

**Dagmar Schwab**

# **SUGARING HANDBUCH**

zur Anwendung der orientalischen Zuckerpaste

Herausgeber: Verlag HELLMUT RUCK, Neuenbürg  
[www.hellmut-ruck.de](http://www.hellmut-ruck.de)

Verlag HELLMUT RUCK  
Daimlerstraße 23  
75305 Neuenbürg  
[www.hellmut-ruck.de](http://www.hellmut-ruck.de)

Printed in Germany 2011  
Druck: Biesinger-Druck, Neuenbürg

ISBN 978-3-9281-22-05-4

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht gesondert kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt. Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

#### WICHTIGER HINWEIS

Der Leser darf zwar davon ausgehen, dass Autorin und Verlag große Sorgfalt darauf verwendet haben, dass alle Angaben dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes entsprechen. Es kann jedoch für solche Angaben keine dauerhafte Gewähr übernommen werden. Jeder Benutzer ist angehalten, durch persönliche Prüfung (z. B. der Beipackzettel) festzustellen, ob die dortigen Angaben und Empfehlungen von den Angaben in diesem Werk abweichen. Es kann keine juristische Verantwortung sowie Haftung in irgendeiner Form für Druckfehler, fehlerhafte Angaben und daraus entstandene Folgen vom Verlag bzw. von der Autorin übernommen werden.

## **Vorwort von Angelika Rossow**

Sugaring ist keine kurzlebige Modeerscheinung, sondern eine altbewährte Methode aus den Ländern des Orient.

Neu entdeckt für unsere Zeit, versuchen sich Hersteller an den verschiedensten Pasten und Techniken. Eine gute Zuckerpaste zeichnet sich aus durch individuelle Anwendungsmöglichkeiten, einen unkomplizierten Umgang mit dem Produkt und fundiertes Wissen seitens des Herstellers hinsichtlich der Handhabung. Wir haben mit Hala Schekar nicht nur eine Zuckerpaste gefunden, sondern ein ganzes Konzept aus vier Pasten, kombiniert mit entsprechenden Pflegeprodukten.

Dies alles hat sich nicht über Nacht entwickelt, sondern entstand in Etappen unter den kundigen Händen von Frau Dagmar Schwab. Sie zeigt sich als Produktentwicklerin verantwortlich und gibt der ganzen Produktpalette eine Seele. Bei ihr verschmelzen das Wissen, die Produkte, die Philosophie und eine individuell abgestimmte Weiterbildung für alle, die mit dieser Methode arbeiten möchten, auf ideale Weise. Es macht Lust sich in die Welt der Arbeit mit Hala Schekar Zuckerpaste entführen zu lassen.

A handwritten signature in black ink, reading "Angelika Rossow". The script is cursive and fluid, with a stylized flourish at the end.

## INHALTSVERZEICHNIS

### Einleitung

<b>1</b>	<b>Die Haut</b>	<b>2</b>
1.1	Aufbau und Funktion der Haut	3
1.2	Aufbau der Haut	3
<b>2</b>	<b>Das Haar</b>	<b>10</b>
2.1	Aufbau und Funktion des Haares	11
2.2	Vier Arten der Behaarung	13
2.3	Die Wachstumsphasen des Haares	15
2.4	Ursachen des Haarwachstums	17
<b>3</b>	<b>Grundlagen der Haarentfernung</b>	<b>20</b>
3.1	Formen der Depilation	21
3.2	Formen der Epilation	22
3.3	Dauerhafte Methoden der Haarentfernung	23
<b>4</b>	<b>Die Methoden des Sugarings</b>	<b>26</b>
4.1	Die Zuckerenthaarung mit Patronen	27
4.2	Die Spatelmethode	27
4.3	Die Handtechnik	27
<b>5</b>	<b>Die Zuckerpaste</b>	<b>30</b>
5.1	Wissenswertes über Zucker	31
5.2	Einzigartigkeit der Zuckerpaste	31
5.3	Konsistenzen der Zuckerpaste	33
5.4	Unter Vorbehalt zu behandelnde Körperpartie	35
<b>6</b>	<b>Behandlung</b>	<b>38</b>
6.1	Ausstattung und Zubehör	39
6.2	Der Behandlungsablauf	40
6.3	Schrittweise Anleitung unterschiedliche Körperregione	44
6.4	Die Nachbehandlung	50
6.5	Tipps und Tricks	50



