

[www.stylesy.de/thema/haarentfernung](http://www.stylesy.de/thema/haarentfernung)



E-BOOK  
RATGEBER

# HAARENTFERNUNG

|          |   |           |
|----------|---|-----------|
| <b>1</b> | <b>Haarentfernung.....</b>                            | <b>4</b>  |
| <b>2</b> | <b>Rasur ist nicht gleich Rasur .....</b>             | <b>4</b>  |
| 2.1      | Unterschied zwischen Epilation und Depilation.....    | 4         |
| 2.2      | Nassrasur mit Rasierschaum oder Rasiergels.....       | 5         |
| 2.2.1    | Vorbereitung.....                                     | 5         |
| 2.2.2    | Vorgehen .....  | 5         |
| 2.2.3    | Nachsorge .....                                       | 5         |
| 2.2.4    | Klingenwahl und -Haltbarkeit .....                    | 6         |
| 2.3      | Trockenrasur.....                                     | 6         |
| 2.3.1    | Modellwahl .....                                      | 6         |
| 2.3.2    | Haut vorbereiten .....                                | 6         |
| 2.3.3    | Richtig trocken rasieren.....                         | 7         |
| 2.3.4    | Nachsorge und Reinigung.....                          | 7         |
| 2.4      | Trockenrasur oder nass? .....                         | 7         |
| 2.5      | Sind Rasierer mit mehreren Klingen gründlicher? ..... | 7         |
| 2.5.1    | Vorteile vieler Klingen .....                         | 8         |
| 2.5.2    | Nachteile mehrerer Klingen.....                       | 8         |
| 2.5.3    | Vergleich .....                                       | 8         |
| 2.6      | Rasur an den Armen und Beinen.....                    | 8         |
| 2.6.1    | Achseln richtig rasieren .....                        | 8         |
| 2.6.2    | Unterarme schonend depilieren .....                   | 9         |
| 2.6.3    | Haarentfernung an Unterschenkeln.....                 | 9         |
| 2.6.4    | Rasieren der Oberschenkel.....                        | 9         |
| 2.7      | Rasur am Po .....                                     | 10        |
| 2.8      | Tipps für die Intimirasur .....                       | 10        |
| <b>3</b> | <b>Schmerzhaft aber effektiv: Waxing .....</b>        | <b>11</b> |
| 3.1      | Wie funktioniert die Haarentfernung mit Wachs?.....   | 11        |
| 3.2      | Waxing mit Heißwachs .....                            | 11        |
| 3.2.1    | Vorbereitung.....                                     | 12        |
| 3.2.2    | Nachsorge .....                                       | 12        |
| 3.3      | Waxing mit Kaltwachs .....                            | 12        |
| 3.4      | Brazilian Waxing .....                                | 12        |
| 3.5      | Waxing im Studio.....                                 | 13        |
| 3.6      | Waxing zuhause .....                                  | 13        |
| 3.7      | Vorteile des Waxings .....                            | 13        |
| 3.8      | Nachteile des Waxings.....                            | 13        |
| <b>4</b> | <b>Haarentfernungscremes .....</b>                    | <b>14</b> |

|          |  |           |
|----------|--|-----------|
| 4.1      | Wie funktionieren Haarentfernungscremes?.....                  | 14        |
| 4.2      | Inhaltsstoffe von Haarentfernungscremes.....                   | 14        |
| 4.3      | Hautverträglichkeit testen.....                                | 15        |
| 4.4      | Vorteile von Haarentfernungscremes .....                       | 15        |
| 4.5      | Nachteile von Haarentfernungscremes.....                       | 15        |
| <b>5</b> | <b>Haarentfernung mit Licht, Laser, Hitze oder Strom .....</b> | <b>15</b> |
| 5.1      | Haarentfernungslaser .....                                     | 16        |
| 5.2      | Haarentfernung mit IPL .....                                   | 16        |
| 5.3      | Elektroepilation .....   | 17        |
| 5.4      | Thermolyse und Hochfrequenzelektrokoagulation.....             | 17        |
| 5.5      | Elektrolyse .....  | 17        |
| 5.6      | Blendmethode .....   | 17        |
| <b>6</b> | <b>Sugaring.....</b>   | <b>18</b> |
| 6.1      | Halawa: Sugaring im Orient.....                                | 18        |
| 6.2      | Sugaring als moderne Methode .....                             | 18        |
| 6.3      | Sugaring beim Brazilian Waxing .....                           | 18        |
| 6.4      | Vorteile gegenüber herkömmlichem Waxing .....                  | 18        |
| <b>7</b> | <b>Epilierer für den Hausgebrauch.....</b>                     | <b>19</b> |
| 7.1      | Anwendung.....   | 19        |
| 7.2      | Vorteile gegenüber professioneller Haarentfernung .....        | 19        |
| 7.3      | Nachteile gegenüber professioneller Haarentfernung .....       | 19        |
| <b>8</b> | <b>Fazit.....</b>  | <b>20</b> |

## 1 Haarentfernung

Im Handel und in professionellen Studios finden sich zahlreiche Möglichkeiten zur Haarentfernung, die alle versprechen, die Beste, Schnellste und Schonendste zu sein. Dabei hat jedes Mittel und jedes Gerät Vorteile, aber auch Einschränkungen.

## 2 Rasur ist nicht gleich Rasur

Nass oder trocken, die Rasur gehört zu den einfachsten und schnellsten Methoden, unerwünschte Körperbehaarung zu entfernen. Dazu ist sie in jedem Bereich möglich und bei richtigem Vorgehen reizarm. Selbst bei empfindlicher Haut kann die Rasur also zur Haarentfernung angewendet werden. Sie kann allerdings eine Nachbehandlung erfordern, um einwachsende Haare sowie Entzündungen zu vermeiden. Zudem ist der Erfolg nur kurzlebig, je nach Haarwachstum zeigen sich bereits innerhalb weniger Stunden oder Tage wieder Stoppeln. Eine regelmäßige Rasur ist also notwendig, damit die glatte Haut erhalten bleibt.

Wer das beste Ergebnis erzielen möchte, sollte sich zudem über die verschiedenen Möglichkeiten informieren und das passende Equipment finden. In der großen Auswahl ist das nicht ganz einfach. Die folgenden Informationen können jedoch helfen.

### 2.1 Unterschied zwischen Epilation und Depilation

Bei der Haarentfernung wird zuallererst zwischen Epilation und Depilation unterschieden. Der Begriff Depilation fasst alle Methoden zusammen, bei denen lediglich der auf der Haut sichtbare Teil des Haares entfernt wird. Hierzu gehört die Rasur, aber auch der Einsatz von Enthaarungscremes. Die Haarwurzel bleibt unbeschädigt, daher wächst das Haar schnell wieder nach. Der Erfolg ist also nur von kurzer Dauer. Dafür ist die Anwendung in jedem Fall schmerzfrei und ruft vergleichsweise wenige Reizungen hervor. Auch preislich und in puncto Zeitaufwand scheinen die Anwendungen günstiger. Da die Depilation jedoch häufiger durchgeführt werden muss, nimmt sie auf Dauer meist mehr Zeit und Geld in Anspruch, als die Epilation.

