



Bild links: Vitamin C ist für eine gesunde und glatte Haut viel wichtiger als man lange Zeit dachte.
Foto: www.homejobsbymom.com/ https://flic.kr/p/hzdNQB

Kann Vitamin C Falten verhindern?

Dr. Anna-Luise Rinneberg spricht mit uns über den Vitamin-C-Hype in der Kosmetik ...

Top Magazin: Frau Dr. Rinneberg, seit einiger Zeit hat die Kosmetikindustrie Vitamin C als Wunderwaffe für glatte Haut entdeckt. Was halten Sie davon?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Vitamin C ist für eine gesunde, schöne und glatte Haut viel wichtiger als man lange Zeit dachte.

Top Magazin: Warum braucht unsere Haut Vitamin C?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Vitamin C – wissenschaftlich Ascorbinsäure – hat vielfältige positive Wirkungen auf die Haut. Ascorbinsäure erhöht zum Beispiel die Papillendichte in der Haut. Die Papillen sind wichtig für die Versorgung der

Haut mit Sauerstoff und Nährstoffen. Je mehr Papillen, desto besser für die Haut.

Top Magazin: Worauf wirkt sich Vitamin C weiterhin aus?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Kollagen, ein Eiweißbaustein unseres Körpers, ist ganz wichtig für die Festigkeit und Spannkraft unserer Haut. Falten entstehen, wenn die Kollagenmenge im Laufe des Lebens oder durch äußere Einflüsse abnimmt. Vitamin C unterstützt die Neubildung von Kollagen und kann so Falten mindern oder ihre Entstehung verzögern.

Top Magazin: Ist Vitamin C also das neue Botox?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Auf jeden Fall wirkt es natürlicher und greift nicht so stark in den Organismus ein. Darüber hinaus ist Ascorbinsäure in der Lage, freie Radikale, die durch Umwelteinflüsse,



Beauty Cocktail: unsere Haut liebt hochdosiertes Vitamin C. Foto: alamy.com

Rauchen und Stress entstehen, einzufangen und unschädlich zu machen. Vitamin C ist ein perfekter Radikalfänger und schützt deshalb Körper, Seele sowie Haut.

Top Magazin: Wie bekommt man Vitamin C in die Haut?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Die beste Möglichkeit ist, der Haut Vitamin C von innen zuzuführen, durch die Nahrung oder – noch wirksamer – durch Infusionen.

Top Magazin: Der Weg von außen in Form von Cremes oder Serum-Präparaten ist aber direkter, oder?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Nur auf den ersten Blick. Die natürliche Versorgung der Haut mit Vitamin C erfolgt von innen. Das Vitamin gelangt über die Nahrung in die Blutbahn und von dort in die Hautzellen. In welchem Ausmaß der Haut von außen durch kosmetische Präparate Vitamin C zugeführt werden kann, ist zurzeit noch nicht umfassend geklärt.

Top Magazin: Weckt die Kosmetikindustrie demnach falsche Hoffnungen?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Aus ärztlicher Sicht schon. Die Industrie arbeitet zum Beispiel mit dem Argument, der Wirkstofftransport bis zur Haut sei durch den Verdauungstrakt eingeschränkt. Das ist zunächst richtig. Die Schlussfolgerung der Kosmetikindustrie, dass man deshalb Vitamin C von außen zuführen müsse, ist aber nicht ganz korrekt.

Top Magazin: Was bringt aus medizinischer Sicht den größtmöglichen Erfolg?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Die medizinisch wirksamste Methode, die Haut mit Vitamin C zu versorgen, ist über Vitamin-Infusionen. Das sagen uns die Kosmetikerhersteller natürlich nicht, weil sie nur Cremes und Seren anbieten.

Top Magazin: Gibt es diese Infusionen bei jedem Hautarzt?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Nur in spezialisierten Praxen. Ich selbst biete in meinen Praxen in Orscholz und Tünsdorf Vitamin-C-Infusionen an und sehe täglich positive Ergebnisse.

Top Magazin: Können Sie uns etwas zu den Kosten sagen?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Eine Vitamin-C-Infusion kostet bei uns 55 Euro – Wohlfühlatmosphäre inbegriffen!

Top Magazin: Warum sind Vitamin-Infusionen so wirksam?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Weil die Vitamine unter Umgehung des Verdauungstraktes sofort ins Blut gelangen und von dort auf direktem Wege die Haut mit großen Mengen an Vitamin C versorgen können. Hinzu kommt, dass wir die Infusionen zusätzlich mit Zink, Aminosäuren und B-Vitaminen anreichern. Gerade diese Mischung ist für die Haut besonders effektiv.

Top Magazin: Frau Dr. Rinneberg, herzlichen Dank für dieses informative Gespräch!

Weitere Informationen per E-Mail unter: info@arztpraxis-rinneberg.de ■



Dr. Anna-Luise Rinneberg

*Sie & Ihre Wohl
Ihre
Dr. Anna-Luise Rinneberg*



DR. RINNEBERG
UND DR. RINNEBERG

**Gemeinschaftspraxis
Dr. med. Anna-Luise Rinneberg
Dr. med. Sylvia Rinneberg**

Saarlandplatz 8
D-66693 Mettlach-Orscholz
Telefon + 49 (0)68 65 711
Web www.arztpraxis-rinneberg.de

E-Mail info@arztpraxis-rinneberg.de

Drei Wege, die Haut mit Vitamin C zu versorgen	Wirksamkeit
Nahrungsmittel	***
Kosmetische Cremes und Seren	**
Vitamin C Infusionen	*****