

# FÜR SIE

*Zeit für mich*

**KÖSTLICHE  
SPARGEL-ZEIT**

**8 SEITEN:** Neue,  
raffinierte Rezepte

**RAUS AUS DEM  
ALLTAGSLARM**

So komme ich zur Ruhe

**Von Diagnose  
bis Therapie**

Medizin der Zukunft

**Allein in den Urlaub**

Die besten Ziele für  
Stadt, Meer & Aktivreisen

**FÜR SIE stellt vor**  
Frauen, die  
uns imponieren

**MUTTER-  
TAG  
Spezial**

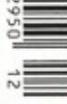


**WOW,  
SEHEN WIR  
TOLL AUS!**

Die große Stil-Beratung vom FÜR SIE-Modeteam:  
Tolle Styling-Ideen für Mama und Kind

www.fuersie.de | 2,95 €  
ÖSTERREICH 3,15 € | SCHWEIZ 5,80 Sfr

4 190308 102950 12



# 6 Beauty-Ideen mit KOPF und SEELE

Sie sind Erfinder, Firmengründer und verwirklichen ihre Ideen im Auftrag der Schönheit. Ein Streifzug durch die neue Beauty-Welt

TEXT ASTRID JÜRGENS



## 1 KATRIN VON HALLWYL, IKOO Wellness für Haare

Die Ikoo-Bürste war von Anfang an ein Shooting-Star, doch die studierte Hotelfachmanagerin hat ständig neue Ideen für innovative Haarprodukte. Immer wiederkehrende Kopfschmerzen und eine Asienreise brachten Katrin von Hallwyl auf ihre Geschäftsidee. Vor Ort konsultierte sie einen renommierten Arzt der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Durch Stimulierung der Leitbahnen am Kopf befreite er sie von ihren Schmerzen. „Der Gedanke war sofort geboren: Kopfhaut-Entspannung mit einem Gegenstand des täglichen Lebens zu verbinden – eine Bürste mit Massagefunktion“, erklärt sie. Weil sie schon Erfahrungen mit Produktentwicklungen gesammelt hatte, war die Umsetzung kein Problem. Heute ist sie stolz auf ihren Erfolg. Seit der Gründung wuchs der Umsatz in den letzten drei Jahren um unglaubliche 675 Prozent und katapultierte Ikoo auf Platz vier der wachstumsstärksten Start-ups in Deutschland. „Wichtiger als Umsatz und Gewinn ist mir die Entwicklung der Marke. Ikoo steht für Qualität, Innovation, Nachhaltigkeit, auch für Wellness und Gesundheit. Ich mag eben alles rund um gesundes Haar.“

ikoo-brush.com

**ERFOLGSSCHLAGER**  
Kopfhautstimulierende  
Ikoo-Brush, E-Styler und  
Paddle-Bürste



LAETITIA VON HESSEN, SARAH VON  
DOETINCHEM, NICHE-BEAUTY.COM

## 2 Ihre Kosmetik ist Kult

Das Onlineportal der beiden Schwestern widmet sich spannenden Luxusmarken aus aller Welt, die meist nur echten Beauty-Fans bekannt und oft auch nur im Ausland erhältlich sind. Lifestyle-Metropolen wie New York und London wirken auf viele inspirierend. Als Betriebswirtin Laetitia und Grafikdesignerin Sarah nach ihrem Studium dort lebten, stellten sie mit Staunen fest, wie viele faszinierende Make-up-, Pflege- und Duftmarken es gab, von denen sie vorher noch nie etwas gehört hatten. „Begeistert von dieser unglaublichen Vielfalt, wussten wir sofort, dass wir diese heißen Insider-Tipps weitergeben möchten.“ Zurück in Hamburg gründeten sie mit ihrem Vater als Coach Niche-Beauty. Im Angebot Marken wie Rodial, Diptyque oder By Terry. Heute spürt ein ganzes Team von Beauty-Scouts weltweit immer neue Labels auf. Was interessante Nischenkosmetik ausmacht? Laetitia und Sarah: „Eine erzählenswerte Geschichte, spannende Gründer, coole Verpackungen und vor allem Produkte, die für sich sprechen.“ Was vor einigen Jahren der limitierte Chanel-Nagellack war, ist heute der cleane Duft aus Dänemark oder das Serum aus Schweden. Und warum schwören die Schwestern auf Nischenkosmetik? „Millionen-Etats, die kommerzielle Hersteller ins Marketing stecken, können Newcomer nicht aufbringen, also investieren sie in Wirkstoffe, und das macht Produkte kleiner Marken richtig gut.“



**LIEBLINGSSTÜCKE**  
Rodin-Lippenstift,  
Tan-Luxe-Selbstbräuner,  
Mascara von By Terry



3

BARBARA UHSADEL, ZEN OF NATURE

## Natürlich schön

Leben im Einklang mit der Natur, die Schönheit des Älterwerdens annehmen und das Beste aus seinem jeweiligen Hauttyp machen – so die Philosophie der Marke, die es seit 2017 online zu kaufen gibt.

