

# Pigmentflecken: Ursachen, Vorbeugung und effektive Behandlungen

Expert Kosmetikstudio Berlin | Datum: 17.02.2025

---

**Pigmentflecken** – dunkle Verfärbungen auf der Haut – sind für viele Menschen ein ästhetisches Problem. Besonders im Gesicht, an den Händen und auf dem Dekolleté können sie das Hautbild uneben wirken lassen. Doch wie entstehen diese **Pigmentstörungen** eigentlich, und was kann man dagegen tun? In diesem Artikel erfahren Sie alles über die Ursachen von Pigmentflecken, wirksame Vorbeugung und die besten **Behandlungsmöglichkeiten**. Erfahren Sie außerdem, wie unsere innovative [Mesoporation](#) in unserem [Kosmetikstudio in Berlin](#) Ihnen helfen kann, einen ebenmäßigen und strahlenden Teint zu erzielen.

## Was sind Pigmentflecken?

Pigmentflecken (Hyperpigmentierung) entstehen durch eine Überproduktion von **Melanin**, dem Hautfarbstoff, der unserer Haut ihre Farbe verleiht. Diese Melaninanhäufungen zeigen sich als dunkle Flecken auf der Haut und können in verschiedenen Formen auftreten:

- **Altersflecken (Lentigines):** Verursacht durch jahrelange Sonneneinstrahlung und Hautalterung.
- **Melasma:** Hormonell bedingte Pigmentierung, häufig während der Schwangerschaft oder durch hormonelle Verhütungsmittel.
- **Postinflammatorische Hyperpigmentierung:** Entsteht nach Hautverletzungen, Akne oder Entzündungen.

# Ursachen für Pigmentflecken

## 1. Sonneneinstrahlung und UV-Strahlen

Übermäßige Sonnenexposition ist die häufigste Ursache für Pigmentflecken. UV-Strahlen regen die Melaninproduktion an, um die Haut zu schützen. Bei übermäßiger Einwirkung entstehen jedoch ungleichmäßige Ansammlungen von Melanin – sichtbare Pigmentflecken.

## 2. Hormonelle Veränderungen

Hormonelle Schwankungen während der **Schwangerschaft** (Chloasma), durch **Verhütungsmittel** oder in den **Wechseljahren** können Pigmentstörungen verursachen.

## 3. Hautverletzungen und Entzündungen

Akne, Schnittwunden oder Hautreizungen können postinflammatorische Hyperpigmentierungen hinterlassen, die oft dunkler sind als der umgebende Hautton.

## 4. Alterungsprozess

Mit zunehmendem Alter verlangsamt sich die Zellregeneration, und Sonnenschäden werden sichtbarer. So entstehen **Altersflecken**, auch **Lentigines** genannt.

## 5. Genetische Veranlagung

Bei manchen Menschen sind Pigmentflecken genetisch bedingt. Wenn Eltern oder Großeltern zu Pigmentstörungen neigen, besteht eine erhöhte Wahrscheinlichkeit, dass diese ebenfalls auftreten.

## 6. Medikamente und Kosmetika

Bestimmte Medikamente, wie Antibiotika, Chemotherapeutika oder hormonelle Präparate, können die Haut lichtempfindlicher machen und Pigmentstörungen auslösen. Auch Parfums und ätherische Öle in Kosmetika können in Verbindung mit Sonnenlicht Pigmentflecken verursachen.

# Wie kann man Pigmentflecken vorbeugen?

## 1. Sonnenschutz als Muss

- **Täglicher Sonnenschutz** mit mindestens SPF 30 ist der effektivste Schutz vor Pigmentflecken.
- **Breitband-Sonnencremes** schützen sowohl vor **UVA- als auch UVB-Strahlen**, die die Hautalterung und Pigmentbildung fördern.
- **Hut und Sonnenbrille** als zusätzlicher Schutz vor direkter UV-Strahlung.

## 2. Vermeidung von UV-Exposition

- **Mittagssonne meiden**, wenn die UV-Strahlen am intensivsten sind (zwischen 11 und 15 Uhr).
- **Solarium** vermeiden, da künstliche UV-Strahlen ebenfalls Pigmentstörungen verursachen können.