Bei der Epilation wird das Haar samt Wurzeln entfernt. Zu dieser Methode gehören Waxing und Sugaring, aber auch das Epilieren und der Einsatz eines Lasers. Der Erfolg dieser Haarentfernung kann für Wochen anhalten aber auch permanent sein - abhängig von der gewählten Art. Der zeitliche und finanzielle Aufwand für eine Anwendung ist deutlich höher als bei der Depilation. Dafür sind jedoch auch weniger Anwendungen notwendig.

## 2.2 Nassrasur mit Rasierschaum oder Rasiergels

Die Nassrasur mit Rasierschaum oder Rasiergel gehört zu den beliebtesten Arten der Haarentfernung. Das ist auch nicht verwunderlich, denn sie geht schnell, ist angenehm, einfach und erzeugt zumindest für kurze Zeit schöne glatte Haut. Zudem ist sie schmerzfrei und preisgünstig. Zum billigen Einwegrasierer sollte jedoch nicht gegriffen werden - schon gar nicht mehrmals. Diese weisen im Vergleich zu preisintensiveren Modellen qualitativ minderwertige Klingen auf. Verletzungen und damit Entzündungen auf der Haut, sind mit diesen vorprogrammiert. Gerade in ohnehin empfindlichen Bereichen ist das natürlich alles andere als wünschenswert.

### 2.2.1 Vorbereitung

Damit die Nassrasur zu einer gründlichen Haarentfernung führt, müssen einige Schritte unbedingt beachtet werden. Zu diesen gehört es, Haut und Haar richtig vorzubereiten. Hierzu wird zunächst gründlich gereinigt und zwar mit warmem Wasser und Seife oder Duschgel. Auf diese Weise werden Hautfette und -Öle entfernt, die Haut erwärmt sich und wird besser durchblutet, die Härchen beginnen aufzuquellen und treten mehr aus der Haut hervor. Um diesen Effekt noch zu verstärken und zudem die Klingen zu schonen, kommen nun Rasierschaum oder Rasiergel ins Spiel. Ihre Inhaltsstoffe sorgen dafür, dass die Haare weicher werden und sich einfacher aber auch gründlicher rasieren lassen.

### 2.2.2 Vorgehen

Sind Haut und Härchen so vorbereitet, wird die Haut zwischen Daumen und Zeigefinger gespannt. Dies reduziert zum einen das Risiko von Schnitten. Zum anderen ermöglicht es eine gründlichere Rasur. Im Anschluss wird zunächst mit der Haarrichtung rasiert. Die Klingen werden dabei nur leicht auf die Haut gedrückt, so dass sie frei gleiten können. Fallen hierbei nicht bereits erste Haarstücke und handelt es sich um bereits benutzte Klingen, sollte keinesfalls fester gedrückt werden. Stattdessen sind die Klingen zu wechseln.

Nach der Klingenreinigung wird im zweiten Schritt der Rasur gegen den Strich rasiert, also genau entgegengesetzt zur Haarwuchsrichtung. Auch dabei wird die Haut wiederum zwischen den Fingern gespannt.

### 2.2.3 Nachsorge

Um Reizungen zu vermeiden und Pickel gar nicht erst entstehen zu lassen, muss die Haut im Anschluss gepflegt werden. Dazu gehören das gründliche Abspülen mit klarem, möglichst kaltem Wasser und das vorsichtige Trockentupfen. Der Einsatz einer leichten, pflegenden Creme ist ebenfalls zu empfehlen.

### 2.2.4 Klingenwahl und -Haltbarkeit

Im Handel finden sich mittlerweile zahlreiche verschiedene Rasierer. Das Hauptunterscheidungsmerkmal bei diesen ist oftmals die Anzahl der Klingen. Ob nun zwei oder fünf gewählt werden, ist meist eher eine Frage der persönlichen Vorliebe - Vorzüge und Nachteile finden sich ebenso bei wenigen wie bei vielen Klingen. Viel mehr kommt es daher darauf an, dass die Klingen bei der Rasur sauber und scharf sind. Daher müssen sie auch regelmäßig gereinigt, am besten desinfiziert, und gewechselt werden. Während die Reinigung direkt nach jeder Rasur durchgeführt werden sollte, kommt es beim Wechsel auf verschiedene Faktoren an. Zum einen auf die Härte der Haare, jedoch auch auf deren Dichte und die Größe des zu rasierenden Bereiches. Das ein Wechsel notwendig ist, fällt bereits beim ersten Schritt der Rasur auf. Sind nicht schon beim Schneiden mit der Wuchsrichtung Erfolge sichtbar und spürbar, ist die Klinge stumpf. Gleiches gilt, wenn es zu unangenehmem Ziehen und Ziepen kommt.

## 2.3 Trockenrasur

Wem der Aufwand einer gründlichen Nassrasur zu viel ist, findet in der Trockenrasur eine passende Alternative. Mit dieser ist es allerdings oftmals nicht möglich, ein ebenso glattes Ergebnis wie bei der Nassrasur zu erzielen. Verletzungen sind hier jedoch auch in Eile weniger wahrscheinlich, dazu fallen Vorbereitung und Nachsorge geringer aus. Dennoch sollten natürlich einige Punkte beachtet werden, damit das Ergebnis der Haarentfernung so gut wie möglich wird. Und diese beziehen sich durchaus nicht nur auf die Wahl des Geräts.

### 2.3.1 Modellwahl

Die Auswahl der Trockenrasierer ist fast ebenso vielfältig wie die der Nassrasierer. Schwenkende Köpfe, Scherfolien und rotierende, federnde Schermesser - das Passende zu finden ist nicht einfach. Empfehlenswert ist es jedoch auf ein Modell zu setzen, mit dem in kreisenden Bewegungen rasiert werden kann. Hierzu sind die bereits erwähnten, rotierenden und federnden Scherköpfe notwendig. Da sich derartige Geräte besser an Unebenheiten der Haut anpassen können, wird auch das Ergebnis gründlicher. Zudem wird das Rasieren des Körpers erleichtert und auch für die Hand angenehmer.

