

Dr. med. Georg P. Heilgemeir

Regelmäßige Anwendung von Syndets schont den Säuremantel der Haut und beugt so dem Eindringen von Keimen vor

Häufig waschen ja — aber nicht mit Seife!

Regelmäßige Hautreinigung ist notwendig. Gefahren können jedoch z.B. beim Sportler entstehen, dessen Hautreinigungsgewohnheiten durch besonders häufiges Duschen, Anwendung von schäumenden Syndets oder Seifen und nahezu immer damit verbundener Haarwäsche gekennzeichnet ist. Dies kann zu schädlichen Nebenwirkungen an der Haut führen. Um Empfehlungen zur richtigen Hautreinigung geben zu können, ist es sinnvoll, sich mit der Wirkung von Wasser, Seifen und Syndets* auf der Haut vertraut zu machen.

Wasser ist einerseits das einfachste Reinigungsmittel, andererseits dient es beim Waschvorgang sowohl für Seifen als auch für Syndets als Lösungsmittel. Als alleiniges Reinigungsmittel ist es keineswegs ideal. So kann die Haut durch gehäuftes Waschen mit warmem Wasser, durch gehäuftes Duschen oder durch feuchte Umschläge und Bäder trockener und weniger benetzbar gemacht werden. Juckreiz, Rötung und Schuppung sind hierfür ein vom Hautarzt häufig beobachtetes Beispiel.

Alkalische Reaktion der Seife reizt die Haut

Auch das meist benutzte Reinigungsmittel, die Seife (Salze starker Laugen wie Natron- oder Kalilauge mit Fettsäuren), ist vom Standpunkt des Hautarztes nicht als ideal zu bezeichnen. Die Anwendung von Seife kann sich nämlich besonders für die sportbeanspruchte Haut nachteilig auswirken. Während an gesunder Haut die Reinigung mit Seife im allgemeinen keine faßbaren Folgen hinterläßt, reagiert vorgeschädigte oder entzündlich veränderte Haut auf Seifenwaschungen empfindlicher. Die Effekte sind abhängig von der Konzentration, der Temperatur, der Zeitdauer und der Art der An-

* z.B. seba med®; Vertrieb: Sebapharma GmbH + Co., 5407 Boppard 1-Bad Salzbig

wendung. Die aus der Seife zusammen mit Wasser gebildete Waschlösung reagiert stets stark alkalisch. Die alkalische Reaktion kann dabei vor allem bei längerem und häufigem Kontakt zu Hautreizungen bis hin zum sogenannten Seifenekzem führen.

Der Säuremantel der gesunden Haut mit seiner natürlichen Schutzfunktion wird durch die alkalische Seife negativ beeinflusst. Die hervorgerufene Quellung der Haut verlangsamt eine rasche Wasserabdestillation. Bei Sportlern häufig beobachtetes „Wundsein“ besonders an Körperstellen, an denen Haut auf Haut liegt, also im Bereich der großen Körperfalten, wird verstärkt. Die Erneuerung des Säuremantels der Haut wird verhindert.

Überdies löst die Waschlösung aus der Hornschicht auch Fettsubstanzen, die für die Geschmeidigkeit der Haut verantwortlich sind.

Seife ist ein starkes Magnesium- und vor allem Kalzium-Fällungsmittel. Darauf beruht bekanntlich die Messung der Härte des Wassers mit Seifenlösung. Jeder kennt den Schmutzrand am Waschbecken als Folge der Kalzium-Fällung im Waschwasser nach Seifenanwendung. Solange die Haut durch eine normale Hornschicht vor dem Eindringen der Seife geschützt wird, ist dies ohne nennenswerte Bedeutung. Anders, wenn das Hautorgan, z.B. bei Hauterkrankungen durch Sportausübung, geöffnet ist, wenn also die Hornschicht unvollständig ist und lebende Zellen der Oberhaut freiliegen. Es kommt dann zu einer Magnesium- und Kalzium-Fällung in freiliegenden Zellen der Oberhaut mit Entwicklung von Juckreiz und Verschlimmerung der Hautveränderungen.

