

Sind Selbstbräuner eine gesunde Alternative zur Sonne?

Dr. Sabine Zenker

Hautärztin aus München

Ja, Selbstbräuner und Spraytanning sind die einzigen Möglichkeiten, frisch auszusehen, ohne die Haut zu schädigen. Das enthaltene Dihydroxyaceton (DHA), ein Zuckermolekül, löst dabei eine Bräunung der Hornschicht aus.

Wie lange hält der Effekt an?

Wenn man es wiederholt und die Haut gut pflegt, genauso lange wie normale Sonnenbräune.

Was ist eigentlich Spraytanning?

Dabei wird in Kosmetik-Instituten Selbstbräuner mit einem Spezialgerät ganz fein aufgesprüht, sodass eine gleichmäßige Bräune entsteht. Das professionelle Tanning hält meist länger als die Anwendung zu Hause.

Können allergische Reaktionen auftreten?

Grundsätzlich eignet es sich auch für Allergiker. Trotzdem können wie bei allen Kosmetikprodukten Unverträglichkeitsreaktionen auftreten.

Wer empfindliche Haut oder eine Allergie hat, kann es vorher an einer kleinen Hautstelle testen.

Verursachen Selbstbräuner auch Pigmentflecken?

Nein, auch vorhandene sogenannte Altersflecken werden dadurch nicht dunkler. Im Gegenteil: Sie können damit etwas kaschiert werden.

Worauf sollte man beim „künstlichen Bräunen“ achten?

Am Abend vorher ein gründliches Peeling machen, direkt vorm Selbstbräunen oder Spraytanning duschen und nicht eincremen.



Neu: Spraytanning für zu Hause

Bräunungsgerät „MineTan Bronze Babe Personal Spray Tan Kit“ versprüht feinen Bräunungsnebel. Um 130 € bei QVC.