### 2.3.2 Haut vorbereiten

Bei der Trockenrasur fällt die Vorbereitung weniger aufwendig aus, ganz darauf verzichtet werden sollte allerdings nicht. Die Haut muss gründlich mit Wasser und Seife gereinigt werden - sollte jedoch nicht aufquellen. Kühles Wasser und ein schnelles Vorgehen verhindern dies. Die Reinigung ist wichtig zur Reduzierung von Entzündungen, denn diese können auch nach einer Trockenrasur auftreten. Davon abgesehen werden wiederum die Scherklingen geschont, da Hautfette und -Öle diesen zusetzen können. Um die Härchen aufzurichten und so eine gründlichere Trockenrasur zu ermöglichen, können Pre-Shave Produkte zum Einsatz kommen.

### 2.3.3 Richtig trocken rasieren

Je nach Art des Geräts muss bei der Trockenrasur eine Richtung eingehalten oder aber es kann kreisend rasiert werden. Es kommt aber durchaus nicht nur auf die Möglichkeiten des Modells an. Auch die Beschaffenheit der Haut und Haare muss berücksichtigt werden. Bei empfindlicher Haut ist es empfehlenswert, ausschließlich in die Wuchsrichtung zu rasieren. Dieses Vorgehen reizt deutlich weniger und ist daher besonders schonend. Bei sehr harten, starken Haaren sollte hingegen gegen den Strich gearbeitet werden. Anderenfalls wird das Ergebnis alles andere als gründlich. Dafür kann es jedoch zu Reizungen und in der Folge zu Entzündungen kommen. Um in jedem Fall das beste mögliche Resultat zu erzielen, sollte auch bei der Trockenrasur die Haut leicht gespannt werden. Falten und Unebenheiten werden so geglättet und die Härchen werden näher an der Haut abgeschnitten.

### 2.3.4 Nachsorge und Reinigung

Zur abschließenden Reinigung der frisch rasierten Haut reicht es aus, zunächst kurz mit warmem Wasser und im Anschluss mit kaltem Wasser zu spülen und dann trocken zu tupfen. Dabei werden nicht nur Haarreste entfernt, sondern die Haut bekommt auch den Anreiz die Poren zu schließen. Wer zu Entzündungen nach der Trockenrasur neigt, sollte sie zusätzlich desinfizieren. Die Nachsorge und Reinigung beschränkt sich jedoch nicht nur auf den Bereich der Haarentfernung - auch der Rasierer selbst muss gepflegt werden. Anderenfalls kann er zwar nicht richtig rasieren, dafür aber durch Haarreste und Hautschuppen zur Keimschleuder werden. Nach jeder Rasur sollten Haarreste entfernt werden. Zudem ist der Scherkopf nach Angaben des Herstellers mit speziellen Sprays oder Lotionen alle paar Wochen zu reinigen.

## 2.4 Trockenrasur oder nass?

Richtig durchgeführt können beide Varianten gute Erfolge bei der Haarentfernung liefern. An eine fachkundig durchgeführte Nassrasur reicht eine Trockenrasur in den meisten Fällen jedoch nicht heran. Zudem kann die Nassrasur länger glatte Haut bieten, da durch das Aufquellen von Haut und Haaren ein tieferer Schnitt erreicht werden kann. Bei empfindlicher Haut, die schnell gereizt auf Pflegeprodukte reagiert, ist dennoch die Trockenrasur zu bevorzugen - auch wenn hier die Haare nicht ganz so kurz geschnitten werden können.

## 2.5 Sind Rasierer mit mehreren Klingen gründlicher?

Die meisten modernen Rasierer bieten mindestens zwei Klingen, die parallel zueinander stehen und miteinander verbunden sind. Hinzu kommen Lamellen, die das Haar vor den Klingen aufrichten sollen. Am Abschluss kann noch ein pflegender, befeuchtender Streifen hinter den Klingen angebracht sein, der die Haut sofort beruhigen soll. Das scheint alles sinnvoll und effektiv, Rasierer mit deutlich mehr Klingen stellen diese Annahme jedoch infrage. Mehr Klingen, versprechen die Hersteller, sollen auch bessere Ergebnisse bei der Haarentfernung liefern. Ganz so einfach ist es jedoch nicht.

### 2.5.1 Vorteile vieler Klingen

Je mehr Klingen hintereinander angebracht sind, desto gleichmäßiger verteilt sich der Druck während der Rasur. Das Risiko von Verletzungen ist dadurch deutlich geringer. Auch Reizungen beim Rasieren in Wuchsrichtung der Haare kommen seltener vor. Zudem stehen hier mehr Schneideflächen zur Verfügung, die beim ersten Gleiten über die Haut auch mehr Haare kürzen. Das glatte Ergebnis kann also schneller erreicht werden. Dadurch wird wiederum die Haut noch weniger gereizt. Gerade für empfindliche Haut sind mehr Klingen also empfehlenswert.

### 2.5.2 Nachteile mehrerer Klingen

Umso mehr Klingen, umso teurer auch der Ersatz. Zudem verfangen sich zwischen den Mehrfach-Klingen häufiger und schneller Haarreste, die sich nur schwer herauspülen lassen. Das kann den Rasurvorgang deutlich verlängern, da die Klingen zwischen den einzelnen Strichen unbedingt gereinigt werden müssen. Befinden sich zwischen diesen noch Härchen, lässt sich ein glattes Ergebnis nämlich kaum erreichen. Weiterhin wird die erste Klinge deutlich schneller stumpf, als die Folgenden. Die Haarentfernung kann daher je nach Aufsetzwinkel und Druck sehr unterschiedliche Erfolge zeigen. Sind mehrere Klingen stumpf, wird die Haut sogar noch deutlich mehr gereizt - immerhin schaben dann mehrere unebene Schneideflächen direkt hintereinander über die Haut.

### 2.5.3 Vergleich

Für Anfänger beim Rasieren und alle, mit empfindlicher Haut, können sich mehrere Klingen durchaus lohnen. Wirklich entscheidend ist aber in jedem Fall, dass mit wenig Druck und scharfen, sauberen Klingen gearbeitet wird. Ein häufiger Wechsel ist also Pflicht.

## 2.6 Rasur an den Armen und Beinen

Achseln und Waden gehören zu den am häufigsten rasierten Bereichen, immerhin sind diese recht oft zu sehen - und das nicht nur im Sommer, sondern beispielsweise auch in Sportkleidung. Eben weil sie so häufig rasiert werden, ist hier das richtige Vorgehen wichtig. Gleiches gilt für den Rest der Arme und Beine. Hierbei muss vor allem auf die unterschiedlichen Ansprüche der jeweiligen Hautareale geachtet werden.