Seifen haben keine keimhemmende Wirkung

Seifen an sich besitzen offenbar keine nennenswerte Wirkung gegen Bakterien und Pilze auf der Haut. Es konnte sogar nachgewiesen werden, daß die Besiedelung der Haut mit Krankheitserregern (z.B. pathogene Staphylokokken) mit dem Grad der Alkalität der Seife zunimmt.

Der Begriff Syndets leitet sich ab von synthetischen Detergentien. Hierunter versteht man auf der Basis synthetischer Detergentien hergestellte flüssige oder feste Hautreinigungsmittel. Die synthetischen Detergenzien haben besonders in den letzten drei Jahrzehnten eine zunehmende Verbreitung gefunden und sind dabei, die herkömmlichen Seifenprodukte bei der Hautreinigung mehr und mehr zu verdrängen. Im Gegensatz zu Seifen lassen sich Syndets ansäuern und erlauben so eine Reinigung unter Schonung des Säuremantels der Haut, so daß selbst bei häufiger Reinigung keine Veränderung des Säuregrades der Haut nachgewiesen werden kann.

Wie durch Wasser und Seife kann auch durch Syndets der Fettmantel der Haut, wenn auch unterschiedlich stark, angegriffen werden. Wenn vermehrter Umgang mit Syndets zu Hautschäden führt, so ist in erster Linie unzureichendes Abspülen der Waschlösung verantwortlich zu machen. Gegebenenfalls vorhandene hautreizende Eigenschaften von Syndets können

durch Zugabe von verschiedenen Substanzen gut kompensiert werden. Überfettungsmittel können Syndets zugesetzt werden und so während des Waschvorganges auf die Haut aufziehen.

Im Gegensatz zu Seifen haben Syndets keine magnesium- und kalzium-fällende Wirkung, sie enthärten Wasser nicht, es kommt dadurch zu einem sofortigen Eintritt der Waschwirkung mit einem geringeren Verbrauch an Reinigungsmitteln. Deshalb wird auch der Schmutzrand am Waschbecken nach Gebrauch eines Syndets nicht beobachtet.

Überdies läßt sich durch spezielle Zusätze, z.B. keimhemmende und desodorierende, das Wirkungsspektrum der Syndets erweitern.

Syndets – vor allem bei sportbeanspruchter Haut

Aufgrund der Nebenwirkungen bei der Hautreinigung mit Seife wird verständlich, daß bei Hauterkrankungen, die durch Sport entstanden sind, durch falsche Reinigungsmittel der Heilungsprozeß hinausgezögert werden kann, ja Verschlimmerung oder Rückfälle zu erwarten sind. Da andererseits gerade bei sportbeanspruchter Haut eine Hautreinigung häufiger erforderlich ist, stellen Syndets hier einen Ausweg dar. Gerade Sportler sind durch ihre Tätigkeit mit viel Schweißproduktion, teilweise luftabweisender Kleidung, für Infektionen der Haut recht empfänglich. Bei sportlichen Betätigungen ist die Haut außerdem in besonderem Maße Belastungen ausgesetzt. Bakterielle Hauterkrankungen beginnen gern an den Haarfollikeln. Dabei wird dem Haar selbst eine ursächliche Funktion für das Entstehen von kleinsten Verletzungen zugeschrieben. Es entstehen innerhalb kurzer Zeit von einem Haar durchbohrte Eiterbläschen. In der Medizin sieht man sie nicht selten unter Pflasterverbänden, beim Sport häufig nach Kratzen oder Kleben von Textilien auf schweißfeuchter Haut. In tieferen Regionen der Haarfollikel sind Furunkel und Karbunkel anzutreffen. Am Haar entlang dringen die Bakterien in die Tiefe vor und rufen dort eine Entzündung hervor. Furunkel findet man deswegen nur an behaarten Körperstellen. Besonders im Sport sind Furunkel nicht selten. Sie können schon durch das Scheuern von Kleidung und örtlich wiederholte Beanspruchung wie beim Rudern, Reiten oder Radfahren entstehen.

