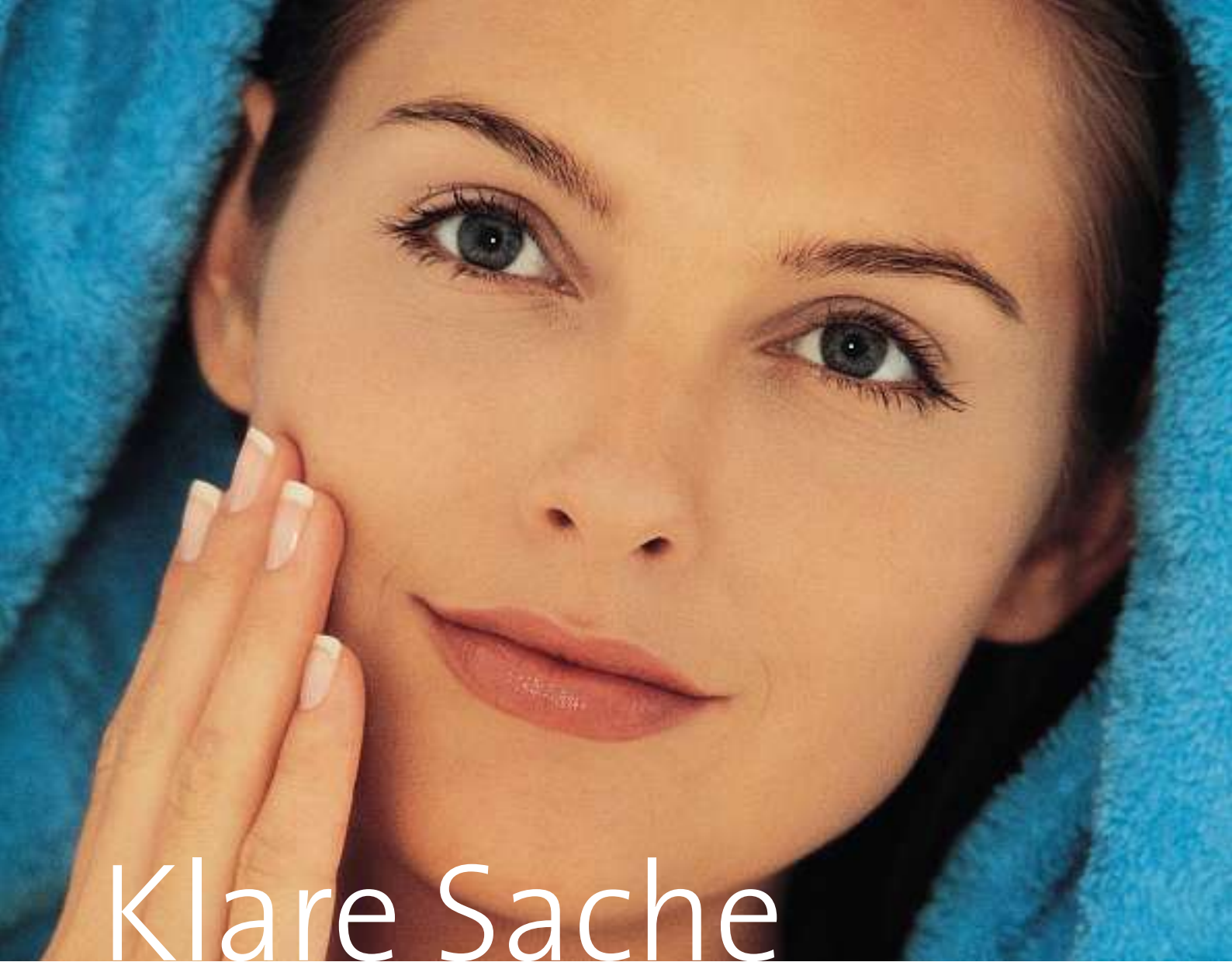




Klare Sache

«Rein wie Milch und weiß wie Schnee» – so war einmal die Idealvorstellung schöner Haut.

«Weiß» wollen die wenigsten aussehen, eine klare Haut sollte allerdings für jeden von uns das Ziel sein.

VON VALESKA JANSEN

■ Täglich ist unsere Haut größten Umweltbelastungen ausgesetzt. Ein Störfaktor für reine Haut ist die immer stärker zunehmende Luftverschmutzung. Mit einem Schmutzfilm auf den Gesichtsporen beenden wir den Tag. Gerade deshalb ist es so wichtig, sich vor dem Zubettgehen das Gesicht gründlich zu reinigen. Talg, Schmutz und Make-up-Reste müssen gründlichst entfernt werden, und da sollte es auch keine Ausreden geben: «Ich bin viel zu müde ...»

Porentiefrein

Die Oberfläche der Haut gleicht einem komplizierten Muster aus Rillen und Erhebungen, in deren Öffnungen Schweiß- und Talgdrüsen sitzen. Diese Öffnungen und Poren sind die ideale Umgebung für Schmutzansammlungen, die verstopfen und die Funktion der Drüsen behindern und somit zu einem schlechten Hautbild

beitragen. Selbstgereinigte Haut wird schnell wieder schmutzig. Schweiß und Talg werden pausenlos neu produziert.