### 2.6.1 Achseln richtig rasieren

Rasierte Achseln sind nicht nur seit Jahren in Mode, sie sind auch praktischer. Deodorant - ob als Spray, Stick oder Roll-On - kann auf der Haut besser wirken als auf dem Haar. Davon abgesehen ist die haarlose Haut an dieser Stelle deutlicher einfacher zu reinigen. Zum Rasierer greifen hier also viele. Dabei muss jedoch beachtet werden, dass die Achseln großen Anforderungen ausgesetzt sind. Häufiges Schwitzen, Deodorants und dazu noch regelmäßiges Rasieren können die Haut auf Dauer reizen, zu schmerzhaft eingewachsenen Haaren und Entzündungen führen. Vorsichtiges Vorgehen ist also Pflicht. Demgegenüber steht, dass die



Haare in den Achseln für gewöhnlich sehr kräftig sind und keine einheitliche Wuchsrichtung aufweisen. Die folgenden Tipps sind daher zu beachten:

Bei Nassrasur niemals auf Rasiergel oder Rasierschaum verzichten lange Einwirkzeit berücksichtigen. Haut gut straff halten oder Arm nach hinten überdehnen, um wirklich glatte Ergebnisse zu erzielen. Nach der Rasur für mindestens zwei Stunden kein Deo verwenden. Mit möglichst wenigen Strichen erst mit dann gegen die Wuchsrichtung rasieren. Im Anschluss ein mildes Hautöl oder Puder zur Pflege und Beruhigung einsetzen. Bei langen Haaren oder Erstrasur die Härchen zunächst mit einer Schere kürzen.

Wer sich für die Trockenrasur entscheidet, sollte die folgende Reinigung und Pflege ebenfalls nicht vernachlässigen. Da die Haut in den Achseln schnell schwitzt, werden Infektionen noch zusätzlich begünstigt. Tipp: Die Haare sollten ab und an auswachsen dürfen, damit sich die Haut länger erholen kann.

### **2.6.2 Unterarme schonend depilieren**

Bei sehr starker oder dunkler Behaarung der Unterarme greifen ebenfalls viele zum Rasierer - das ist allerdings nicht in jedem Fall die beste Wahl. Da die Härchen auch hier stoppelig nachwachsen, fallen sie nach der Rasur deutlicher auf. Hier müsste also täglich oder zumindest sehr häufig zum Rasierer gegriffen werden. Besser können an dieser Stelle Enthaarungscremes, Waxing oder das natürliche Aufhellen der Haare durch Sonnenlicht sein.

Wer sich dennoch für die Rasur entscheidet, sollte möglichst ausschließlich in die Wuchsrichtung depilieren. Hierdurch kommt es zu weniger Reizungen und Pickeln.

### **2.6.3 Haarentfernung an Unterschenkeln**

Das Rasieren der Unterschenkel ist recht unproblematisch. Je nach Empfindlichkeit der Haut sollte ausschließlich mit der Wuchsrichtung - also vom Knie bis zum Knöchel - rasiert werden. Die Haut hier neigt allerdings in der Regel nicht zu Entzündungen, weswegen auch das Rasieren gegen die Wuchsrichtung problemlos möglich sein kann. Günstig ist es in jedem Fall, da es für einen anhaltenderen und glatteren Effekt sorgt. Aufgrund der dünneren Haut an den Waden ist es oft besonders sinnvoll, nach dem Rasieren gründlich zu Cremen oder zu Ölen. Wer darauf verzichtet, erhöht das Risiko von trockener schuppiger Haut und eingewachsenen Haaren.

### **2.6.4 Rasieren der Oberschenkel**

Da die Haare an den Oberschenkeln meist etwas feiner und heller sind, ist eine Enthaarung nicht immer von Nöten. Einer Rasur folgt hingegen stoppeliges Nachwachsen, was die Haare überhaupt erst auffällig werden lassen kann. Bevor zum Rasierer gegriffen wird, sollten also die Folgen bedacht werden. Aufgrund des schwächeren Nachwachsens empfehlen sich meist andere Alternativen, wie beispielsweise Waxing, Sugaring oder Epilieren. Auch

Enthaarungscremes können an den Schenkeln sinnvoller als eine Rasur sein. Sind die Haare sehr fein aber dunkel, ist alternativ auch eine Aufhellung besser und schonender.

Rasieren an den Oberschenkeln kann zudem häufig ein Einwachsen der Haare hervorrufen. Hierbei hilft es, nur mit der Wuchsrichtung der Haare zu rasieren, nach der Rasur zu Cremes und gelegentlich ein Peeling durchzuführen.

## 2.7 Rasur am Po

Wenn der Po enthaart werden soll, ist das gleich aus mehreren Gründen nicht ganz einfach. Zum einen steht die Anatomie dabei im Wege, durchgehend glatte Haut am ganzen Gesäß zu erhalten. Zum anderen fördert häufiges Sitzen die Entstehung einwachsender Haare. Nicht zu vergessen die Nähe zum Genitalbereich, was ein besonders vorsichtiges Vorgehen notwendig macht.

Hierbei sollten daher einige Faktoren berücksichtigt werden: Ausschließlich Produkte für sensible Haut verwenden. Haut und Haar mit langem, warmem Sitzbad auf die Nassrasur vorbereiten. Spiegel verwenden. Die Haut straffen, beispielsweise indem ein Fuß auf einen Stuhl aufgestellt wird. Im Anschluss an die Rasur vorsichtig abtrocknen und gründlich eincremen oder -ölen. Etwa alle vier Wochen ein sanftes Peeling durchführen.

## 2.8 Tipps für die Intimirasur

Die Intimirasur ist sowohl für Frauen als auch Männer schwierig, vor allem, wenn es eine Nassrasur für besonders glatte Haut sein soll. Schwierig zu erreichen, dünne Haut und Hautfalten - dazu noch sensible Schleimhäute, die nicht mit Rasierschaum in Berührung kommen sollten - hier ist Fingerspitzengefühl gefragt. Ähnlich wie bei der Rasur des Pos, dürfen nur Produkte für sensible Haut verwendet werden. Besser noch ist es, diese gar nicht auf die Schleimhäute gelangen zu lassen. Selbst bei größter Vorsicht kann das jedoch durchaus passieren.

Weiterhin darf keinesfalls mit Druck rasiert werden. Ob scharfe oder stumpfe Klingen, Verletzungen in diesem Bereich treten schnell auf und sind aufgrund der Empfindlichkeit besonders unangenehm. Folgende Tipps können dabei helfen, die besten Resultate zu erhalten: Trockenrasur nicht direkt nach dem Duschen, Baden oder Sport durchführen. Nassrasur ausschließlich nach langer Dusche, Wannen- oder Sitzbad durchführen. Haut während der Rasur straff gespannt halten. Nach dem Rasieren dringend mit Hautöl oder Puder pflegen. Längere Härchen vor der Rasur mit einer Schere stutzen, das macht die Rasur selbst schonender. Nach der Haarentfernung gründlich und lange mit klarem Wasser spülen.