## **Einleitung**

### Haarentfernung mit orientalischer Zuckerpaste

Körperenthaarung – kein Trend unserer Neuzeit

Schon die alten Ägypter pflegten ihren Körper mit Zuckersud. Sie nutzten diese Methode nicht nur für kosmetische Zwecke, sondern entfernten auf sanfteste Art lästige Härchen am ganzen Körper. Sie wussten schon damals, vor mehr als 5000 Jahre über die pflegenden und antiseptischen Eigenschaften des Zuckers Bescheid.

Viel später, zu Kriegszeiten, in denen Medikamente knapp waren, wurde der Zucker zur Wundheilung und Desinfektion verwendet. Die moderne und technologische Weiterentwicklung der Zuckerpaste erlaubt heute unterschiedlichste Behandlungsmethoden, die von Akne-, über Cellulitebehandlung bis hin zur perfekten Haarentfernung alles beinhalten.

Die orientalische Zuckerpaste ist ein 100% natürliches Produkt zur Haarentfernung bestehend aus Zucker, Wasser und Zitrone. Die Anwendung der Zuckerpaste ist unkompliziert und ohne Nebenwirkungen. Sie erhalten schnell und effektiv ein samtweiches, haarfreies Hautbild. Ideal für sämtliche Körperregionen bei MANN und FRAU.

# 1 Die Haut



## 1.1 Aufbau und Funktion der Haut

Die Haut (Cutis) ist mit ungefähr 2 Quadratmetern das größte und nervenreichste Organ des menschlichen Körpers. Die gesamte Haut wiegt etwa 2 bis 3,5 kg. Je nachdem, an welcher Stelle des Körpers sich die Haut befindet, können Dicke und Aufbau sehr unterschiedlich sein. Die Haut ist ein kompliziertes und äußerst effektives Organ, das unseren Körper schützt und ihm seine Attraktivität verleiht.

Unsere Haut erfüllt zahlreiche Aufgaben. Sie ist die Grenzschicht zur Um- und Außenwelt, mit der wir ständig in Kontakt sind. Der gesamte Organismus ist darauf angewiesen, dass sie richtig funktioniert und nicht verletzt ist. Bereits wenn nur ein Drittel der Körperoberfläche zerstört ist (zum Beispiel durch Verbrennungen), stirbt der Mensch in der Regel. Daran lässt sich die große Bedeutung der Haut als Organ ablesen, und es wird auch klar, dass Beeinträchtigungen der Haut große Auswirkungen auf das Allgemeinbefinden haben können.

## 1.2 Aufbau der Haut

Unsere Haut besteht aus 3 Schichten, die untereinander in Verbindung stehen, voneinander abhängig sind und sich gegenseitig beeinflussen. Es sind die Oberhaut (Epidermis), die Lederhaut (Dermis, Corium) und die Unterhaut (Subcutis). Zur Haut gehören auch die sogenannten Hautanhangsgebilde. Sie bestehen aus Haaren, Nägeln, den Talg- und Schweißdrüsen.

Für die sanfte Haarentfernung sind die Grundlagen zu Haaren, Talg- und Schweißdrüsen von Bedeutung. Deshalb wird in diesem Buch nicht auf die Nägel eingegangen.

### **Oberhaut (Epidermis)**

Die Oberhaut wird auch Epidermis genannt und ist die oberste Hautschicht. Die Oberhaut setzt sich aus unterschiedlichen Schichten bzw. Zelltypen zusammen:

- Der Hornschicht (Stratum corneum)
- Den Hornzellen (Keratinocyten)



Sie machen als Hornsäulen den Großteil der Zellen in der Haut aus, werden in der Keimschicht (Stratum basale) gebildet und wandern allmählich nach außen. Sie bilden mit den abgestorbenen Hornschuppen die äußere Oberfläche und den Fett- und Säuremantel. Die Schicht ist etwa 25 Zellen dick.