## 3. Hormonelle Faktoren berücksichtigen

- Bei hormonellen Veränderungen (z. B. Schwangerschaft oder hormoneller Verhütung) besonders auf Sonnenschutz achten.
- Falls möglich, Wechsel auf hormonfreie Verhütungsmethoden in Erwägung ziehen.

## 4. Sanfte Hautpflege

- **Keine aggressiven Peelings** oder reizende Inhaltsstoffe verwenden, die die Hautbarriere schwächen und Pigmentflecken fördern können.
- **Feuchtigkeitspflege** mit Antioxidantien (Vitamin C, Vitamin E) schützt die Haut vor oxidativem Stress.

## Wie kann man Pigmentflecken behandeln?

Es gibt verschiedene **Möglichkeiten zur Behandlung von Pigmentflecken**, je nach Ursache und Intensität der Verfärbungen:

### 1. Aufhellende Cremes und Seren

- **Wirkstoffe wie Vitamin C, Niacinamid, Azelainsäure und Retinol** hemmen die Melaninproduktion und helfen, Pigmentflecken aufzuhellen.
- **Hydrochinon** gilt als starker Aufheller, sollte jedoch nur unter ärztlicher Aufsicht verwendet werden.

## 2. Chemische Peelings

- **AHA (Glykolsäure) und BHA (Salicylsäure)** entfernen abgestorbene Hautzellen und regen die Zellerneuerung an.
- **Fruchtsäurepeelings** helfen, oberflächliche Pigmentstörungen zu reduzieren.

## 3. Laserbehandlungen

- **Lasertherapien** (z. B. Fraxel oder IPL) zielen gezielt auf Pigmentablagerungen und bauen sie ab.
- Effektiv bei hartnäckigen Pigmentflecken, jedoch mit Ausfallzeiten und höherem Kostenaufwand verbunden.

## Mesoporation bei Pigmentflecken: Die sanfte und effektive Lösung

In unserem [Kosmetikstudio in Berlin](#) bieten wir eine besonders schonende und effektive Methode zur Behandlung von Pigmentflecken an: **Mesoporation**.

### Was ist Mesoporation und wie wirkt sie bei Pigmentflecken?

- **Mesoporation** ist eine nadelfreie Behandlung, bei der mittels elektrischer Impulse Wirkstoffe tief in die Haut eingeschleust werden.
- Durch diese Impulse öffnen sich feine Kanäle in der Haut, durch die aufhellende Wirkstoffe wie **Vitamin C, Niacinamid und Hyaluronsäure** bis in die tieferen Hautschichten gelangen können.
- Diese Wirkstoffe hemmen die Melaninproduktion und sorgen für eine **Aufhellung von Pigmentflecken**.

- Zusätzlich wird die **Zellerneuerung angeregt**, was die Hautstruktur verfeinert und den Teint ebenmäßiger erscheinen lässt.

## Vorteile der Mesoporation bei Pigmentflecken

- **Schmerzfrei und ohne Nadeln**
- **Keine Ausfallzeiten** – Sie sind sofort wieder gesellschaftsfähig
- **Tiefe Wirkstoffaufnahme** für lang anhaltende Ergebnisse
- **Geeignet für alle Hauttypen** und auch empfindliche Haut

## Vereinbaren Sie jetzt Ihren Termin!

Wenn Sie **Pigmentflecken** wirksam bekämpfen und einen **ebenmäßigen Teint** erzielen möchten, dann vereinbaren Sie noch heute einen Termin zur Mesoporation in unserem Kosmetikstudio in Berlin. Mit über 12 Jahren Erfahrung bieten wir Ihnen eine professionelle und schonende Behandlung, die auf Ihre individuellen Hautbedürfnisse abgestimmt ist.

**Kontaktieren Sie uns und lassen Sie Ihre Haut wieder strahlen!**

---

### Expert Kosmetikstudio Berlin

Diese Information stammt von unserer Webseite. Den vollständigen Artikel finden Sie unter:

<https://kosmetikstudioexpert.de/pigmentflecken-ursachen-vorbeugung-und-effektive-behandlungen/>

© 2026 Expert Kosmetikstudio Berlin | [kosmetikstudioexpert.de](https://kosmetikstudioexpert.de)