

FÜR SIE

Zeit für mich

Das sollte jede Frau wissen

DIE NEUE FRISUREN-FORMEL

Was passt zu meinem Gesicht?

Ein Topf voll Glück

Köstliche Rezepte für One-Pot-Pasta

Exklusiv für Sie entwickelt

Großer Heuschnupfen-Test:

+ die besten Therapien



2 HEFTE
1 PREIS

Mützen, Schals, Pullis

Stricken

20 tolle Modelle
Plus: alle Anleitungen

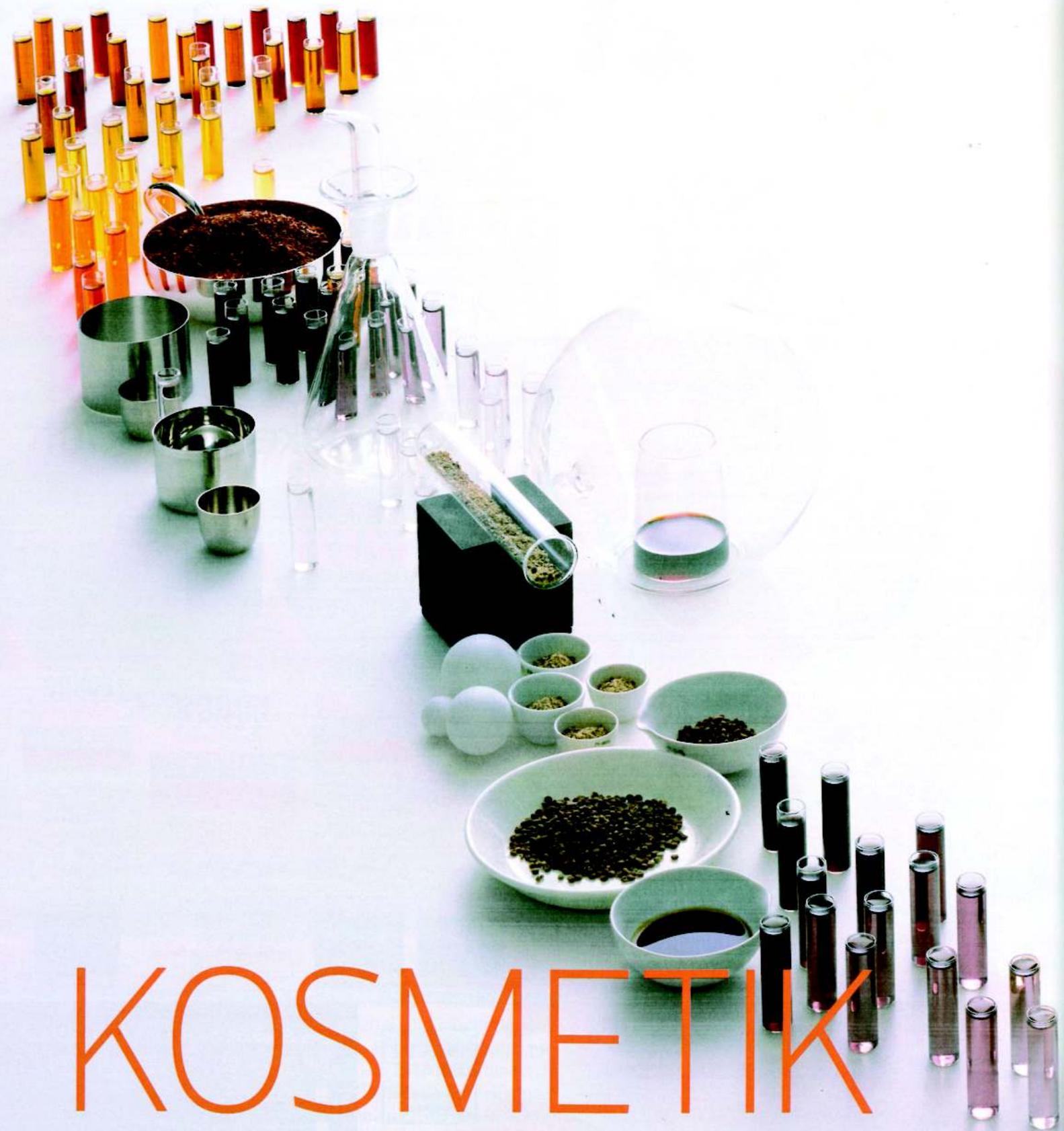
Mit 50 zu alt für einen Neustart?