- Die Körnerschicht (Stratum granulosum)  
Die Schicht wird durch Horn-Knorpelkörnchen gebildet. Die Zellen fangen hier an zu verhornen, das bedeutet, die lebenden Zellen sterben ab und werden nach außen abgeschoben.
- Die Langerhansschen-Zellen und T-Lymphozyten sind für das Immunsystem (Abwehrfunktion) der Haut verantwortlich und spielen unter anderem beim allergischen Geschehen eine wichtige Rolle. Die Körnerschicht ist etwa 2-3 Zellschichten dick.
- Die Keimschicht (Stratum germinativum)
- Die Stachelzellschicht (Stratum spinosum)  
Die stachelförmigen Hornzellen bilden einen festen Verbund aus etwa 3-7 Zellschichten. In ihr kommen auch Langerhanssche-Zellen vor.
- Die unterste Zellschicht (Stratum basale): Die so genannten Basalzellen sind die tiefstliegende Schicht der Oberhaut. Hier werden neue Hautzellen durch Teilung gebildet, die permanent an die Hautoberfläche wandern, auf dem Weg dorthin absterben und als tote Zellen (Keratin) die äußere Hornschicht der Haut bilden. Durch Abschuppung werden Teile der Hornschicht täglich abgestoßen.
- Die Pigmentzellen (Melanozyten) liegen zwischen den Basalzellen und bilden die Hautfarbe Melanin, die gleichzeitig als Lichtschutz dient.
- Die Merkelzellen (Mechanorezeptoren) befinden sich ebenfalls in der Basalschicht. Im Durchschnitt kommen 16 Merkelzellen pro mm<sup>2</sup> Epidermisfläche vor. Sie melden Druck (Berührungsempfindung) ans Gehirn und sind wichtig für das Tastgefühl.
- Die Basalmembran. Sie bildet die Grenze zwischen Oberhaut und Lederhaut.

### **Lederhaut**

Die Lederhaut (Dermis, Corium) ist ein Teil unserer Haut und schließt sich direkt an die Basalmembran der Oberhaut an. Die Lederhaut wird aus 2 Schichten gebildet: **Papillenschicht und Netzsicht.**



Die obere Schicht ist die Papillenschicht (Stratum papillare). Sie besteht aus lockerem Bindegewebe, das sich zapfenartig in die Oberhaut einstülpt. Sie enthält Blutkapillaren und Nervenendorgane (Rezeptoren) und viele Abwehrzellen (Leukozyten, Plasmazellen, Mastzellen).

Die untere Schicht ist die Netzschicht (Stratum reticulare), welche mit festen Bindegewebsfasern durchzogen ist. Letztere bestehen aus Kollagen und Elastin. Kollagen ist notwendig für die Festigkeit und Dehnbarkeit der Haut und Elastin gewährleistet ihre Flexibilität und Elastizität. Je nach Ausrichtung des Kollagenfasergeflechts bilden sich die Spaltlinien der Haut. Wird die Festigkeit der Haut überdehnt, so entstehen Striae distensae - die berühmten Schwangerschaftsstreifen.

Zusätzlich befinden sich in der Netzschicht größere Nerven und Blutgefäße, Schweißdrüsen, Haarfollikel und glatte Muskelzellen.