Auch hierbei kann es durch die oft höhere Feuchtigkeit, die dünne, sensible Haut und schwierig zu erreichende Bereiche zu einem erhöhten Risiko für Verletzungen und Infektionen sowie zu einwachsenden Haaren kommen. Nach der Rasur - egal ob nass oder trocken - sind

derlei Erscheinungen also nicht ungewöhnlich. Mit scharfen Klingen, langen Einwirkzeiten des Rasierschaums oder -Gels und großer Vorsicht sowie einer Nachsorge durch Hautpuder oder -Öl kann das Risiko aber deutlich reduziert werden.

### **3 Schmerzhaft aber effektiv: Waxing**

Waxing oder Wachsen gehört zu der epilierenden Haarentfernung. Hierbei wird nicht nur der sichtbare Teil des Haars entfernt, sondern auch die Wurzel. Auf diese Weise kann ein besonders glattes Ergebnis erzeugt werden, das zudem noch vergleichsweise lange anhält. Allerdings ist Waxing auch mit Schmerzen verbunden und nicht nur hierdurch nicht für alle Hauttypen geeignet.

#### **3.1 Wie funktioniert die Haarentfernung mit Wachs?**

Ob Kaltwachs oder Heißwachs, einsatzbereite Streifen oder frisch aufgewärmt - das Wachs umschließt in jedem Fall die Härchen und hält an diesen fest. Mit einem schnellen Ruck wird das Wachs von der Haut gerissen, wobei abgestorbene Hautschuppen und Härchen an ihm kleben bleiben. Wichtig ist hierbei, dass der Ruck wirklich schnell, kräftig und dicht an der Haut durchgeführt wird, ansonsten ist der Erfolg eher mäßig. Schmerzen gibt es trotzdem. Zudem müssen die zu entfernenden Härchen etwa einen halben Zentimeter lang sein, um wirksam entfernt werden zu können. Vor dem Waxing heißt es also wachsen lassen.

Die Grundtechnik ist beim Waxing immer gleich, dennoch gibt es Unterschiede bei den Mitteln und Verfahren.

#### **3.2 Waxing mit Heißwachs**

Spezielles Wachs wird erhitzt, bis es flüssig ist und im Anschluss mit einem Spatel auf die Haut aufgetragen. Mit einem textilen Streifen abgedeckt, wird es durch kräftige Streichbewegungen dichter auf die Haut gedrückt. Im Anschluss wird es mit einem durchgängigen Ruck dicht an der Haut und entgegen der Haarwuchsrichtung abgerissen.

Da das Wachs heiß ist, fühlt es sich auf der Haut sehr angenehm und entspannend an. Zudem öffnet die Wärme die Poren und erleichtert auf diese Weise die Haarentfernung, bei gleichzeitig weniger Schmerzen. Irritationen der Haut sind bei dieser Methode gerade bei starker Behaarung und am Anfang nicht zu vermeiden. Auf Dauer wird es jedoch zunehmend einfacher, da das Haar immer schwächer und dünner nachwächst. Zusätzlich können die Beschwerden mit der passenden Vorbereitung und Nachsorge minimiert werden.

### 3.2.1 Vorbereitung

Zusätzlich zur Wärme des Waxes kann der zu enthaarende Bereich vorbereitend gebadet oder geduscht werden - warm natürlich. Das ist auch durch die notwendige Reinigung sinnvoll, denn finden sich auf den Haaren Hautfette, -öle oder ist die Haut schuppig, kann das Waxing nicht effektiv alle Haare erfassen. Das Wachs klebt dann nicht richtig. Zur zusätzlichen Reinigung und Reduzierung der potenziellen Irritationen kann auch ein Peeling durchgeführt werden.

Feucht darf die Haut übrigens ebenfalls nicht sein, weswegen gründliches Abtrocknen Pflicht ist. Tipp: Beim Gedanken an das bevorstehende unangenehme oder gar schmerzhafte Ziepen ist ein kleiner Schweißausbruch vorprogrammiert. Hier hilft auch kein Abtrocknen. Besser ist es in diesem Fall, die Haut vor dem Waxing zu pudern.

### 3.2.2 Nachsorge

Wie bereits erwähnt, lassen sich Irritationen nach dem Waxing nicht gänzlich vermeiden. Bei sehr kräftigem Haar oder stark behaarten Bereichen kann es punktuelle Blutungen geben. Zudem kann sich die Haut wund anfühlen, leicht anschwellen und gerötet sein. Mit scharfen Mitteln darf die Haut daher keinesfalls belastet oder zusätzlich gereizt werden. Um Wachsreste zu entfernen und die Haut leicht zu pflegen empfiehlt sich der Einsatz von Öl. Insbesondere Mandelöl hat sich hierzu bewährt. Deodorants oder ähnliches sollte am Tag der Behandlung nicht verwendet werden.

## 3.3 Waxing mit Kaltwachs

Kaltwachsstreifen werden trotz ihres Namens nicht wirklich in kaltem Zustand angewendet, sie müssen jedoch auch nicht stark erhitzt werden. Stattdessen reicht es aus, sie zwischen den Händen durch Reibung oder die bereits vorhandene Hauttemperatur leicht zu erwärmen. Durch das Auseinanderziehen des Vlieses entstehen zwei Streifen mit mittig dünn aufgetragenem Wachs, die an der gewünschten Stelle auf die Haut gelegt und mit Druck darauf fest gestrichen werden. Es dürfen keine Luftblasen eingeschlossen sein. Im Anschluss werden die Streifen ebenso abgezogen, wie das Heißwachs und die enthaarte Haut wird mit Öl gereinigt und gepflegt.

## 3.4 Brazilian Waxing

Das Brazilian Waxing hat seinen Ursprung - wie der Name bereits verrät - in Brasilien. Durch zunehmend weniger Stoff bei den Bikinis und Unterwäsche kam es in Mode und verbreitete sich in den USA und Europa. Gemeint ist damit keine besondere Form des Waxing, sondern die epilierende Haarentfernung im Intimbereich. Diese kann sowohl durch Waxing als auch durch Sugaring erfolgen.

Oftmals unterscheidet sich das Brazilian Waxing dadurch vom herkömmlichen Wachsen, dass keine Stoff- oder Vliesstreifen eingesetzt werden. Stattdessen wird das abgekühlte Wachs selbst an einer Kante leicht aufgerollt und direkt ohne weitere Hilfsmittel abgezogen.