Die besten Wege zum Traumjob

Verzeih mir!

Warum Versöhnung der Seele so guttut

4 190308 102806 06



KOSMETIK

nach Maß

Sie sind voll im Trend! Cremes und Seren, die sich ganz unseren persönlichen Bedürfnissen anpassen. Und die Methoden dafür werden immer raffinierter

„Aus über 2000 Wirkstoffen wird der individuelle Mix zusammengestellt“

Julia Roberts liegt ganz still. Ein Schwall von Schlamm ergießt sich über ihr Gesicht. Dutzende Cremes, Salben und Seren lässt sie sich einmassieren, in die Haut klöppeln, zart verstreichen. Es wird getupft und gezwickelt – und innerhalb von Minuten blüht sie auf. Fältchen verschwinden, Flecken verblasen. Die Haut wirkt prall, frisch, rosig. Der reinste Jungbrunnen, den sich der Superstar in der Märchenpersiflage „Spieglein, Spieglein“ (2012) gönnt. Leider nur ein Film. Aber: Die Kosmetikindustrie tut alles, um den Traum von der Turbo-Schönheitspflege Wirklichkeit werden zu lassen. Das neue Zauberwort heißt: Customizing – Beauty-Produkte, die genau auf die persönlichen Bedürfnisse angepasst werden.

Vor allem in der Gesichtspflege hat sich daraus ein Riesentrend entwickelt. Kein Wunder: Fast jede zweite Frau schätzt ihre Haut als sehr sensibel oder problematisch ein. Sonne, Umweltverschmutzung und Lebensstil belasten sie zusätzlich. Und natürlich hat jede Frau darüber hinaus unterschiedliche Ansprüche. Möchte die eine ihre trockene Haut auffrischen, kämpft die zweite gegen ihre Augenfältchen und Nummer drei wünscht sich einfach einen ebenmäßigeren Teint. Die Hersteller reagieren, machen sich den technischen Fortschritt zunutze – und passen ihre Pflege mit individueller

Analyse und maßgeschneiderten Wirkstoffkombis an.

Mix-&-Match-Produkte

Der „Derma Cellular Ultimate Derma Optimizer“ (50 ml Serum und viermal 10 ml Konzentrat ca. 170 Euro) von Doctor Babor zum Beispiel setzt sich aus einem multifunktionalen Serum und vier separaten Boostern zusammen. Letztere kann man – dem aktuellen Hautzustand entsprechend – mit je einer Pipettenspitze dem Basis-Serum beifügen: Der „Specific Anti-Wrinkle Booster“ etwa wirkt straffend, der „Specific Anti-Stress Booster“ beruhigt und lässt Rötungen abklingen, der „Specific Hydro Booster“ spendet Feuchtigkeit, und der „Specific Cell Protect Booster“ schützt die Zellen.