Die Lederhaut verliert im Alter an Elastizität. Dadurch verringert sich die Spannkraft der Haut und es entstehen Falten. Die Lederhaut beherbergt auch wichtige Sinnesorgane für Druck-, Tast-, Vibrations-, Temperatur- und Schmerzempfindung. Auf einem Quadratzentimeter Lederhaut findet man durchschnittlich

- 200 Schmerzrezeptoren
- 100 Druckrezeptoren
- 12 Kälterezeptoren
- 2 Wärmerezeptoren
- 100 Schweißdrüsen
- 40 Talgdrüsen

### **Unterhaut**

Die Unterhaut (Subcutis) ist ein Teil unserer Haut und schließt sich direkt an die Netzschicht der Lederhaut an. In der Unterhaut sind die Haarwurzeln verankert. Außerdem finden sich hier die Schweißdrüsen, Talgdrüsen, Duftdrüsen und Milchdrüsen sowie größere Lymph- und Blutgefäße. Durchzogen wird das Bindegewebe von Ausläufern der festen Fasern der Lederhaut. Diese Fasern sind fest mit der unter der Subcutis liegenden Körperfaszie verbunden. Auf diese Weise entsteht eine Kammerung des Unterhautgewebes.

## 2 Das Haar





Der menschliche Körper ist an den meisten Stellen mit Haaren unterschiedlicher Länge, Dichte, Farbe und Beschaffenheit bedeckt.

Wachstumsrate und Haardicke sowie die Anzahl der Haare sind genetische Faktoren, die bei jeder Person unterschiedlich sein können. Dennoch schwankt die Anzahl der Haare je nach Haarfarbe innerhalb bestimmter Bereiche. So haben Blonde durchschnittlich 150.000, Schwarzhaarige 110.000, Brünette 100.000 und Rothaarige 75.000 Haare.

- Anzahl der Kopfhaare: 0–150.000
- Haardichte: ca. 200 Haare/cm<sup>2</sup>
- täglicher Haarverlust: 60–100 Stück
- Wachstumsrate: ca. 0,33 mm/Tag, mithin etwa 1 cm/Monat
- Haardicke: 0,04 mm (Vellushaare) bis 0,12 mm (Terminalhaare)
- Zugfestigkeit pro Haar: ca. 2 N
- Elastizitätsmodul: 3000 MPa
- Lebensdauer der Haarwurzel: ca. 6–8 Jahre

Haare wachsen ständig, auch bei Menschen, die im Koma liegen. Dagegen beruht das scheinbare Wachstum der Barthaare bei kürzlich Verstorbenen auf der Schrumpfung der Haut durch Wasserverlust

## 2.1 Aufbau und Funktion des Haares

Das Haar ist grob in drei Schichten aufgebaut: Cuticula, Cortex und Medulla. Hinzu sind die Haarwurzel und der Haarfollikel eine wichtige Grundlage zu Haarentfernung mit Sugaring.

### Cuticula

Die äußerste Schicht, Cuticula oder Schuppenschicht genannt, besteht aus flachen, übereinander greifenden, verhornten, abgestorbenen Zellen, ähnlich zur Haarspitze orientiert wie bei einem Tannenzapfen. Sie besteht aus sechs bis zehn solcher Zelllagen. Die Schuppenschicht zeigt den Gesundheitszustand des Haares an. Beim gesunden Haar liegt die Schuppenschicht flach an und ergibt so eine glatte, durchscheinende Oberfläche. Das Licht wird optimal reflektiert und ergibt so den gesunden Glanz des Haares. Alkalisches Milieu öffnet die Schuppen, saure Umgebung verschließt sie.



### **Cortex**

Der Cortex („Rinde“) – auch Faserschicht oder Faserstamm genannt – macht ca. 80 % des Haaranteils aus. Hier spielen sich alle für den Friseur relevanten chemischen Prozesse ab. Der Cortex besteht aus Faserbündeln, die aus einer großen Zahl feinsten Keratinfasern, den Fibrillen, bestehen. Diese entstehen vermutlich dadurch, dass sich Cortexzellen aneinanderlagern. Die Verbindung zwischen den beiden Zellen wird durch den Zellmembrankomplex hergestellt, den man sich als eine Art Kittsubstanz vorstellen kann. Die Reißfestigkeit und Elastizität des Haares sind auf diese Verkittung zurückzuführen.

