

WAS IST ERLAUBT?

Ob Shampoo, Zahnpasta, Bodylotion oder Gesichtspflege: Viele Produkten enthalten Inhaltsstoffe, die wegen ihrer embryotoxischen Wirkung von schwangeren Frauen gemieden werden sollten. Dr. Valentina Bänninger führt an, auf was Ihre Kundinnen verzichten sollten und was während der Schwangerschaft verwendet werden darf.



Kosmetische Inhaltsstoffe und Behandlungen in der Schwangerschaft sind oft ein Spiessrutenlauf. Die folgende Übersicht soll Ihnen dabei helfen, Ihre Kundinnen zu beraten, da-

mit diese sich ein wenig sicherer im Dschungel der Möglichkeiten fühlen. Gleichzeitig wollen werdende Mamas nicht auf die tägliche Beauty-Pflege sowie ästhetische Behandlungen verzichten. Im Folgenden stelle ich Ih-

nen daher vor, welche Inhaltsstoffe in Kosmetika sowie welche Behandlungen für Schwangere erlaubt sind und welche nicht.

Grundsätzlich gilt: Kosmetika können, anders als Medikamente, per-

Definition die Basalmembran, also die Unterhautgrenze, nicht durchdringen und somit auch nicht in den Blutkreislauf gelangen. Daraus ergibt sich, dass die meisten Kosmetika in der Schwangerschaft mit Ausnahme der unten aufgelisteten Substanzen unbedenklich sind.

VERBOTENE SUBSTANZEN IN DER SCHWANGERSCHAFT

- Alle Formen von topischen und systemischen Retinoiden. Sie werden einerseits gegen Akne sowie im Anti-Aging-Bereich verwendet. Retinoide sind Vitamin-A-Säurederivate und haben einen teratogenen, das heisst embryotoxischen und fruchtschädigenden Effekt. Stoffe mit folgenden Bezeichnungen (nicht abschliessend) gehören ebenfalls dazu: Retinylpalmitat, Retinsäure, Retinaldehyd, Adapalene, Tretinoin, Isotretinoin und Tazaroten.
- Tetracyclin-Antibiotika in systemischer und topischer Form (dazu gehören unter anderem: Tetracyclin, Doxycyclin, Mincocyclin, Lymecyclin). Sie werden bei entzündlichen Formen der Akne und Rosacea sowie perioraler Dermatitis gerne eingesetzt. Sie können beim ungeborenen Fötus Störungen in der Zahn- und Knochenbildung sowie insbesondere im letzten Trimenon Zahnverfärbungen auslösen.
- Von der Verwendung von Salicylsäure als einer Form des chemischen Peelings in Konzentrationen höher als 2 Prozent wird generell während der ganzen Schwangerschaft abgeraten. Insbesondere im letzten Trimester ist der Gebrauch von Salicylsäure in höheren Konzentrationen mit der verminderten Produktion von Prostaglandinen assoziiert. Dies kann sich negativ auf den fetalen Kreislauf auswirken, was zu einem vorzeitigen Verschluss des Ductus Botalli führen kann. Die zufällige Nutzung von Salicylsäure in höherer Konzentration als 2 Prozent erfolgt kaum, da frei verkäufliche Produkte kaum mehr als 2 Prozent Salicylsäure enthalten. Hingegen ist bei kosme-



„KOSMETIKA KÖNNEN, ANDERS ALS MEDIKAMENTE, PER DEFINITION DIE BASALMEMBRAN, ALSO DIE UNTERHAUTGRENZE, NICHT DURCHDRINGEN UND SOMIT AUCH NICHT IN DEN BLUTKREISLAUF GELANGEN.“



tischen Kabinenprodukten stets Vorsicht geboten.

- BHA (entspricht einem langkettigen Salicylsäurederivat) sollte aus den obengenannten Gründen ebenfalls gemieden werden.
- Hydrochinon wird in der Kosmetik gerne als topisches Bleichmittel verwendet. Es ist embryotoxisch. Achtung – auch die sekundären Pflanzenstoffe Arbutin und Alpha-Arbutin sollten nicht verwendet werden. Diese können in der Haut zu Hydrochinon verstoffwechselt werden und so trotz vermeintlicher Unbedenklichkeit den ungeborenen Fötus schädigen.
- Chemische Filter in Sonnenschutzprodukten gilt es in der Schwangerschaft aufgrund ihrer hormonellen Aktivität zu meiden. Lieber zu Produkten mit einem physikalischen Lichtschutzfaktor von 50+ greifen.
- Triclosan, das als Konservierungsmittel in verschiedensten Kosme-

tika und Zahnpasta sowie als Desinfektionsmittel verwendet wird, sollte in der Schwangerschaft aufgrund einer Korrelation mit hormonellen Störungen bei den Kindern der behandelten Schwangeren (vorzeitiges Einsetzen der Pubertät bei Mädchen) sowie aufgrund von Störungen des Nervensystems des ungeborenen Kindes gemieden werden.

