

NACHGEFRAGT,

NACHGEHAKT

Einmal Cellulite, immer Cellulite?

Leider ja. Ob wir „gutes“ oder „schlechtes“ Bindegewebe haben, ist uns in die Wiege gelegt, also angeboren. Und dabei spielt es keine Rolle, ob wir dünn sind oder eine paar Pfunde zu viel auf den Hüften haben. Die gute Nachricht? Wir können das Erscheinungsbild der lästigen Dellen erfolgreich beeinflussen – und zwar so:

- Die Kombination aus Krafttraining (mit vielen Wiederholungen) und sanftem Ausdauersport (z. B. Radfahren) baut Muskeln auf und Fett ab.
- In Sachen Ernährung gilt: Setzen Sie auf Vitamin C! Das regt die Fettverbrennung in den Zellen an und lässt sie schmelzen. Salz fördert dagegen Wassereinlagerungen.
- Anti-Cellulite-Cremes glätten und stärken die obere Hautschicht. Folge: Die darunter liegenden Fettpolster zeichnen sich nicht so stark ab.



HEUSCHNUPFEN?

Einfach wegschminken!

Rote Augen, Hautirritationen? So sieht man Ihnen den Heuschnupfen nicht mehr an:

Gerötete Lider werden durch Lidschattentöne in Beige oder Creme abgedeckt.

Müde Augen wirken größer, wenn Sie die Wimpern mit der Wimpernzange formen. Danach eine wasserfeste Mascara (idealerweise für empfindliche Augen) auftragen.

Augenschatten und Rötungen um die Nase lässt ein Concealer verschwinden.

Lipgloss hat einen tollen Frische-Effekt.



EXPERTEN-TIPP:

Dr. Mustafa Akram, Direktor Forschung und Entwicklung Colorationen bei Schwarzkopf & Henkel

Colorationen bei empfindlicher Kopfhaut – worauf muss man achten?

Wer zu empfindlicher Kopfhaut neigt, sollte sein Haar 24 Stunden vor der Colorationsanwendung nicht waschen. Dadurch bleibt die auf der Kopfhaut gebildete Sebumschicht erhalten, die sie während des Colorierens schützt.

Des Weiteren sollte auf **zu stark aufhellende Nuancen** verzichtet werden, da diese in der Regel mehr aktive Inhaltsstoffe enthalten. Ideal sind hier Produkte speziell für empfindliche Kopfhaut.

Schenkt eine intensive Farbe und schonst dabei die Kopfhaut: die dauerhafte Coloration „Sensual Colors“. Ca. 7 Euro. Schwarzkopf



Das Geheimnis der neuen BB-CREMES

1. „Blemish Balm“ ab ca. 16 Euro. Dr. Schrammek
2. „Neovadiol Lumière“ ca. 28 Euro. Vichy
3. „BBcream Miracle Skin Perfector“ ca. 10 Euro. Garnier



Während Asiatinnen BB-Cremes (BB = Blemish Balm) längst für sich entdeckt haben, geht bei uns der Hype um die einstigen Nischenprodukte gerade erst los. Das Geheimnis der „All-in-one-Cremes“ liegt in ihrer Multifunktionalität – vereinen sie doch korrigierende und pflegende Eigenschaften, kombiniert mit einer leichten Tönung. Das erste Blemish Balm hat übrigens die deutsche Kosmetikerin Christine Schrammek 1967 entwickelt.



In diesem Ei verstecken sich genau 14 hoch konzentrierte Ampullen, die als zweiwöchige Kur angewandt, einen super frischen Teint schenken.

„Babor Osterrei“ ca. 42 Euro. Babor