### **Medulla**

In wenigen Fällen, und dann auch nur bei dicken Haaren, fällt eine starke Auflockerung der Faserstruktur im Zentrum des Haares auf. In seiner Längsrichtung zeigt sich eine kanalförmig verlaufende, je nach Haardicke unterschiedlich breit auftretende und unregelmäßig angeordnete Masse. Die im Faserstamm sonst so geordnete Struktur fehlt hier. Teilweise sind Hohlräume zu erkennen. Diesen Bereich des Haares nennt man Markkanal oder einfach Mark (Medulla).

### **Haarwurzel**

Im unteren Bereich der Lederhaut entsteht das Haar an der Haarpapille. Im Bildungsbereich, der Matrix, lagern zahlreiche Melanozyten, die ihre Pigmente an das entstehende Haar abgeben. Die keratinreichen Hornzellen wandern nach oben und bilden dabei den Haarschaft, der sich innerhalb des Follikels zur Hautoberfläche schiebt.

### **Haarfollikel (Haarbalg)**

Der Haarschaft liegt in einer länglichen Einstülpung der Oberhaut, dem Haarfollikel oder Haarbalg, an dessen unteren Ende das Haar in der Haarwurzel gebildet wird. In den Follikel mündet eine Talgdrüse, teilweise auch eine Duftdrüse.

Der Haarfollikel ist seiner Länge nach von einer inneren und einer äußeren epithelialen Haarwurzelscheide umgeben. Die äußere Haarwurzelscheide kann als Fortsetzung des Stratum basale epithelii (= Stratum germinativum epithelii) in den Haartrichter aufgefasst werden. Unter dem Haartrichter versteht man die trichterförmige Einsenkung der Haut an der Stelle, an der die Haarwurzel (Radix pili) in den Haarschaft (Scapus) übergeht (den Ort also, wo das Haar aus der Haut austritt). Daraus

### 3 Grundlagen der Haar- entfernung





In diesem Kapitel wird primär auf den **Unterschied** zwischen **Depilation** und **Epilation** eingegangen.

### 3.1 Formen der Depilation

Der Begriff Depilation bezeichnet mehrere Verfahren der Haarentfernung, bei denen nur der sichtbare Teil des Haares außerhalb der Haut entfernt wird. Das Haar wächst nach der Rasur oder der Behandlung mit Enthaarungscreme innerhalb kurzer Zeit wieder nach.

Unter Epilation versteht man Verfahren zur Entfernung von Körperhaaren, wobei das Haar mitsamt der Haarwurzel entfernt wird.

Die Epilation gliedert sich in dauerhafte Verfahren, bei denen die Haarwurzel zerstört wird, und in nicht-dauerhafte Verfahren, bei denen das Haar nur ausgerissen wird, ohne die Haarwurzel zu zerstören, und nach einiger Zeit – allerdings erst nach einer längeren Zeitspanne als bei der Depilation – wieder nachwächst.

#### ➤ Rasieren

Das Haar wird an der Hautoberfläche abgeschnitten. Das Haar kann dunkler erscheinen. Die Hautoberfläche fühlt sich bereits nach kurzer Zeit kratzig und stoppelig an. Durch ständiges Rasieren können Hautreizungen oder gar Verletzungen entstehen und die Haut wird oft trocken.

#### ➤ Enthaarungscremes

Durch aggressive chemische Inhaltsstoffe wird das Haar oberhalb der Haut aufgelöst und wird dann abgerieben. Neben Hautirritationen und -reizungen können oft auch Rötungen oder Juckreiz entstehen.

#### ➤ Schmirgelleinen

Hier werden die Haare durch feine Schleifkörper auf Leinen oder Papier von der Hautoberfläche abgeschliffen. Auch hier entstehen leichte Hautirritationen.

#### ➤ Faden

Das Haar wird mittels eines Fadens, der Hände und Finger und unter Zuhilfenahme des Mundes schnell entfernt. Die alte Kunst dieser Fingerfertigkeit wird in arabischen Ländern sehr häufig angewandt. Jedoch wird ein großer Prozentsatz der Haare dabei abgebrochen.