Nur keine Hautprobleme

Beim natürlichen Hauterneuerungsprozeß lösen sich abgestorbene Zellen und bleiben teilweise als Rückstände auf der Hautoberfläche zurück. Zusätzlich zu diesen natürlichen Rückständen kommen andere Verunreinigungen wie Staub und Umweltverschmutzung oder auch zum Beispiel Make-up. Daher ist es besonders wichtig, die Haut gründlich zu reinigen. Diese Rückstände beeinflussen nicht nur das äußere Erscheinungsbild der Haut. Sie können auch die Aufnahme wichtiger Feuchtigkeit verhindern und sogar zu ernststen Hautproblemen führen, wenn sie die Poren verstopfen. Eine gründliche und sanfte Reinigung verbessert Aussehen und Qualität der Haut.

Morgens und abends

Aber auch am Morgen ist eine perfekte Reinigung Voraussetzung für eine schöne Haut. Denn die Haut ist ein Ausscheidungsorgan, das über Nacht Körperschlacke ausscheidet, deshalb riecht die Haut auch oft morgens etwas «unfrisch». Beginnen Sie jeden Tag mit einem Reinigungsritual, und gehen Sie abends niemals ohne eben dieses zu Bett! Und vergessen Sie niemals: Selbst die teuerste Creme kann auf einer ungereinigten Haut nichts bewirken.

10 Tipps für eine perfekt gereinigte Haut

1. Lassen Sie in einer Parfümerie, Drogerie oder Apotheke Ihren Hauttyp genau bestimmen.
2. Reinigen Sie Ihre Haut morgens und abends. Die Poren werden befreit, und Bakterien haben keine Chance.
3. Benutzen Sie spezielle Produkte für die Gesichtereinigung – Wasser alleine reicht nicht aus.
4. Lassen Sie die Finger von «normaler» Seife! Sie greift den wichtigen Säureschutzmantel der Haut an.
5. Trockene und empfindliche Haut reinigen Sie am besten mit einer milden Reinigungsmilch.
6. Bei fettiger Haut und bei Mischhaut verwenden Sie eine milde Waschlotion.
7. Machen Sie einmal in der Woche ein Gesichtspeeling. Abgestorbene Hautschüppchen werden entfernt, und das Hautbild wird geklärt.
8. Verwenden Sie nach der gründlichen Reinigung ein Gesichtstonic. Am besten eines ohne Alkohol, es sei denn, Sie haben eine sehr unreine Haut, die zu Pickeln und Mitessern neigt.
9. Lassen Sie das Tonic einen Moment einziehen, bevor Sie Ihre Creme auftragen.
10. Reinigen Sie Ihre Augen immer mit einem speziellen Augen-Make-up-Entferner.



V.l. n. r.: **Lancaster**, Comforting Cleansing Milk; **Lancaster**, Comforting Perfecting Toner; **Darphin**, Intral Toner; **Juvena**, Pure – Calming Cleansing Milk; **Juvena**, Pure – Calming Tonic.



V.l. n. r.: **Phytomer Homme**, Global Pur – Detoxifying Cleansing Gel; **Galland Homme**, Face Cleanser; **The Body Shop for Men**, Gesichtereiniger; **Spirig**, Face Care – Reinigungsschaum.



V. I. n. r.: **Nivea Visage**, Anti Falten Q10 Plus – Reinigungsmilch; **L'Oréal**, Milder Make-up-Entferner Augen und Lippen; **Bebe Young Care**, Morning Energy – Aufweckendes Waschgel; **Dr. Hauschka**, Gesichtswaschcreme. – Legend: **Yves Rocher**, 3 Minutes Aqua Peeling mit Rosa Grapefruit.



V. I. n. r.: **Babor**, Cleansing – Mild Cleanser Foam; **Dr. Andrew Weil for Origins**, Plantidote – Mega Mushroom Face Cleanser; **Dr. Hauschka**, Reinigungsmilch; **Collistar**, Ultra-Gentle Cleansing Milk.



V. I. n. r.: **Estée Lauder**, Perfectly Clean – Splash Away Foaming Cleanser; **Estée Lauder**, Perfectly Clean – Fresh Balancing Lotion; **La Mer**, The Cleansing Lotion; **La Mer**, The Tonic.



V. I. n. r.: **Dior**, Lait Magique Démaquillant – Visage Et Yeux; **Dior**, Tonique Magique Apaisant Sans Alcool; **Kanebo**, Sensai – Silky Purifying Cleansing Cream Step 1; **Kanebo**, Sensai – Silky Purifying Milky Soap Step 2; Kanebo, Sensai – Silky Purifying Silk Peeling Powder.



V. I. n. r.: **Chanel**, Précision Système Hydratation La Crème – Nourishing Cleansing Gel-Cream; **SBT**, Cell Culture Face Cleansing – Fresh Cleansing Gel; **Bobbi Brown**, Lathering Tube Soap; **Clarins**, Water Purify One-Step Cleanser.