- Phtalate, insbesondere Diethylphtalat und Dimethylphtalat (DEP und DMP), werden als Weichmacher in Shampoo, Sonnencreme, Deo und Nagellack verwendet. Diese Stoffe werden mit der Gefahr von Frühgeburten sowie allergischem Asthma assoziiert. Des Weiteren besteht die Gefahr, dass es zu einer Verweiblichung von männlichen Föten kommt, wenn die Mütter erhöhten Konzentrationen von Phtalaten ausgesetzt sind.
- Formaldehyd, das in fast allen Nagel- und Haarlacken sowie im



Schwangeren Kundinnen dürfen Sie zur nährenden und hydrierenden Pflege zu Produkten mit Hyaluronsäure, Peptiden, Niacinamiden und Ceramiden raten.

Verbotene ästhetische Treatments in der Schwangerschaft

- Sämtliche Laserbehandlungen
- Microneedling mit Radiofrequenz
- Chemische Peelings
- Kosmetische Behandlungen mit Produkten aus oben stehender „Verbotsliste“
- Wimpern-Liftings und -verlängerungen
- Kunstnägelbehandlungen
- Hyaluronsäure und Behandlungen mit Biostimulatoren
- Behandlungen mit Botulinumtoxin

Erlaubte ästhetische Treatments in der Schwangerschaft

- Kosmetisches Microneedling
- Mikrodermabrasion bis max. 0,5 mm Tiefe
- PRP-Eigenblutbehandlung, sofern keine Antikoagulanzen zugegeben werden
- Kosmetische Behandlungen mit Kabinenprodukten, die auf die oben genannten bedenklichen Inhaltsstoffe verzichten

Wimpernkleber vorkommt, ist stark embryotoxisch. Es kann zu Herzkrankheiten führen und steigert das Frühgeburtsrisiko. Das Label „formaldehydfrei“ wird mittlerweile von vielen Kosmetikherstellern freiwillig verwendet.

- Polyethylenglycole und PEG-Derivate werden in kosmetischen Pro-

dukten als Emulgator verwendet insbesondere in Shampoo und Zahnpasta sowie Bodylotions findet man diese sehr häufig. Polyethylenglycole und PEG-Derivate erhöhen die Durchlässigkeit der Haut und machen sie so auch gegenüber anderen Schadstoffen für die schwangere Frau anfälliger. Da-

durch steigt das Risiko von allergischen Reaktionen.

- Parabene, von denen leider nur die gängigsten (Isopropyl-, Isobutyl-, Pentyl-, Benzyl- und Phenylparaben) in der Schweiz und der EU verboten wurden, stehen im Verdacht, eine hormonelle Aktivität im Sinne von Östrogenimitatoren zu entfalten. Ihre schädliche Wirkung im Sinne von Langzeitfolgen ist aktuell nicht ausreichend belegt. Schwangere sollten Parabene deshalb wenn immer möglich meiden.
- Naturstoffe wie einige Öle (nicht abschliessend), etwa Rosmarin-, Zimt-, Salbei- und Fenchelöl, sollten aufgrund ihrer wehenfördernden Eigenschaften gemieden werden.

ERLAUBTE SUBSTANZEN IN DER SCHWANGERSCHAFT

- Gegen akneiforme Störungen können Salben mit Azelainsäure, Niacinamiden, Benzylperoxid und Erythromycin verwendet werden.
- Beruhigend darf mittels Panthenol, Allantoin oder Grünteeextrakt auf die Haut eingewirkt werden.
- Antioxidativ kann mit Vitamin C und dessen Derivaten, Ferulasäure, Coenzym Q10, Beta-Glucan sowie Resevatrol und Vitamin E gefahrlos gearbeitet werden.
- Hydrierend und nährend darf mit Hyaluronsäure, Peptiden, Niacinamiden und Ceramiden gearbeitet werden.
- Für milde Peelings in der Schwangerschaft können AHA-Fruchtsäuren in niedrigen Konzentrationen, wie Glycol-, Milch-, Apfel-, Zitronen- und Weinsäure verwendet werden.
- Ein physikalischer LSF ist in der Schwangerschaft Pflicht.



Dr. Valentina Bäminger

ist Dermatologin und hat sich auf dermatochirurgische Ästhetik spezialisiert. Sie ist leitende Ärztin und Mitbegründerin des Hautzentrums sweet skin in Baar. www.sweet.skin