

MADAME

APRIL 2022
DEUTSCHLAND € 7
ÖSTERREICH € 7
SCHWEIZ SFR 11
4 190457 907000 04

+
**GROSSES
LIVING
OUTDOOR
SPECIAL**

*Die neuen Wohn-
Accessoires &
Styling-Ideen*

**„ES IST NIE
ZUSPAT,
SICH
NEUZU
ERFINDEN“**

*, Schauspielerin
DESIREE NOSBUSCH
über ihr erstaunliches
Comeback*

Spring **FASHION**

- Lust auf **LEUCHTENDE** Farben
- **Der IT-SCHUH** ist wieder da!
- **VINTAGE-MODE**: Welche Teile jetzt hoch im Kurs stehen

**GLATT &
GLÄNZEND**
Der Guide
für makellose
HAUT und
gesundes
HAAR

W

Im den Blick auf die Haut gleich mal zurechzurücken: Eine wirklich schöne Haut hat in erster Linie etwas mit Gesundheit zu tun. Zu

oft vergessen wir, dass unsere Haut nicht primär für eine attraktive Optik zu sorgen hat. Ihre Aufgabe ist vielmehr eine lebenswichtige: den Körper zu umhüllen und zu schützen. Vor Kälte, Hitze, Sonnen, schädlichen Mikroorganismen. Sie ist ein Sinnesorgan, nimmt Temperatur und Schmerz wahr, ist mit unseren Empfindungen verknüpft und kann unsere Emotionen spiegeln. Sie bekommt Gänsehaut oder errödet. Erst dann dient die Haut der Selbstdarstellung, womit der Anspruch an sie allerdings erst so richtig wächst. Wir pflügen und hegen sie, bemalen und bepudern sie. Wir untersuchen sie täglich im Spiegel und wissen genau um ihren Zustand.

Die vielleicht wichtigste Erkenntnis: Unsere Haut durchläuft Veränderungsprozesse. Sie reagiert auf Umweltreize und auf Abnutzung in unserem Körper, auf Veränderungen des Stoffwechsels oder des Hormonhaushalts. „Schöne Haut ist eine gesunde, vitale Haut. Ihr Zustand unterliegt vielen Schwankungen“, erklärt Prof. Dr. Volker Steinkraus, Dermatologe aus Hamburg. „Sie sollte gut durchblutet sein, keine Hautprobleme wie Unreinheiten zeigen und altersentsprechend sein. Leichter zu beruhigen, das wir akzeptieren, dass wir mit zunehmendem Alter natürlich mehr Falten bekommen.“ Falten können stören, sind aber kein Hautproblem. Bitte merken. Vergessen sollten wir wiederum den Mythos, schöne Haut sei ein Normal- und Dauerzustand. Und sie ist eben auch nicht allein das Produkt einer aufwendigen Beauty-Routine.



Healthy Haut

PFLEGEPROGRAMM

1 Das „Oleum Quete Treatment Ori“ von Anane regeneriert mit Avocado und Wiesenschaumkraut, um 67 Euro 2 Die „Age Delay Day“-Creme von ACO hat sich mit Hyaluronsäure und Retinol dem Better Aging verschrieben, um 30 Euro 3 Angereichert mit goldenem Kaviarextrakt und Kaviarwasser ist die „White Caviar Essence Extraordinaire“ von La Prairie, um 390 Euro 4 Die „Absolute Silk Illuminative Cream“ von Sensai lässt die Haut leuchten, verringert Falten und verhindert neue Pigmentstörungen, um 189 Euro 5 Das „Vitamin C Concentrate“ Serum von Prof. Dr. Steinkraus besteht aus Aktivierungsflüssigkeit und Vitamin C Konzentrat für 28 Anwendungen, um 98 Euro 6 Lilly Sayn Wittgenstein setzt mit ihrer Hautpflege auf die Nähe zur Natur. Das „Anti-Redness Serum“ beruhigt die Haut mit Weihrauch, Hyaluron und Vitamin B5, um 60 Euro

Weniger Pflege ist mehr

Wir können unserer Haut so vieles gönnen. Uns zum Beispiel schonend mit einer der zahlreichen neuen Pflegeprodukte oder Behandlungsmethoden um den Teint kümmern. Aus dermatologischer Sicht muss man das aber nicht und sollte es auch nicht. Denn die Haut möchte in der Regel gar nicht so viel Aufmerksamkeit. Liefern wir ihr einen zu umfangreichen Wirkstoffcocktail, reagiert sie vielmehr gereizt. Die Folge sind Unreinheiten oder Irritationen. Die ak-