### 3.2 Formen der Epilation

Das Haar wird als Gesamtes, also auch der Teil unterhalb der Hautoberfläche, entfernt

#### ➤ Sugaring

Das Sugaring ist wohl die effektivste und sanfteste Methode der Haarentfernung. Es können Härchen ab einer Länge von 0,5 mm mühelos entfernt werden. Zuckerpaste ist ein 100% natürliches Produkt und wird in der Regel aus Zucker, Wasser und Zitrone hergestellt. Durch die antiseptische und hydratisierende Wirkung des Zuckers gehören Entzündungen nicht nur der Vergangenheit an, sondern die Haut wirkt gepflegt und rosig.

Diese Methode kann in sämtlichen Körperregionen angewandt werden. Da in Haarwuchsrichtung abgezogen wird, entstehen kaum Schmerzen und es brechen nahezu keine Härchen ab. Zucker ist wasserlöslich und sehr effizient im Verbrauch.

#### ➤ Waxing

Die Haarentfernung mit Warmwachs ist eine traditionelle Methode, bei der das Wachs erhitzt, dick aufgetragen und nach kurzer Abkühlzeit als Platte abgerissen wird. Bei dieser Methode brechen viele Härchen im Schaft ab. Es kann zu Entzündungen kommen.

#### ➤ Wachs

Diese Methode der Haarentfernung ist in Europa am weit verbreitetsten. Es gibt Heiß- oder Kaltwachs, aber allen Wachsen ist gemeinsam, dass sie auf der Haut erstarren und mittels textilen Streifen entgegen der Wuchsrichtung von der Haut abgerissen werden. Durch das Erstarren des Wachses wird das Haar vom Wachs festgehalten und so herausgerissen. Neben hohem Schmerzempfinden brechen viele Haare bei dieser Methode ab. Hautirritationen gibt es zumeist im Gesichts-, Achsel- und Bikinibereich. Bei Heißwachs wird durch die hohe Temperatur ebenfalls bereits die Haut gereizt. Das Haar muss eine gewisse Länge haben, um entfernt werden zu können.

#### ➤ Elektro-Pinzetten

Bei dieser Methode wird mittels einer Pinzette galvanischer Strom durch das Haar geleitet. Da das Haar ein sehr schlechter elektrischer

## 6 Behandlung





## 6.2 Der Behandlungsablauf

Der Behandlungsraum sollte normale Raumtemperatur haben. Im Hintergrund läuft Entspannungsmusik, die Behandlungsliege ist ausgestattet mit Liegenbezug, frischem Handtuch oder neuer Papierauflage.

Die Zuckerpaste ist auf Körpertemperatur erwärmt und alle genannten Materialien liegen bereit.

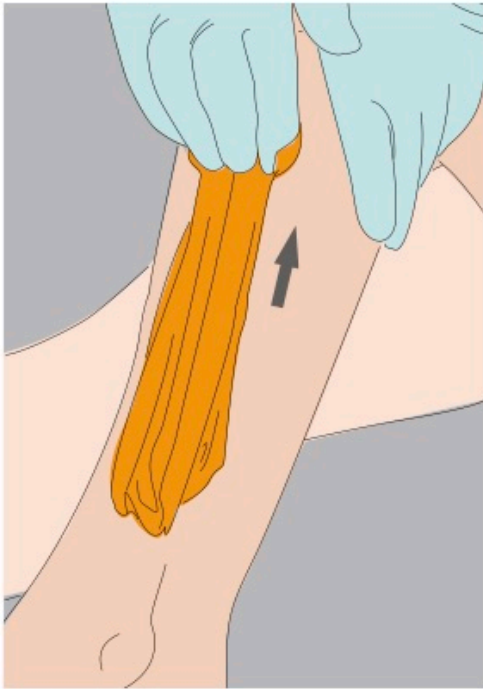
Grundsätzlich werden Latex- oder Nitrilhandschuhe während der Behandlung getragen. Einerseits wegen der Hygiene, andererseits befinden sich in der Handinnenfläche sehr viele Schweißdrüsen. Beim Arbeiten kann es nun leicht sein, dass die Hände feucht werden – ohne Handschuhe würde dieser Handschweiß in die Zuckerpaste eingearbeitet und so die Konsistenz der Paste verändern.