seba med hat zusätzlich keimhemmende Eigenschaften

Von Bedeutung und besonders unangenehm sind auch Infektionen des Nagelwalls. Als Ausgangspunkte gelten in der Regel Verletzungen der Nagelhaut, wie sie bei Sportausübung häufig vorkommen. Eine weitere durch Bakterien hervorgerufene Erkrankung, die man bei Sportlern häufig antrifft, ohne krankheitserregende Bedeutung, aber doch unangenehm, ist eine gelblich bis rote Umscheidung der Achselhaare. Diese Infektion befällt nur das äußere Haar. Bei den oben erwähnten bakteriellen Infektionen der sportbeanspruchten Haut kann durch die Hautreinigung mit Syndets mit einer Unterstützung der Behandlung gerechnet werden. Nach Anwendung

saurer Syndets wird nämlich ein Anstieg im Säuregrad der Haut verzeichnet. Einigen Syndets kommen dabei zusätzlich keimhemmende Eigenschaften zu, wie z.B. seba med. Aus denselben Gründen zählt unangenehmer Schweißgeruch als Folge erhöhter bakterieller Zersetzung des Schweißes, wie er bei Sportausübung häufig beobachtet wird, zu den bevorzugten Indikationen.

Deshalb ist es hier nicht notwendig, dem Hautreinigungsmittel Desinfektionsmittel zuzusetzen, was wiederum vom Standpunkt des Hautarztes als sehr günstig zu beurteilen ist, da desinfizierende Zusätze auch Allergien der Haut hervorrufen können.

Pilzkrankungen sind ebenfalls bei Sportlern weit verbreitet. Das Auftreten der Erkrankung ist nicht nur an das Vorhandensein des Erregers geknüpft, sondern weit mehr sind durch den Sport verursachte Veränderungen der Hauteigenschaften und die Belastung der Haut für das Entstehen der Erkrankung verantwortlich. Probleme wirft die außerordentliche Neigung zu Rückfällen auf, besonders bei Sportlern, die häufig schwitzen und mit nicht genügend luftdurchlässiger Kleidung konfrontiert sind. Hier sind Syndets von großem Vorteil, da sie eine antimykotische Therapie wirksam unterstützen können.

Schwimmen in natürlichen Gewässern bringt eine Reihe von Risikofaktoren mit sich, die nicht nur die Hautaufweichung und Hautauslaugung durch den Wassereffekt direkt betreffen, sondern auch industrielle Abwässer beinhalten, die je nach Lage der Gewässer variieren. Gerade hier ist eine gründliche Hautreinigung sehr wichtig. Häufig kommt es beim Langstreckenschwimmen auch zu Hautscheuern. Durch eine leichte eiweißfällende Wirkung führen Syndets hier zu einer Art Adstringierung der Haut, was im Erkrankungsfalle sehr günstig ist.

Eine weitere Hauterkrankung, die durch Sportausübung verschlimmert werden kann, ist die Akne. Auch hier erscheint die Hautreinigung mit Syndets vorteilhaft, da ein geringer Austrocknungseffekt von Syndets bei Erkrankungen der anlagebedingt fettigen Haut, wie sie der Akne zugrunde liegt, hier sogar erwünscht ist.

Zusammenfassend kann man bei Beachtung der entsprechenden Anwendungsbereiche und normalem Gebrauch angesichts der weiten Verbreitung und nunmehr jahrzehntelanger klinischer Erfahrung den meisten Syndets eine gute Hautverträglichkeit bescheinigen.

Dr. med. P. G. Heilgemeir, Arzt f. Hautkrankheiten, Allergologie und Sportmedizin, Rathausplatz 8, 8900 Augsburg