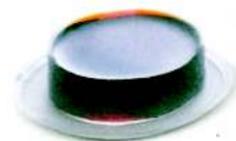
Im März bringt jetzt Nu Skin mit „AgeLOC Me“ (Starter-Set, drei Seren, Tages- und Nachtcreme ca. 785 Euro) ein echtes Luxusprodukt auf den Markt – einen raffinierten „Creme-Spender“, der die von Ihrer Haut benötigten Wirkstoffe gleich in der richtigen Dosierung ausgibt. Sie müssen Ihre Hand nur noch morgens und abends unter den Spender halten. Das funktioniert so: Zwei Wochen lang testen Sie anhand des Starter-Sets Tages-, Nachtcreme und ein Serum. So hat die Haut ausreichend Zeit, sich an die Inhaltsstoffe zu gewöhnen. Danach bewerten Sie im

Internet unter www.nuskin.com oder per App deren Wirkung: Status quo der Haut, Faltentiefe, Porengröße etc. Mit den Informationen und auch Verbesserungswünschen wird dann aus über 2000 Kombinationsmöglichkeiten Ihre persönliche Anti-Aging-Pflege zusammengestellt. Innerhalb der nächsten zwei Wochen werden dann die Produkte zum Nachfüllen zugeschickt (Preis etwa ab 140 Euro).

Hautanalyse-Systeme

Individuelle Pflegewünsche oder Hautprobleme lassen sich aber noch gezielter angehen: mit sogenannten Haut-Screenings, die hauptsächlich in spezialisierten Kosmetikstudios angeboten werden. Die Produkte werden nach einer ausgiebigen Analyse auf Ihren Hauttyp abgestimmt.

Die Marke SkinCeuticals zum Beispiel unterteilt die Produkte in die Bereiche Vorbeugen, Schützen und Korrigieren und schnürt der Kundin nach der Beratung ein entsprechendes Paket (Preis im Schnitt ab 50 Euro). Neben den üblichen Hautalterungsprozessen kann so auch ganz gezielt auf Probleme wie Erwachsenen-Akne oder Couperose (chronische Rötungen im Nasen- und Wangenbereich) besser eingegangen werden. Und es kommt immer mehr ausgeklügelte Hightech zum Einsatz! ▶



INTERVIEW

Haut-Couture – Sinn oder Unsinn?

Immer mehr Beauty-Labels bieten maßgeschneiderte Pflege an. Dermatologe Professor Dr. Volker Steinkraus sieht die Entwicklung grundsätzlich positiv



PROF. DR. STEINKRAUS ist Gründer des Hautzentrums Dermatologikum Hamburg und Entwickler der Marke SBT

Was sind für Sie die Voraussetzungen, um Gesichtspflege optimal auf den Hauttyp abstimmen zu können?

Die Haut sollte von einem kosmetisch versierten Dermatologen oder einer dermatologisch versierten Kosmetikerin in ihrem natürlichen Zustand beurteilt werden. Fragen wie „Reagiert die Haut auf spezielle Produkte?“,

„Besteht eine Ekzemerneigung?“, „Wie reagiert die Haut auf Sonne?“ müssen dabei auch geklärt werden. Auf Grundlage des aktuellen Hautzustands und des medizinischen Gesprächs kann dann eine Empfehlung gegeben werden. Die Ansprüche der Haut und damit die individuell richtige Hautpflege können sich mit dem biologischen Hautalter und auch saisonal wandeln. Hauttypgerechte Pflege muss daher immer wieder neu dem aktuellen Hautzustand angepasst werden.

Wer profitiert davon?

Wer neben Reinigung, Pflege und Schutz auch eine strukturelle und funktionelle Verbesserung der Haut möchte und/oder einen problematischen Hautzustand hat, ist mit einer hauttypangepassten Pflege gut beraten.

Wo liegen die Grenzen zwischen klassischer Kosmetik und „medizinischer Pflege“? Wie findet man für sich den richtigen Weg?

Die Grenzen sind in den letzten Jahren verblasst. Grund hierfür sind die sogenannten Cosme-ceuticals. Dieses Kunstwort aus Cosmetic und Pharmaceutical beschreibt eine Grauzone zwischen Kosmetikum und Arzneimittel. Das bedeutet, dass moderne Hautpflegeprodukte nicht mehr nur dem Anspruch genügen, zu reinigen, zu pflegen und zu schützen, sondern auch klinisch nachweisbare Hautstruktur- und Hautfunktionsverbesserungen bewirken können.