Mittels Küchentuch, Wattepad oder Kosmetiktuch (je nach zu behandelnder Körperregion) wird die entsprechende Hautpartie nun gereinigt und entfettet. Dazu gibt es spezielle Reinigungs- und Entfettungsflüssigkeiten für die Haarentfernung (Reinigungsspray). Anschließend wird die Haut gepudert, damit alle verbleibende Feuchtigkeit absorbiert wird und die Hautpartie ganz trocken ist.

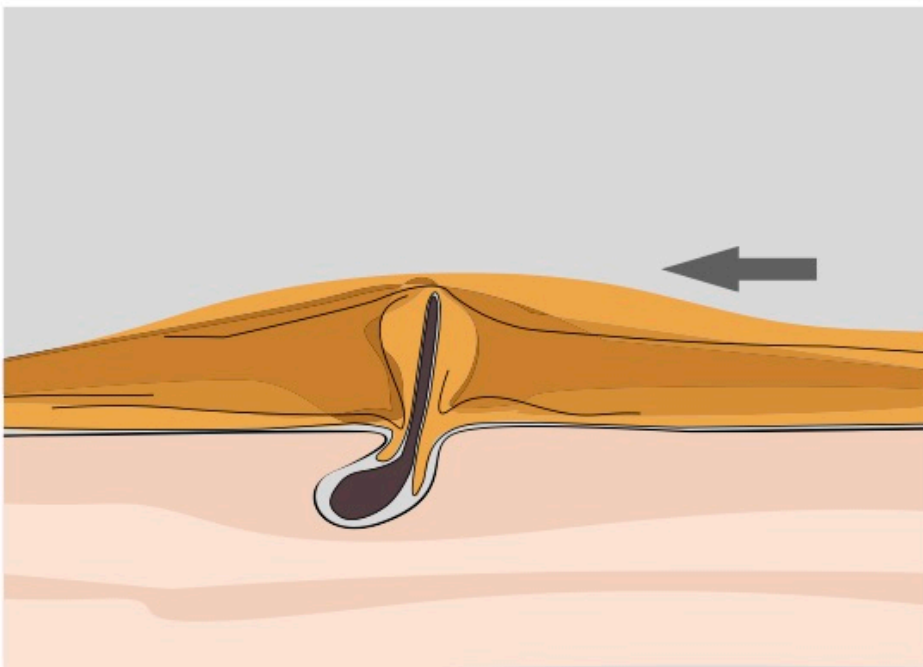
Je nach Körperregion wird nun die Konsistenz der Zuckerpaste gewählt. In großen Bereichen verwendet man vorzugsweise eine weichere Variante, die leichter aufgetragen werden kann und auch für den Kunden angenehmer ist. Wird in der Körperregion, die enthaart werden soll, leicht geschwitzt, nimmt man eine festere Variante, weil die Paste durch den Schweiß sowieso weicher wird. Die unterschiedlichen Zuckerpasten können je nach Bedarf auch untereinander gemischt werden.

Dose öffnen und entsprechend der zu behandelnden Körperpartie mit den Fingerkuppen die Paste entnehmen. Die Behandlung wird in bequemer und gerader Position an der für jeden einzelnen optimalen Stelle aufgetragen und entgegen der Wuchsrichtung sehr langsam und locker, völlig ohne Druck, aufgetragen. Die Zuckerpaste wird 2-3 mal eingearbeitet, damit sie Gelegenheit hat, tief in den Haarbalg zu sinken, um das zu entfernende Härchen so weit unten wie möglich zu umschließen. Die freie Hand dient immer dazu, die entsprechenden Hautpartien so gut es geht zu straffen.





**Abb. 6.1** Auftragen der Zuckerpaste entgegen der Haarwuchsrichtung



**Abb. 6.2** Detailsansicht - Auftragen der Zuckerpaste entgegen der Haarwuchsrichtung