



HAUTSCHMEICHLER

1 Schützt dank Vitamin E: „Regenerierende Tagespflege für UV-geschädigte Haut“, **Belixos**, um 26 Euro 2 Kavitébutter beruhigt: „Crème Réparatrice“, **Sisley**, um 136 Euro 3 Glycolsäure reinigt: „Pure Ritual Care-In-Foam“, **Helena Rubinstein**, um 49 Euro 4 Kamelie spendet Feuchtigkeit: „Hydra Beau Flash“, **Chanel**, um 55 Euro 5 Avocadoöl stärkt die Haut: „Resilience Lift Restorative Radiance Oil“, **Estée Lauder**, um 75 Euro 6 Feuchtigkeitsbooster: „Sérum Hyalu.Repair“, **Apot.Care**, um 79 Euro 7 Farnextrakt stimuliert die Kollagenproduktion: „Phytoactive Anti-Aging Rich Cream“, **Royal Fern**, um 275 Euro 8 Weiße Narzisse regeneriert: „Three Part Harmony Nourishing Cream“, **Origins**, um 7 Euro 9 Reduziert Hauttrockenheit mit Teufelszung: „Dewdrop Elixir“, **Ambuja**, um 245 Euro 10 Antioxidativ mit Vitamin C und E: „Cellular Swiss Ice Crystal Emulsion“, **La Prairie**, um 274 Euro



DER EXPERTE

DR. TIMM GOLÜKE,
Dermatologe und Gründer
der Marke **Royal Fern**

1 SOLLTE SICH DIE PFLEGE-ROUTINE IM HERBST ÄNDERN?

Ja, unbedingt. Ganz wichtig ist beispielsweise eine antioxidative Pflege, da UV-Strahlen viele freie Radikale freisetzen. Aber auch pigmenthemmende Cremes sowie reichhaltigere Pflegeprodukte sind nach der Sommersaison sinnvoll.

2 WELCHE WIRKSTOFFE TUN SONNENGESTRESSTER HAUT BESONDERS GUT?

Feuchtigkeitsspender wie Hyaluronsäure oder Farnextrakt stehen ganz oben auf der Liste. Zudem sollte die Creme unbedingt Antioxidantien wie Vitamin A, C oder E enthalten. Vitamin A und C haben zusätzlich einen aufhellenden Effekt.

3 MIT WELCHEN TREATMENTS UNTERSTÜTZT MAN DIE REGENERATION?

Da die Haut im Sommer durch vermehrte Schwitzen und reichhaltige Sonnenpflege zu Unreinheiten neigen kann, sind jetzt ausreinigende Facials angesagt. Professionelle Peelings wie die Mikrodermabrasion oder ein Jetpeel klären nicht nur den Teint, sondern regen zudem die Neubildung von Kollagen an.

Sonnen-SOUVENIR

Was vom Sommer bleibt? Mit Sicherheit eine wunderschöne Restbräune, aber leider auch eine STRAPAZIERTE HAUT. Wie gut, dass man ihr mit der richtigen Pflege neuen Glow schenken kann

Die heiße Jahreszeit ist für die Haut eine ziemliche Belastungsprobe. Die UV-Strahlung verursacht nicht nur Sonnenbrand, sondern trocknet auch aus und kurbelt die Melaninproduktion an, wodurch Hyperpigmentierungen entstehen. Hinzu kommen fettthaltige Sonnencremes, die die Poren verstopfen und Unreinheiten verursachen können. Auszeiten in Pool und Meer sind zwar herrlich erfrischend, Chlor- und Salzwasser stören jedoch den hauteigenen Hydrolipidfilm und entziehen zusätzlich Feuchtigkeit. Im Urlaub kaschiert die Bräune kleine Hautwehwechen, doch zurück zu

Hause sind trockene und schuppige Stellen sowie ein unebenes Hautbild oft nicht zu übersehen. Jetzt hilft ein SOS-Einsatz mit milder Pflege, die Haut zu beruhigen und wieder aufzubauen. Für die Reinigung eignen sich rückfettende Produkte und schonende Mizellenlösungen, alkoholhaltige Tonics und Waschgele sind hingegen tabu. Um abgestorbene Hautschüppchen zu entfernen, empfiehlt sich einmal pro Woche ein sanftes Enzympeeling. Eine besondere Wohltat sind reichhaltige Öle. Die darin enthaltenen natürlichen Lipide – meist gewonnen aus Oliven, Mandeln oder Jojoba – stärken den hauteigenen Schutzfilm und helfen so bei der Regeneration.