



Björn Donner

Beauty-Coach, Hairstylist,  
Visagist, Kosmetiker,  
Farb- und Stilberater

info@bjoern-donner.de

# Beauty

## EXPERTEN-TIPP

### Schluss mit rauen Zeiten!

Sommer! Sonne! Wunderschön! Doch leider zeigt der Blick in den Spiegel in dieser warmen Jahreszeit auch oft schuppige Stellen, einen fahlen Teint und kleine Fältchen. Oft wird die Haut sogar immer trockener, obwohl man ständig cremt. Was also tun?

Zunächst einmal sollten Sie Detektiv spielen und herausfinden, woran es tatsächlich mangelt: Neben Feuchtigkeit fehlt es trockener Haut oft an Fett. Es lohnt sich, die Haut genau unter die Lupe zu nehmen ... und dann mit der richtigen Pflege gezielt nachzuhelfen.

**Typ A: Ihre Haut braucht Feuchtigkeit** Äußere Anzeichen: Beim Ausziehen der Strümpfe bleibt der Stoff an rauen Stellen hängen, die Wangen fühlen sich wie Sandpapier an, die Haut juckt und spannt.

**Pflegestrategie** Um den Feuchtigkeitsgehalt der Haut zu erhöhen, sind v.a. Öl-in-Wasser-Emulsionen (Ö/W) geeignet. Achten Sie auf Inhaltsstoffe, die eine aktive Hydratation bewir-

ken, wie z. B. Aloe Vera und Panthenol. Auch Harnstoff (Urea) und Glycerin sind natürliche Durstlöcher, Allantoin wirkt zudem hautberuhigend. Für das Gesicht sind Cremes und Masken mit Hyaluronsäure empfehlenswert, sie transportieren Feuchtigkeit in die Haut und speichern sie dort.

**Extra-Tipp** Um auch im Schlaf mit ausreichend Feuchtigkeit versorgt zu werden, lohnt es sich, im Raum Luftbefeuchter oder Wasserschalen aufzustellen.

**Typ B: Ihre Haut braucht Fett** Äußere Anzeichen: Die Hautoberfläche fühlt sich komplett rau an, bei genauem Hinsehen sind winzige Risse und Entzündungen zu erkennen. Schuppige Stellen sind ebenfalls ein klassisches Symptom. Und auch wenn die Haut nach dem Eincremen schnell wieder spannt, ist eine fett- oder lipidreiche Pflege angesagt.

**Pflegestrategie** Einen wohltuenden Ausgleich liefern Cremes auf Basis von Wasser-in-Öl-

Emulsionen (W/Ö), die natürliche Öle enthalten. Diese sind den Lipiden (Fetten) der Haut am ähnlichsten und können so wunderbar aufgenommen werden. Inhaltsstoffe wie z. B. Jojobaöl, Olivenöl, Mandelöl oder Sheabutter sind ideal: Sie geben Fett an die Haut zurück und umschließen diese mit einem dünnen Film, der vor dem Austrocknen schützt. Steht auf dem Cremetiegel „rich“ oder „reichhaltig“, deutet dies ebenfalls auf einen höheren Fettgehalt hin.

**Extra-Tipp** Da fetthaltige Pflege Pickel hervorrufen kann, sollten Sie das Gesicht abends immer gründlich reinigen und mit einer Bürste sanft peelen. Danach eine Nachtcreme auftragen, damit die Haut im Schlaf geschützt bleibt.

Kommen Sie gepflegt durch den Sommer und genießen Sie ihn!

Herzlichst,

