



Öl gegen Schwangerschaftsstreifen

Ein **Öl gegen Schwangerschaftsstreifen** kann dazu beitragen, der Entstehung von Schwangerschaftsstreifen entgegenzuwirken, beziehungsweise die Ausprägung der Streifen abzumildern. Sucht man ein Öl gegen Schwangerschaftsstreifen hat man die Wahl der Qual, denn am Markt sind verschiedenste Produkte in jeder erdenklichen Preislage erhältlich. Daher sind hier der persönliche Geschmack was Konsistenz und Duft angeht, sowie der eigene Geldbeutel die wichtigsten Entscheidungskriterien bei der Auswahl. Beim Kauf sollte man darauf achten, dass das Öl gegen Schwangerschaftsstreifen auf natürlichen Inhaltsstoffen basiert. Diese können vom Stoffwechsel des Körpers gut verarbeitet werden. Typische Bestandteile in einem Öl gegen **Schwangerschaftsstreifen** sind Weizenkeimöl, Traubenkernöl, Mandelöl oder Sesam- und Jojobaöl.

Auch das beste Öl kann Schwangerschaftsstreifen nicht zu 100% verhindern

Beim Kauf und der Auswahl des passenden **Öls gegen Schwangerschaftsstreifen** sollte man stets im Hinterkopf behalten, dass es keine hundertprozentige Garantie gibt, Schwangerschaftsstreifen komplett zu verhindern. Denn Schwangerschaftsstreifen auf der Haut sind die äußeren Anzeichen von Rissen in der Lederhaut, einer tieferen Hautschicht deren Kollagenfasern im Bindegewebe für die Straffheit der Haut insgesamt verantwortlich sind. Schwangerschaftsstreifen entstehen wenn die Haut aufgrund großer Belastung so weit gedehnt wird, dass die Kollagenfasern und das Bindegewebe der Spannung nicht standhalten können und schließlich reißen.

Die entstandenen Wunden sind gesundheitlich ungefährlich und befinden sich innerhalb der Hautschichten. Jedoch schimmern die Blutgefäße der Haut hindurch. So werden außen auf der Haut rosa bis blau/roter Streifen sichtbar. Lässt die Überdehnung nach, verheilen die Wunden unter der Bildung von Narben wieder. Demzufolge verändern sich auch die Streifen auf der Haut. Sie werden deutlich dünner und die Farbe verblasst mehr und mehr. Doch nicht nur in der Schwangerschaft entstehen diese Dehnungsstreifen, auch starkes Wachstum in der Pubertät oder eine rasche **Gewichtszunahme** können sie verursachen. Besonders häufig treten sie am Busen, dem Bauch sowie am Po und den Oberschenkeln auf.

Zusätzliche Faktoren die bei Schwangerschaftsstreifen zu beachten sind

Daher muss ein **Öl gegen Schwangerschaftsstreifen** nicht nur am Bauch sondern auch an diesen Stellen zum Einsatz kommen. Um die Wirkung zu optimieren, empfiehlt es sich dieses nach dem Bad oder der Dusche in die noch leicht feuchte Haut einzuarbeiten. Ergänzt man dieses Ritual mit einer Zupfmassage wird zudem die Durchblutung der Haut gefördert. Doch um die Schwangerschaftsstreifen wirkungsvoll entgegen treten zu können, reicht die Pflege mit einem Öl gegen Schwangerschaftsstreifen jedoch nicht aus. Eine gesunde Ernährung und mindestens vier Liter kalorienarme Flüssigkeit am Tag, sowie regelmäßige Bewegung sind wichtige Komponenten im Kampf gegen Schwangerschaftsstreifen.

Autor: Redaktion / Diana

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ [Massagen in der Schwangerschaft](#)
- ▶ [Yoga in der Schwangerschaft](#)
- ▶ [Schwangerschaftsstreifen](#)

[zum Artikel Öl gegen Schwangerschaftsstreifen](#)