

Der Haut-Check: Welche Pflege passt zu mir?

Viele Frauen benutzen jahrelang Pflegeprodukte, die nicht dem individuellen Hauttyp entsprechen. Frühe Faltenbildung, ein glanzloser Teint oder Unreinheiten können die Folge sein. die Tagescreme mit Arganoî? Betrachten Sie doch mal ganz genau Ihre Haut. Was sehen und was fühlen Sie? Große oder kleine Poren, Knitterfältchen, Hautschüppchen, Unreinheiten. Spannt oder kribbel sie nach der Gesichtsreinigung oder nach dem Auftragen der Creme an manchen Stellen?

in leichtes Fluid mit Hamamelis oder doch

natürlich schön

Obwohl der Hautryp seit der Geburt feststeht und sich im Laufe des Lebens nicht ändert, ist die Diagnose nicht leicht. Denn eines verändert sich: der Zustand der Haut. Er ist abhängig von Alter, Lebensstil, Pflegeprodukten und äußeren Einflüssen wie UV-Licht, Wärme und Kälte.

Naturkosmetik bietet hauttypgerechte Produkte, die verschiedene Hautzustände und das Alter berücksichtigen. Aber erst wenn wir wissen, mit welchem Typ Haut wir auf diese Einflüsse reagieren, lässt sich die optimale Pflege finden. Wer seine Haut bewusster beobachtet und die Währnehmung schärft, kann Besonderheiten besser beurteilen. Der Bestimmung des Hauttyps kommt man damit ein wesentliches Stück näher. Auch die Checklisten und die Produkt-Beispiele auf den folgenden Seiten helfen weiter. Und das geschulte Personal im Reformwaren-Fachgeschäft berät Sie gerne bei Diagnostik und Pflegeempfehlung.

## Normale Haut

Herzlichen Glückwunsch! Wenn Sie zu den Frauen zählen, die sich auf dieser Checkliste wiederfinden, können Sie sich glücklich schätzen. Normale Haut reagiert nicht negativ auf äußere Einflüsse, selbst im Winter neigt sie nicht zu Spannungen und Trockenheit. Sie braucht Wirkstoffe, die ihr helfen, Feuchtigkeit zu speichern. Die Pflege sollte nicht zu reichhaltig sein.

### DDODLIKT BEISDIELE

① Dr. Grandel Protect ACE Vita Day: Schützt und pflegt mit Vitamin A, C und E, Wassermelonen-Extrakt, Panthenol, Jojobail, Avocadoöl u. a. (www.grandel.de) ② Weleda Iris Erfrischende Tagespflege: Ideal für die normale bis trocken Haut. Rogt die Peuchrigkeitstregulation an. (www.weleda.de)

- Sieht frisch und rosig aus, ist gut durchblutet
- Der Teint ist feinporig und gleichmäß
- O lst weder zu fettig noch zu trocken
- Ab 30 sind erste Fältchen um die

  Avan berum vormal

Checkliste



natiirlich 10 11 Q

# Unsere Verantwortung dem Menschen und der Natur gegenüber.



TAUTROPFEN – a drop of paradise kauft weltweit Rohstoffe zu fairen Preisen und unterstützt damit wichtige sozio-ökologische Projekte und Umweltprogramme wie den Kakadu National Park in Australien.

Es ist ein von der UNESCO als Weltnatur- und Weltkulturerbe ausgewiesenes Gebiet im Norden Australiens. Der Kakadu National Park ist einer der pflanzenreichsten Parks und wird von den Aborigines (Ureinwohner Australiens) bewahrt. Die Kakadupflaume aus kontrollierter Wildsammlung hat den höchsten Vitamin C-Gehalt, der jemals in einer Frucht festgestellt wurde und findet Verwendung in der TAUTROPFEN amalur-Pflege.

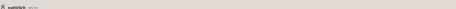
TAUTROPFEN – a drop of paradise steht für eine nachhaltige Wellnesskosmetik und übertrifft damit sogar den BDIH-Standard Kontrollierte Naturkosmetik.