Schon mit 18 besaß die Hamburgerin den schwarzen Gürtel in Karate. Um sich auch mental weiterzubilden, verweilte Barbara Uhsadel Anfang der 80er-Jahre sechs Monate in einem chinesischen Kloster. Hier kam sie mit dem Buddhismus in Berührung und der damit verbundenen ganzheitlichen Betrachtung von Mensch und Natur. „Die Erkenntnisse von damals sind Ausgangspunkt meiner heutigen Arbeit“, erklärt sie. Ausschlaggebend für die Entwicklung ihrer Kosmetiklinie aber war ihre eigene sensible Haut. „Ich fand keine Kosmetik, die ich vertragen konnte.“

So setzte sie sich mit Chemikern zusammen, studierte das weite Feld der kosmetischen Inhaltsstoffe und experimentierte mehrere Jahre. Die neue Hautpflege sollte naturrein, vegan und ohne Tierversuche sein. „Aber erst die Verbindung natürlicher Inhaltsstoffe und pflanzlicher Hightech-Substanzen brachte den ersehnten nachhaltigen Erfolg“, verrät sie. Ein Teil der Rezeptur basiert deshalb auf einer besonderen Mischung von drei pflanzlichen Stammzellen. Barbara Uhsadel leitet das Familienunternehmen heute mit ihrem Sohn, der als Ingenieur für Forschung, Entwicklung und Produktion verantwortlich ist. Gemeinsam verfolgen sie das Ziel, vor allem Frauen ab 40 dabei zu helfen, trotz aller Umweltbelastungen eine gesunde straffe Haut zu behalten. [zen-of-nature.com](http://zen-of-nature.com)



**MIT REPAIR-KRAFT**  
Klein, aber fein. Die Zen-Serie besteht aus Mizellenwasser, Serum und einer Creme



4

DR. PETER KESSLER, LE MANOIR

## Weniger ist mehr

Als Dermatologe und selbst Betroffener sammelte er jahrzehntelang Erfahrungen zum Thema sensible Haut und entwickelte eine eigene Hautpflege.

Peter Kessler stammt aus einer Neurodermitiker-Familie und litt schon früh unter Hautproblemen, aber erst durch ein Erlebnis an einem Filmset in Luxemburg kam er auf die Idee, eigene Produkte zu kreieren. Durch ständiges Schminken und Abschminken war die Haut der Hauptdarstellerin vollkommen überreizt. Der Dreh drohte zu kippen. Dr. Kessler: „Es gelang mir, durch eine individuell für sie entwickelte Creme ihre Haut nach kurzer Zeit wieder ins natürliche Gleichgewicht zu bringen und sogar zu heilen. Das war der Beginn der Le Manoir Crememanufaktur.“ Mittlerweile gibt es neben der maßgeschneiderten Creme auch eine individualisierte Pflege- und Reinigungsserie. Beide basieren auf der Philosophie „Konzentration auf das Wesentliche“. „Ich lasse bewusst hautreizende und allergisierende Substanzen weg.“ Hauptwirkstoffe sind Arganöl, Nachtkerzenöl und reine Hyaluronsäure. [lemanoir.de](http://lemanoir.de)



**SANFT ZUR HAUT**  
Nur wenige reinste Substanzen finden den Weg in die Tiegel

# Wie Ihre Haut beim Duschen gewinnt

Meistens verliert sie ja. Duschgele mit aggressiven Waschsubstanzen oder ein zu langes Bad in der Wanne können die natürliche Schutzfunktion unserer Hautbarriere beeinträchtigen. Linola Dusch und Wasch kann dem Säureschutzmantel der Haut mit wertvollen Linolsäuren etwas Gutes tun.



Linola Dusch und Wasch ist eine Mikroemulsion, die der Haut beim Duschen und Waschen nicht nur etwas nimmt, sondern auch etwas gibt – linolsäurereiches Pflanzenöl.

Damit wir über unsere Haut nicht zu viel Feuchtigkeit verlieren, gibt es eine natürliche Barriere. Linolsäure ist eine essentielle Fettsäure, die unser Körper nicht selbst herstellen kann, die jedoch für eine funktionierende Hautbarriere unerlässlich ist.

