



**DR. STEFAN
DUVE**

„Es können positive Effekte auf die Hautalterung, Pigmentstörungen oder Akne erzielt werden“

Der Dermatologe mit Praxis in München (www.haut-und-laser-zentrum.de) verrät, wie die Haut von Rotlicht profitieren kann:

Warum tut das rote Licht der Haut so gut?

Rotlicht erzeugt eine bessere Durchblutung. Das bedeutet auch immer eine bessere Nährstoffversorgung sowie eine Aktivierung des Stoffwechsels. Auf diese Art und Weise kommt es dann unter anderem zu einer Aktivierung der kleinen Blutgefäße und somit zu positiven Effekten auf die Hautalterung, bei Pigmentstörungen oder Akne. Weltweit haben sich Rotlicht-Anwendungen insbesondere durch Rotlicht-Masken für das Gesicht bewährt. Vor allem in Brasilien und Asien wird Rotlicht als ergänzende Therapieform häufig angewendet, auch in New York und Hollywood ist es Trend. Durch die neue Möglichkeit einer professionellen Ganzkörperbehandlung in der Dermatologiepraxis wird das Anwendungsspektrum nun sogar noch größer. **Viele Promis schwören auf Rotlicht, um Cellulite zu mindern. Was ist da dran?**

Auch eine Rotlicht-Behandlung ist keine 100-prozentige Therapie bei Cellulite – aber die gibt es bei diesem Thema sowieso nicht. Durch die durchblutungsfördernde

und damit stoffwechselaktivierende Wirkung hat Rotlicht aber definitiv einen positiven Einfluss bei einer Cellulitebehandlung.

Wie oft sollte die Behandlung erfolgen und wann lassen sich erste Effekte beobachten?

Wie bei allen Anwendungen gilt es, ein gesundes Mittelmaß einzuhalten. Zu wenig nützt nichts, zu viel kann auch Nebenwirkungen wie z.B. Hautrötungen nach sich ziehen. Daher rate ich bei einer Ganzkörper-Rotlichtbehandlung mit dem sogenannten Dayton Light Spa Pure Beauty-Gerät zu maximal drei Sitzungen pro Woche für jeweils 10 bis 20 Minuten. Das natürlich immer in Rücksprache mit der Dermatologie-Praxis.

Gibt es Risiken?

Nein: Das Treatment ist nicht-invasiv, arbeitet ohne Chemie, und es gibt bei richtiger Anwendung keine Nebenwirkungen. Es gibt keine Ausfallzeiten, die Behandlung ist komplett schmerzfrei und kann immer wieder mal schnell zwischen-durch in der Mittagspause durchgeführt werden.

FOTOS: BAUERSTOCK/SHUTTERSTOCK (3), GETTY IMAGES, PR