe weshalb es nie zu absoluter Haarfreiheit beziehungsweise immer wieder zum Wachstum neuer Haare kommt sind nach wie vor nicht völlig geklärt. Im sogenannten Haarbalg sitzende Stammzellen sind in der Lage, die für einen Haarfollikel nötigen Zellen neu aufzubauen. Werden also nicht alle Stammzellen vernichtet, kann es immer wieder zur Bildung neuer Haaranlagen kommen. Es wurde unter anderem auch die Hypothese aufgestellt, dass im Gewebe um die Haarfollikel Vorgängerzellen der Haarpapille vorkommen, welche die Wundheilung unterstützen aber auch das Haarwachstum regulieren. Solange diese Vorgänge nicht bis ins letzte geklärt sind, sollte von der Aussage Dauerepilation oder Formulierungen, die eine solche in Aussicht stellen, Abstand genommen werden. Anbieter, die dies „garantieren“ sind unserer Meinung nach zu wenig erfahren oder unseriös.

Dasselbe gilt ebenso für die Versprechungen, die erfolgreiche Enthaarungen auch bei helleren Haarfarben in Aussicht stellen. Noch immer hängt der Erfolg vom Pigmentierungsgrad der Haare ab: viel Pigment bedeutet gute Lichtabsorption, starke Hitzeentwicklung und letztlich nachhaltige Haarwurzelschädigung. (Siehe Punkt: welche Haarefarbe?) Über diesen Zusammenhang kann sich keine Epilationsmethode, die auf der Photo-Thermo-Lyse beruht, hinwegsetzen.

Es liegt an Ihnen, zu entscheiden, ob sich der Aufwand der IPL- Enthaarung für Sie lohnt, oder ob diese Haare mit anderen Methoden entfernt werden sollen.

Wir legen Wert auf eine vorgängige umfassende Aufklärung unserer Patientinnen und Patienten und lassen uns deshalb Ihre Kenntnisnahme vor der Durchführung der Behandlung im Sinne des internationalen Standards schriftlich bestätigen.