### 3.5 Waxing im Studio

Das professionelle Waxing im Studio ist meist kostengünstiger als erwartet und rechnet sich bei regelmäßiger Durchführung recht schnell. Je häufiger die Haarentfernung auf diese Weise stattfindet, desto größer können die Abstände zwischen den einzelnen Anwendungen sein. Zudem ist das Waxing im Studio im Vergleich weniger schmerzhaft, schneller und effektiver. Was auch an den meist besseren Produkten dort liegt. Das gilt vor allem aber nicht nur für schwer zu erreichende Hautareale. Wenn Waxing die gewählte Methode der Haarentfernung sein soll, empfiehlt sich also der Gang in ein Studio.

### 3.6 Waxing zuhause

Dank einsatzfertiger Kaltwachsstreifen und Heißwachs kann das Waxing auch in den eigenen vier Wänden durchgeführt werden. Das ist im Vergleich zum Studio die meist kostengünstigere Variante, hat jedoch auch Nachteile. Darunter die Anwendung selbst. An allen Körperbereichen allein den richtigen Abziehwinkel zu finden ist - je nach Areal - schwierig bis unmöglich. Zudem ist es für gewöhnlich zeitaufwendiger, da zumindest am Anfang viel Überwindung zum richtigen Abziehen der Streifen notwendig ist. Auch das Wachs selbst ist meist nicht vergleichbar mit dem aus professionellen Studios.

Tipp: Wer das Waxing erst einmal zuhause versuchen will oder dafür nicht allzu tief in die Tasche greifen möchte, sollte sich wenn möglich einen kompetenten Helfer suchen. Dann werden die Ergebnisse auch in den eigenen vier Wänden besser.

### 3.7 Vorteile des Waxings

Wer regelmäßig auf Waxing setzt und zwischendurch nicht zum Rasierer greift, muss sich nicht vor Stoppeln fürchten. Stattdessen werden die Haare schwächer und dünner nachwachsen. Dadurch wird die folgende Haarentfernung auch weniger schmerzhaft und der Aufwand geringer. Während anfangs noch etwa ein Waxing aller zwei Wochen nötig ist, kann der Abstand mit der Zeit deutlich vergrößert werden. Notwendige Ausgaben verringern sich also ebenfalls, wenn konstant gewachst wird.

### 3.8 Nachteile des Waxings

Wer das Waxing schon einmal probiert hat, kennt bereits den größten Nachteil. Gerade am Anfang oder bei starker Behaarung wird die Prozedur von vielen als äußerst unangenehm bis schmerzhaft empfunden. Punktuelle Blutungen, Schwellungen und empfindliche Haut direkt

nach der Enthaarung gehören ebenfalls dazu. Hinzu kommen die notwendigen Ausgaben und das Wachsenlassen der Haare zwischen den Anwendungen. Davon abgesehen sollten alle mit einer Neigung zu Besenreisern die Finger vom Waxing lassen, da dieses den Zustand verschlimmern kann.

## 4 Haarentfernungscremes

Haarentfernungscremes sind vergleichsweise günstig und einfach anzuwenden, wirkungsvoll sind sie jedoch nicht in jedem Fall. Gerade bei kräftigeren Haaren - wie beispielsweise in den Achseln - sind die erzielten Ergebnisse nicht immer befriedigend. Für Arme und Beine oder bei einer sehr leichten Behaarung kann diese Methode der Enthaarung aber dennoch ratsam sein.

### 4.1 Wie funktionieren Haarentfernungscremes?

Haarentfernungscremes folgen einem einfachen Prinzip und gehören zu den depilierenden Methoden der Haarentfernung. Zudem haben sie eine lange Tradition - ihre Geschichte geht bereits tausende von Jahren zurück.

Haarentfernungscremes werden auf die trockene, saubere Haut aufgetragen, dürfen jedoch keinesfalls eingerieben oder einmassiert werden. Stattdessen sollten sie ohne Druck aufgetupft und mit einem Spatel verstrichen werden. Nach der vom Hersteller angegebenen Einwirkzeit wird wiederum ein Spatel benutzt, um die Creme von der Haut zu entfernen. Für gewöhnlich sollte das in Wuchsrichtung geschehen. Im Anschluss werden sämtliche Cremereste gründlich mit viel klarem Wasser abgespült.

Durch die enthaltenen Substanzen zerstören Enthaarungscremes die Schutzschicht des Haares, die aus Keratin besteht. In der Folge weichen die Haare auf und brechen ab oder fallen aus. Das sollte spätestens der Fall sein, wenn der Spatel über die Haut gezogen wird. Entfernt wird hierbei jedoch nur der obere, sichtbare Teil des Haares, die Wurzeln bleiben unbeschadet. Aus diesem Grund wachsen Härchen recht schnell wieder nach.

### 4.2 Inhaltsstoffe von Haarentfernungscremes

Die Substanzen in der Haarentfernungscreme haben in der Regel einen sehr hohen pH-Wert und wirken daher ätzend. Zu diesen gehören beispielsweise Thioglycolsäure und Thiomilchsäure. Häufig werden zusätzliche pflegende und angenehm duftende Stoffe zugesetzt. Darunter Öl von Aprikosen oder Mandeln und Vitamin E.

Die ätzenden Substanzen sorgen dafür, dass spezielle Verbindungen in den Haaren förmlich aufgespalten werden. Das Haar kann sich in der Folge nicht mehr auf der Wurzel halten und

fällt bei der geringsten Krafteinwirkung ab. Daher ist es auch wichtig, die Creme mit dem Spatel abzunehmen.

### 4.3 Hautverträglichkeit testen

Da die Haarentfernungscremes ätzende Substanzen enthalten, können sie nicht nur Haare aufweichen, sondern auch die Haut reizen. Rötungen, Entzündungen, Juckreiz und weitere allergische Reaktionen sind mögliche Folgen. Daher ist es wichtig, die Hautverträglichkeit vor der eigentlichen Haarentfernung zu testen. Geeignet ist hierfür beispielsweise die Ellenbeuge - auch wenn hier keine Haare entfernt werden sollen. Die Creme wird für die vom Hersteller vorgeschriebene Dauer aufgetragen und einwirken gelassen. Zeigen sich nach dem Abspülen Reizungen der Haut, sollte die Haarentfernungscreme natürlich nicht zur Enthaarung eingesetzt werden.

Tipp: Auch wenn der Text hier keine Rötungen oder Juckreiz erzeugt, kann das Ergebnis im Intimbereich oder Gesicht ganz anders aussehen. Die Behandlung sollte also sofort abgebrochen werden, wenn sich Brennen oder Schmerzen einstellen.

### 4.4 Vorteile von Haarentfernungscremes

Der Einsatz von Haarentfernungscremes ist ähnlich der Rasur sehr einfach und nimmt nur wenig Zeit in Anspruch. Allerdings kann es hier nicht zu Verletzungen durch Klappen kommen. Bei feinen Haaren zeigt sich diese Methode zudem sehr effektiv und gründlich, die Haut wird angenehm glatt. Als letzter Vorteil ist der verhältnismäßig geringe Preis zu nennen.