Was sagen Sie zu den neuen DNA-Schnelltests, die Defizite der Haut aufdecken sollen?

Da wäre ich vorsichtig. Denn hier handelt es sich um eine unausge-gorene Idee, die viel verspricht, aber deren Relevanz bisher durch keinerlei Studien oder Erfahrungswerte nachgewiesen ist.



„Mikrochips entschlüsseln den genetischen Haut-Code in nur 30 Minuten“

Frankreichs Technik-Koryphäe Jean Michel Karam hat vor Kurzem ein hochpräzises Hautanalyse-Gerät entwickelt: „Ioma Sphere 2“ sieht aus wie eine weiße, halbgeöffnete Plastik-Kugel. Sobald man in dem bislang einzigen Ioma-Studio in Paris sein Gesicht darin versenkt, testet das Gerät die Haut mit vier unterschiedlichen Methoden: mit UV-Licht Pigmentflecken, mit parallel polarisiertem Licht Falten und Rötungen, mit Blaulicht verstopfte Poren oder bakterielle Herde und mit speziellen Sensoren den Feuchtigkeitsgehalt. Im Paket für ca. 370 Euro sind die daraufhin speziell für Sie angemischte Tages- und Nachtpflege inklusive - der Flug leider nicht.

DNA- und Stammzellen-Kosmetik

Noch einen Schritt weiter in die Zukunft hat sich Christofer Toumazou, Professor und Forscher am Imperial College London, gewagt. Er hat einen Mikrochip entwickelt, der den genetischen Code der Haut in 30 Minuten entschlüsseln kann: Im Londoner Hautinstitut Geneu hat man die Möglichkeit, für ca. 800 Euro einen DNA-Test durchführen zu lassen und im Anschluss eine personalisierte Pflege zu bekommen: Da Hautalterung zu 30 Prozent auch von den Genen bzw. vom Erbgut abhängt, ist der Ansatz klar. „Wenn man weiß, wie die Gene

arbeiten, weiß man auch, wie die Enzyme arbeiten“, sagt Maria Cabella vom Geneu-Institut. Anhand der Ergebnisse kann festgestellt werden, wie schnell der Körper zum Beispiel Kollagen abbaut und wie hoch der Anteil an körpereigenen Antioxidantien ist, die vor freien Radikalen schützen. Diese Werte ermöglichen sozusagen eine Punktlandung in der Herstellung des ganz persönlichen Anti-Aging-Serums.

Wem das in Sachen „auf den Leib geschneidert“ immer noch zu wenig ist, kann über den großen Teich in das Land fliegen, wo Schönheit noch mal eine ganz andere Dimension einnimmt. In den USA kann man sich für eine individuell zugeschnittene Gesichtspflege quasi unters Messer legen und sich aus seinem eigenen Gewebe Stammzellen entnehmen lassen. Die nehmen mit fortschreitendem Alter natürlicherweise ab, was unsere Haut schlaff und faltig macht. Im Labor werden sie nun künstlich vermehrt und in eine Creme eingebunden. Ein körpereigener Jungbrunnen. Da ein Teil der Zellen eingefroren wird, kann auch immer fleißig nachbestellt werden. Der Aufwand hat seinen Preis: 2750 Euro. Aber das ist ja auch die Spitze einer technologischen Entwicklung, die jetzt in die Beauty-Branche Einzug hält. Und die uns vielleicht mal die Turbo-Kur à la Julia Roberts ermöglicht. Märchenhaft!

TEXT JUDITH GERSTBREIN



Stark gegen Nagelpilz



Ciclopoli

Der einzige wasserlösliche Anti-Pilz-Lack

- + einfach und bequem anzuwenden
- + kein Feilen, kein Nagellackentferner
- + dringt rasch in den Nagel ein
- + beschleunigt das Nagelwachstum
- + praktisch unsichtbar

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: Februar 2014. Taurus Pharma GmbH, Benzstr. 11, D-61352 Bad Homburg
Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.