Weitere Informationen zu den Projekten finden Sie auch unter www.tautropfen.de









## Wirkstoffampullen für sichtbar schönere Haut

HYDRO ACTIVE belebend, mit intensiver Feuchtigkeitswirkung

OXYGEN O2 vitalisierend. mit Sauerstoff

VITA SKIN 010 aktivierend, stimulierend. mit zellaktivem O

HYAI URON glättend, aufpolsternd, mit "Falten-Füller"-Effekt

CELL REPAIR hautveriüngend. mit Früchtestammzellen

RFTINOL reduziert Linien und ausgeprägte Fältchen

# DR.GRANDEL

www.grandel.de

### natürlich schön

Anspruchsvolle und reife Haut kann man pauschal keinem Hauttyp zuordnen. Sie ist eher ein Hautzustand, Dennoch weist sie charakteristische Merkmale auf, die ab einem Alter von 40 Jahren stärker in den Vordergrund rücken. Ursache ist der sinkende Östrogenspiegel, der die Talgproduktion mindert. Weil jetzt weniger Fett die Haut schützt, kann auch mehr Wasser verdunsten. Das trocknet sie schneller aus. Weil immer weniger Kollagen produziert wird, verliert sie an Elastizität. Zudem erneuern sich die Zellen langsamer und bereits abgestorbene bilden eine ungleichmäßige Pigmentierung. Reife Haut braucht reichhaltige Cremes, die Wirkstoffe enthalten, die intensiv Fett und Feuchtigkeit spenden bzw. die Zellen vor freien Radikalen schützen.

O Arya Laya Regeneration Tag & Nachtpflege Rich: Für die reife, fettarme Haut, mit Aloe vera, Traubenkernöl, Aprikosenbutter u. a. (www.arva-lava.de) Alsiroval Liftsystem Tagesceme: Erhältlich für drei Hautzustände: für reife Mischhaut, für trockene und sehr trockene Haut. (www.alsiroyal.de)

## Checkliste



Mischhaut tritt am häufigsten auf. Meistens benötigen die T-Zone an Stirn, Nase und Kinn sowie die Wangen- und Augenpartie jeweils eine andere Pflege. Ein leichtes Fluid oder ein Gel reduzieren Hautglanz und klären die Poren der T-Zone. Dann ist zu überlegen, ob der trockenere Teil des Gesichts eine Feuchtigkeitscreme

benötigt oder bereits ein Anti-Aging-Produkt und eine Augenfältchencreme.

 Annemarie Börlind Mischhaut Tages-Fluid: Mit reizlinderndem Rotalgen- und Grünteeextrakt. (www.boerlind.com) Eubiona Aloe Vera Tagescreme: Für normale und Mischhaut. (www.eubiona.de)

## Checkliste



Ihr fehlt vor allem eines: Feuchtigkeit. Seife, Wasser und Gesichtswasser entziehen ihr diese. Eine Reinigungsmilch dagegen reizt nicht. Die Tages- und Nachtcreme sollte über Wirkstoffe verfügen, die Feuchtigkeit spenden, helfen, diese zu bewahren, und die Hautbarriere vor Umwelteinflüssen schützen.

Eubiona Honig-Kräuter Tagescreme: Für trockene, strapazierte Haut. Mit Ginkgo, Calendula, Mandelöl u.a. (www.eubiona.de) Dr. Grandel Elements of Nature Hydro Soft: 24 h-Pflege für die feuchtigkeitsarme Haut. Mit Linolensäure, Aloe vera, Weizenkeimöl u.a. Sie nimmt trockener Haut das Spannungsgefühl. (www.grandel.de)

## Checkliste



Empfindlicher Haut fehlt die Kraft zur Selbstverteidigung. Ihre Schutzbarriere ist gestört, Krankheitserreger und Schmutz können leichter eindringen und Entzündungen verursachen. Sie benötigt Pflegeprodukte, die Irritationen beruhigen und die Hautschutzbarriere stärken. Bisabolol aus der Kamille oder Calendulaextrakt wirken z.B. reizlindernd und entzündungshemmend. Schwarzkümmelöl reguliert die Stoffwechselprozesse der Haut und stärkt die Zellmembranen. Allantoin, ein Wirkstoff z.B. aus Beinwell und Rosskastanien, fördert die Gewebeneubildung und wirkt reizlindernd. Der sensible Hauttyp kann mit einem anderen Hauttyp auftreten, z. B. sensibler, trockener Haut oder sensibler Mischhaut. Ein kleiner Selbsttest kann zeigen, wie empfindlich Ihre Haut reagiert: Dafür mit dem Fingernagel über die Haut am Hals streifen. Je länger ein roter Streifen erkennbar bleibt, umso empfindlicher ist die Haut.

Arya Laya Hypersens Tag & Nachtpflege: Beruhigende Pflege mit Schwarzkümmelöl. (www.arya-laya.de) 2 Dado Sens Pro Balance Beruhigende Gesichtscreme: Pflegt und beruhigt sehr empfindliche Haut mit Wiesenschaumkrautsamenöl, Allantoin u.a. (www.dadosens.com)



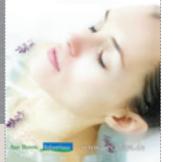




Intensive Wirkung durch ARYA LAYA Doppel-Effekt: Mit Heilkräuter-Extrakten und ätherischen Ölen.

Erhältlich in weiteren wohltuenden Sorten für Ihre Gesundheit und Schönheit.

Whirlpool proignet.



10 natiirlich 10 11