### 4.5 Nachteile von Haarentfernungscremes

Reizungen und allergische Reaktionen sind möglich, wenn Haarentfernungscremes eingesetzt werden. Das gilt vor allem für ohnehin sensible Bereiche, wie das Gesicht und die Genitalien. Davon abgesehen bringt diese Methode der Enthaarung nicht gerade dauerhafte Ergebnisse. Die Resultate sind zumindest in der Dauer mit der der Rasur zu vergleichen - jedoch nicht bei kräftigerem Haar. Dieses weicht häufig nicht genug auf, um im Anschluss komplett entfernt zu werden.

## 5 Haarentfernung mit Licht, Laser, Hitze oder Strom

Moderne Methoden zur Haarentfernung verzichten auf Wirkstoffe, stattdessen werden hier Energieformen eingesetzt. In diese Kategorie fallen Laser, IPL, Elektroepilation, Thermolyse und Hochfrequenzelektrokoagulation, ebenso wie Elektrolyse und die

Blendmethode. Viele von diesen Möglichkeiten sind kaum bekannt, können aber durchaus mit vielversprechenden Ergebnissen aufwarten.

## 5.1 Haarentfernungslaser

Der Haarentfernungslaser ist wohl die bekannteste Methode unter den modernen Möglichkeiten zur Haarentfernung, und soll für dauerhaft glatte Haut sorgen. Er gehört daher also zu den Methoden der Epilation, da er nicht nur den sichtbaren Teil des Haares behandelt. Der Laser ist allerdings nicht in jedem Fall so wirksam, wie erhofft.

Der Laser wird auf dem zu enthaarenden Bereich angewendet, wo er in die Haut und bis zu den Haarwurzeln beziehungsweise -follikeln vordringt. Hier sorgt die Laserenergie dafür, dass die Haaranlagen erhitzt und damit verödet werden. Im Idealfall wachsen hier also keine weiteren Härchen nach.

Um mit dem Laser den gewünschten potenziellen Erfolg zu erzielen, müssen die Follikel mehrfach damit behandelt werden. In der Regel sind dafür mindestens vier Sitzungen notwendig. Es können jedoch auch deutlich mehr sein. Entsprechend unterschiedlich fallen die Kosten aus.

Der Laser hat nicht bei jeder Haut und Behaarung den gewünschten Erfolg. Besonders gut wirkt er auf heller Haut, die dunkel behaart ist. Verantwortlich hierfür ist der vorhandene Kontrast. Die Energie aus dem Laser benötigt Melanin, also den Farbstoff in den Haaren, um richtig zu wirken und die Wurzel zu veröden. Bei hellen Haaren, seien es graue, weiße oder blonde, ist der Effekt daher entsprechend gering. Bei dunklerer Haut können die möglichen Nachteile überwiegen, da sich auch die Zellen der Haut zu sehr aufhitzen. Zusätzlich ist eine spezielle Vorbereitung der Haut von Nöten. Dazu gehört der Verzicht auf Zupfen und Wachsen und eine gründliche Reinigung. Je nach Behandlung können zusätzliche Vorbereitungen nötig sein. Hierüber informiert jedoch das behandelnde Fachpersonal.

Bei passenden Voraussetzungen ist eine dauerhafte Entfernung der Haare möglich. Es gibt keine Stoppeln und Haare wachsen nicht erneut nach. Bestenfalls lässt sich hiermit also eine dauerhaft glatte Haut erreichen.

Während der Enthaarung mit dem Laser kann es zu Brennen und Kribbeln kommen. Im Anschluss sind Juckreiz, Rötungen und Schwellungen möglich. Die verödeten Wurzeln werden vom Körper abgebaut, weswegen auch eine Entzündung entstehen kann. Regelmäßiges Kühlen kann die möglichen Begleiterscheinungen jedoch lindern.

## 5.2 Haarentfernung mit IPL

Bei der Enthaarung mit IPL handelt es sich um ein Verfahren, das dem Laser sehr ähnlich ist. Gearbeitet wird hier jedoch nicht mit einem Laserlicht, sondern mit Xenonlicht. Dieses wird



mit einem speziellen Gerät auf die Haut geblitzt und erhitzt hier die Melanin-reichen Stellen - also die Haare und Haarwurzeln. Daraufhin veröden diese und das Haar fällt aus. Dazu sind allerdings etwa sechs Sitzungen notwendig. Je nach Beschaffenheit von Haar und Haut können natürlich auch weniger oder mehr Anwendungen von Nöten sein.

Der Grund hierfür ist auch das Wachstum der Haare. Die besten Ergebnisse werden erzielt, wenn sich die Follikel gerade in einer aktiven Phase befinden. Ruhen sie, sind sie weniger anfällig. Ansonsten unterscheidet sich die Enthaarung mit IPL nicht von der mit einem Laser, sie soll aber bessere Ergebnisse erzielen.

### 5.3 Elektroepilation

Die Elektroepilation gehört zu den dauerhaften Methoden der Haarentfernung und ist tatsächlich die einzige Behandlung, bei der in allen Fällen gute Ergebnisse - also dauerhaft glatte Haut - erreicht werden können. Dazu muss allerdings eine sehr feine Sonde in jeden einzelnen Haarkanal eingeführt werden.

Je nach genauer Methode und Behaarung der Haut können hier also einige Zeit und mehrere Sitzungen notwendig sein, um glatte Haut zu erzielen.

### 5.4 Thermolyse und Hochfrequenzelektrokoagulation

Bei der Hochfrequenzelektrokoagulation - die auch als Thermolyse bezeichnet wird - wird auf die eingeführte Sonde hochfrequenter Wechselstrom gelegt. In der Folge erhitzt sich diese und koagulierte, also verödet, die Haarfollikel. Dieser Vorgang geht sehr schnell von Statten, gerade einmal eine Sekunde ist pro Haarwurzel nötig. Auch größere Bereiche lassen sich damit gut und in vergleichsweise kurzer Zeit behandeln.

### 5.5 Elektrolyse

Bei der Elektrolyse kommt Gleichstrom zum Einsatz, der über die Sonde in die Haarwurzel geleitet wird und in der Haut eine chemische Reaktion auslöst. Diese zerstört die Follikel. Allerdings wird dafür sehr lange benötigt. Mindestens zwei Minuten pro Haar müssen eingeplant werden. Große Flächen zu behandeln ist auf diese Weise daher wenig empfehlenswert.

### 5.6 Blendmethode

Bei der Blendmethode handelt es sich um die dritte Form der Elektroepilation. Diese verbindet Wechsel- und Gleichstrom und beschleunigt damit das Abläufen der chemischen Reaktion in der Haut. Gerade einmal bis zu zehn Sekunden werden daher für jedes Follikel benötigt.