Viele Faktoren, wie beispielsweise zu häufiges Waschen oder die Verwendung aggressiver Waschsubstanzen, können die Hautbarriere beeinträchtigen.

Linola Dusch und Wasch schont und unterstützt die natürliche Hautbarriere und fördert die für die Geschmeidigkeit der Haut erforderliche Wasserbalance.

**Linola Dusch und Wasch unter der Lupe des Dermatologen:**

- spendet Feuchtigkeit über 24 Stunden
- mild reinigende Mikroemulsion mit hautfreundlichem pH-Wert von 5,5

Linola Dusch und Wasch ist in der Apotheke erhältlich

[www.Linola.de](http://www.Linola.de)

**Apotheken-Merkzettel:**  
**Linola Dusch und Wasch**  
PZN 06797904 (300 ml)



NIKKI BENETT, GREEN GROUP

## Die Natur kann alles

Schon von ihrer Großmutter lernte sie, wie man Cremes aus Kräutern herstellt. Doch erst nach einer schweren Krankheit machte sie die Entwicklung grüner Anti-Aging-Kosmetik zu ihrer Lebensaufgabe. Nikki Benett hat eine steile Karriere im Marketing hinter sich, als ein plötzlicher Herzstillstand sie fast das Leben kostet. Doch sie kämpft sich zurück und nutzt ihre zweite Chance, kehrt ihrem Beruf den Rücken, zieht in den Norden und beschäftigt sich mit Bio-Kosmetik. „Mich fasziniert, dass die Natur für scheinbar jedes Problem eine Lösung hat“, sagt sie. So befasste sie sich über Jahre hinweg mit biochemischen Prozessen im Körper, natürlichen Rohstoffen, Kräutern, Pflanzen und ganzheitlicher Heilkunde. „Mein größter Wunsch: die perfekte natürliche Wirkstoffkosmetik zu finden, die Menschen strahlender, gesünder und glücklicher macht.“ Ihr erstes Baby aus dem grünen Labor heißt „Spilanthox Therapy“. Es enthält Spilanthol, einen Extrakt aus der Parakresse, der auch Bio-Botox genannt wird und die Haut schnell sichtbar glättet. Zusammen mit ihrem Team in der von ihr gegründeten Green Group setzt sie sich für Nachhaltigkeit, Schutz von Tieren und Ressourcen ein. [nb-greengroup.com](http://nb-greengroup.com)

**ANTI-AGING-EFFEKT**  
Die „Spilanthox“-Serie besteht aus fünf sich ergänzenden Produkten



TINA LÜNEBURG, COOL BODIES

## Kälte ist ihr Metier

Eissaunen, ein Trend, der in den USA schon seit mehr als zwei Jahren boomt, brachte die Hamburgerin auf die ungewöhnliche Geschäftsidee, ganz besondere Kälte-Treatments anzubieten. „Zuerst las ich in einer Illustrierten über die sensationelle Wirkung von Eissaunen, die bei uns nur in Kliniken eingesetzt wurden“, so die Kosmetikexpertin und Kauffrau. Weil die Haut auf null Grad runtergekühlt wird, reagiert der Organismus mit einem wahren Überlebenskampf. Der Zellstoffwechsel wird angekurbelt, das Immunsystem wird gestärkt, das ganze Wohlbefinden verbessert sich, und sogar Muskelverspannungen und Rheuma werden gelindert. Erzeugt werden die extremen Minustemperaturen in einer oben offenen Kühlbox durch Stickstoff. „Meine jüngste Kundin ist zwölf Jahre alt und Leistungsschwimmerin, meine älteste 87 und Rheuma-Patientin.“ Um ihr authentisches Konzept abzurunden, bietet Tina Lüneburg in ihrem Studio in Pöseldorf auch Kryolipolyse an, bei der Fettpölsterchen mit vier Grad kalten Kühlplatten reduziert werden und die Haut gestrafft wird. Und ihr neuester Coup ist der Kaltlaser, er wirkt gegen Fältchen, Narben, polstert das Gewebe auf. Die Behandlung gleicht einer sanften Massage, ihr Effekt ist enorm. „Wer alle vier Wochen kommt, beschleunigt die Zellerneuerung und kann die biologische Uhr um Jahre zurückdrehen.“ Eisige Zeiten fürs Wohlbefinden. [coolbodies.de](http://coolbodies.de)



**KALTES VERGNÜGEN**  
Die Eissauna wird bis zu minus 180 Grad kalt, dauert zum Glück nur zwei Minuten

Fotos: Yasu + Junko/Trunk Archive, Frank Barthold (2), Coletta Ehrmann, Martin Scriba, Stephan Wallocha (2), privat, PR; Stills: Studio Stefan Stark, PR; Text: Astrid Jürgens



