

natürlich hoch 10



WASSERFEST

Bio-Bodyguard: Mit rein organischen Lichtschutzfiltern schützt das Sonnenspray »Sun« von Annemarie Börlind die Haut. Die leichte Emulsion fettet nicht und hat eine kühlend-pflegende Wirkung.

www.boerlind.com

natürlich SOMMERLICH

Die Sonnentage unbeschwert und gut geschützt genießen

Wenn die warmen Sonnenstrahlen nach draußen locken, verlangt vor allem die Haut besondere Aufmerksamkeit. Hier finden Sie geeignete Mittel und Maßnahmen zum Schutz.



ZELLSCHUTZ

Gegen UV-Strahlen helfen Obst und Gemüse nicht, wohl aber lässt sich damit lichtbedingter Hautalterung entgegenwirken. Einige der enthaltenen Vitamine schützen vor freien Radikalen, die diese mit verursachen.

SCHONEND

Trotz Problemhaut die Sonne genießen – die Sonnenschutzserie »Sun« von Dado Sens macht es möglich. Sie kombiniert hohe organische Lichtschutzfilter mit regenerierenden Anti-Aging-Wirkstoffen auf Naturbasis und ist optimal auf die Bedürfnisse allergiegefährdeter Haut abgestimmt.

www.dadosens.com



VORBEUGEND

Zur Vorbereitung auf die Sonne: »XXL Sungran« von Dr. Grandel enthält eine Kombination pflanzlicher Carotinoide. Rechtzeitig eingenommen, können diese mit ihrer antioxidativen Schutzwirkung die Haut und die Augen auf die Sonneneinstrahlung vorbereiten.

www.grandel.de



SANFTE SONNE

Auch im Schatten wird man braun: Da die UV-Strahlen dort nur mit halber Kraft wirken, sollten sich Menschen mit hellem Hauttyp zum Sonnen immer ein schattiges Plätzchen suchen. Zwar wird man dort etwas langsamer braun, dafür aber schonender und gleichmäßiger.





BADESPASS

Der Sprung ins kühle Nass erfrischt zwar bei zu viel Hitze, bietet aber leider keinen Sonnenschutz. Selbst in 50 Zentimeter Tiefe sind noch ca. 70 Prozent der UV-Strahlen wirksam. Deshalb zum Schwimmen immer einen wasserfesten Sonnenschutz nutzen und nach dem Baden erneut eincremen.

ERFRISCHEND

Immer einen kühlen Kopf bewahren: Das »Aloe Vera Gel« von Eubiona bietet intensive Feuchtigkeitspflege für das Gesicht. Nach dem Sonnenbad verwöhnt es die trockene und strapazierte Haut mit seiner angenehm kühlenden Wirkung.

www.eubiona.de

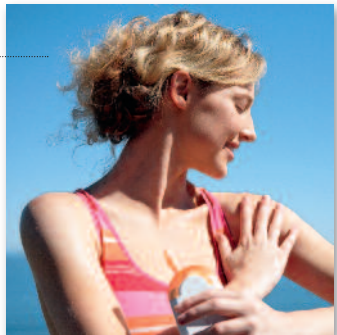


PROBLEMZONEN

Schultern, Nase und Fußrücken verlangen in der Sonne nach einer extra Portion Schutz. Hier nämlich ist die Haut besonders dünn und die Sonnenstrahlen treffen fast senkrecht auf. Für diese Körperstellen deshalb möglichst eine Creme mit besonders hohem Lichtschutzfaktor verwenden.

WOHLDOSIERT

Ruhig mal etwas dicker auftragen: Viele gehen mit ihrer Sonnencreme zu knausrig um – und verringern dadurch ihre Schutzwirkung um bis zu 50 Prozent. Die richtige Menge für vollen Schutz: mindestens ein Teelöffel voll Creme fürs Gesicht und gut zwei Esslöffel für den Körper.



WOHLTUEND

Für sonnenstrapazierte Haut: Nach einem Tag in der Sonne spendet die »Olio Oliva Bodylotion« von Arya Laya der Haut intensive Feuchtigkeit. Olivenbaumextrakte und Vitamin E bieten aktiven Zellschutz und regenerierende Pflege.

www.arya-laya.de