## 6 Sugaring

Sugaring ist auf dem besten Weg, dem Waxing den Rang abzulaufen. Und das ist auch kein Wunner, den es bietet große Gründlichkeit - bei deutlich geringeren Schmerzen und Reizungen. Das Geheimnis liegt in der Zuckerpaste selbst, aber auch in dem Enthaaren mit der Wuchsrichtung des Haares. Dazu kann das Sugaring an jeder Hautstelle eingesetzt werden.

### 6.1 Halawa: Sugaring im Orient

Sugaring mag nach einer neuen Erfindung oder Methode klingen, tatsächlich kann sie aber auf eine mehr als tausendjährige Geschichte im Orient zurückblicken. Sich von lästigen Härchen befreien zu wollen ist also durchaus nicht neu. Ihre Anfänge hat die Methode scheinbar in Ägypten. Von hier aus breitete sich diese Methode langsam aber stetig aus und hält nach und nach auch in Europa und den USA Einzug. Obwohl es ein Trend zu sein scheint, hat die süß-klebrige Pasta, die als Halawa bezeichnet wird, in Türkischen Hamams eine lange Tradition.

### 6.2 Sugaring als moderne Methode

Das originale Rezept für das Halawa ist scheinbar unverändert. Gemischt wird es aus Zucker, Zitronensaft, Wasser und etwas Öl. Um den karamellartigen Zustand zu erreichen, wird die Mischung erhitzt und gerührt, bis sie knetbar ist. Aufgetragen wird sie mit den Händen und gegen die Wuchsrichtung der Haare. Die Wärme der Paste und das folgende Einkneten in die Haut sorgen zum einen dafür, dass die Durchblutung gefördert wird und sich die Poren öffnen. Dadurch können die Haare leichter entfernt werden. Zum anderen werden die Härchen von der Paste dicht an der Haut umschlossen, was eine besonders gründliche Enthaarung erlaubt. Bei richtiger Vorbereitung und Durchführung ist das Ergebnis eine wunderbar glatte und kaum gereizte Haut - das Sugaring ist also durchaus keine veraltete Methode.

### 6.3 Sugaring beim Brazilian Waxing

Sugaring ist durch das sanfte aber gründliche Vorgehen ideal für empfindliche Bereiche mit stärkerer Behaarung, dadurch kann es auch wunderbar beim Brazilian Waxing eingesetzt werden. Ebenfalls bestens geeignet ist es für das Gesicht, die Achseln und den Po.

### 6.4 Vorteile gegenüber herkömmlichem Waxing

Sugaring ist zwar nicht schmerzfrei, jedoch deutlich schmerzärmer als das beim Waxing oder Epilieren der Fall ist. Begründet ist das - ebenso wie das geringere Risiko für Reizungen und Entzündungen - in der Zugrichtung. Die Haare werden in genau der Richtung in der sie auch wachsen, aus der Haut gezupft, die Follikel bleiben weitestgehend ungestört. In der Folge kommt es zu einer gründlicheren Entfernung und weniger abgebrochenen Härchen, es bilden

sich weniger Pickel und auch einwachsende Haare sind erfahrungsgemäß seltener. Dennoch sollte auf regelmäßiges Peelen nicht verzichtet werden, um eingewachsene Haare zu verhindern. Ein weiterer Vorteil liegt in der Schonung der Haut und der rundum recht entspannenden Prozedur. Da die Zuckerpaste zwar an den Haaren, nicht aber an der Haut klebt, gestaltet sich das Abziehen leichter und angenehmer als beim Waxing.

## 7 Epilierer für den Hausgebrauch

Epilierer arbeiten ähnlich einer Walze mit Pinzetten, die Haare werden einzeln und samt Wurzeln aus der Haut gezupft. Dadurch kommt es weder zu Stoppeln, Schnittwunden oder allergischen Reaktionen auf Wirkstoffe. Das mechanische Epilieren hat also einige Vorteile. Frei von Nachteilen ist der Einsatz des Epilierers aber ebenfalls nicht.

### 7.1 Anwendung

Die Haut wird gereinigt, getrocknet und glatt gezogen, bevor der Epilierer zum Einsatz kommt. Es hilft ebenfalls, sie zuvor zu erwärmen. Auf diese Weise lösen sich die Haare leichter und das Epilieren verursacht weniger Schmerzen. Der Epilierer wird möglichst im rechten Winkel auf die Haut aufgesetzt und entgegen der Wuchsrichtung auf ihr entlang geführt. Mit speziellen Aufsätzen ist es mittlerweile möglich, auch das Gesicht und den Intimbereich zu epilieren. Zudem erlauben einige Geräte ein sofortiges Kühlen, wodurch Schmerz und Reizungen gelindert werden können.

### 7.2 Vorteile gegenüber professioneller Haarentfernung

Das Epilieren kann praktischer überall durchgeführt werden und erlaubt eine selbstständige Enthaarung an nahezu allen Stellen. Dadurch ist die Behandlung sehr privat, was gerade im Genitalbereich ein großer Vorteil ist. Zudem sind die Kosten für das Epilieren auf Dauer nicht nur günstig, sondern sehr überschau- und planbar. Einmal in das Gerät investiert, kann es jahrelang für glatte Haut sorgen.

Weiterhin verringern sich Stärke und Wachstum der Haare. Wer regelmäßig epiliiert muss keine Stoppeln in Kauf nehmen. Stattdessen wachsen die Härchen allmählich dünner und auch langsamer nach. Das Epilieren kann also zunehmend in größeren Abständen erfolgen und ist auf Dauer weniger schmerzhaft.

### 7.3 Nachteile gegenüber professioneller Haarentfernung

Da das Epilieren anfangs recht schmerzhaft sein kann, fällt es oft schwer sich zu überwinden. Zumindest während der ersten Einsätze. Bei einer professionellen Behandlung stellt das kein

Problem dar. Schwierig zu erreichende Stellen werden ebenfalls häufig von einer fachkundigen Enthaarung profitieren, da sich hier der richtige Winkel selbst kaum einhalten lässt. Enthaarte Areale, die nur durch Spiegel überprüft werden können, können von Profis per Hand nachbearbeitet werden. Im Alleingang ist das nicht zu erreichen.

## 8 Fazit

Das Entfernen unerwünschter Behaarung muss weder schmerzhaft noch teuer sein. Zumindest, wenn es sich um die Depilation handelt. Bei der Epilation kann es durchaus hin und wieder ziepen, dafür ist der Erfolg aber deutlich länger haltbar. Dank der zahlreichen Möglichkeiten kann hier jedoch jeder das Passende finden.

Bildquelle: luckybusiness / bigstockphoto.com