Kein Versteckspiel: Schöne und gesunde Füße zeigt man gerne

## Brüchige Nägel

Endlich Frühling! Doch gerade jetzt sind unsere Nägel oft brüchig und strapaziert. Denn in der kalten Jahreszeit setzten Temperaturschwankungen zwischen drinnen und draußen sowie die oft nährstoffärmere Kost ihnen zu. Jetzt brauchen sie eine Portion Extrapflege. Ein wasserlöslicher Nagelstärker mit Hydroxypropylchitosan (HPCH), Silizium und Schwefel (z. B. Sililevo Nagellack, rezeptfrei in der Apotheke) kann angegriffene Nägel regenerieren.

**Tipp:** Das Produkt ist frei von Formaldehyd und wirkt auch unter Farblack.

## Risiko Gelnägel

Viele Frauen lassen sich die Nägel künstlich verstärken. Allerdings kann eine Gelmaniküre den Naturnagel schädigen: Durch das Aufbringen und Entfernen der Kunstnägel können die eigenen Nägel empfindlich dünn werden. Oder es entstehen Hohlräume, in denen sich gerne Infektionen festsetzen. Warum nicht bei natürlichen Nägeln bleiben oder zur Natürlichkeit zurückkehren? Der Hydrolack Sililevo kann die eigenen Nägel auch nach dem Entfernen einer Gelmaniküre wieder aufbauen.

## Frühlingsfit mit Hand & Fuß

So können Sie Nagelpilz und Co. besiegen

Die Nägel sind unser Aushängeschild. Wir wünschen sie uns schön, gepflegt und gesund. Erfahren Sie hier, was hinter problematischen Nagelveränderungen stecken kann, und wie Sie mit schönen Nägeln ins Frühjahr starten können.

## Tückischer Nagelpilz

Sind die Nägel gelb-bräunlich verfärbt und bröckelig, kann Nagelpilz dahinter stecken. Er tritt überwiegend an den Fußnägeln auf, kann aber auch die Fingernägel befallen. Die Infektion breitet sich meistens vom freien Nagelrand zur Mitte hin aus. Im fortgeschrittenen Stadium können die Pilze den Nagel komplett zerfressen.

**Wichtig:** Nagelpilz heilt niemals von alleine. Die Erkrankung ist ansteckend und kann sich auf andere Körperteile ausbreiten. Je schneller Sie behandeln, desto besser sind die Heilungschancen und desto schneller können Sie wieder attraktive Nägel haben. Der wasserlösliche Anti-Pilz-Lack Ciclopoli (rezeptfrei in der Apotheke) ist stark wirksam gegen alle gängigen Pilzerreger und einfach und bequem anzuwenden.

**Praktisch:** Ein Dünnefeilen der Nagelplatte und Nagellackentferner sind nicht erforderlich. Top: Nach einer erfolgreichen Therapie erstrahlen Ihre Nägel wieder in vollem Glanz. Sie brauchen sie nicht zu verstecken und können die Barfußzeiten wieder genießen.

## Auch für Männer geeignet

Ciclopoli hinterlässt keinen glänzenden Film auf dem Nagel. Somit eignet sich der wasserlösliche Anti-Pilz-Lack auch für Männer optimal.



## Stark gegen Nagelpilz



## Ciclopoli

der einzige wasserlösliche Anti-Pilz-Lack

- + **Starke Wirkung** gegen alle gängigen Pilzerreger
- + **Einfache Anwendung** ohne Feilen, ohne Nagellackentferner
- + **Unsichtbar & effektiv** zieht schnell und tief in den Nagel ein, beschleunigt das Nagelwachstum

[www.nagelpilz-weg.de](http://www.nagelpilz-weg.de)

rezeptfrei in Ihrer Apotheke

**Ciclopoli® gegen Nagelpilz**  
Wirkstoff: 8% Ciclopirox. Wirkstoffhaltiger Nagellack zur Anwendung ab 18 Jahren. Anwendungsgebiete: Pilzkrankungen der Nägel, die durch Fadenpilze (Dermatophyten) und/oder andere Pilze, die mit Ciclopirox behandelt werden können, verursacht wurden. Warnhinweis: Enthält Cetylstearylalkohol, örtlich begrenzte Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis) möglich. Apothekenpflichtig. Stand: Januar 2017. Pollichem SA; 50, Val Fleuri; LU-1526 Luxemburg. Mitvertrieb: Almirall Hermal GmbH, Geschäftsreich Taurus Pharma; Scholtzstraße 3; D-21465 Reinbek; [info@almirall.de](mailto:info@almirall.de). Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.