

Täglich Abschminken

Ob Tücher, Gel, Schaum & Co.:
Gesunde Haut ist auch eine Frage
regelmäßiger **Reinigung**. Cremes
können ihre volle Wirkung am besten
entfalten, wenn das Gesicht sauber ist.

© Paul Grecaud / 123rf.com

Täglich bildet sich im Gesicht eine unsichtbare Schicht aus Hautschuppen und Schmutzpartikeln. Wenn dann noch Make-up-Rückstände dazu kommen, wird es schwer, die Haut ohne Reinigung gesund zu halten. Auch wenn es abends noch so spät ist: Abschminken und das Gesicht reinigen sollte zum Ritual gehören wie Zähne putzen. Anschließend atmet die Haut regelrecht auf: Sie kann sich von

sämtlichen äußeren Einflüssen erholen und sieht am Morgen frisch und ausgeruht aus. Die Poren werden gereinigt, was ein Verstopfen und die Entstehung von lästigen Pickeln und Mitessern reduziert. Wimpern bleiben geschmeidig und sanft. Denn: Bleibt Augen-Make-up auf Lidern, können sie brechen und ausfallen. Durch Rückstände von Kajal, Lidschatten & Co. können sich Augen entzünden oder tagsüber stark tränen. Übrigens: Viele Frauen kämpfen täglich mit trockenen oder tränenden Augen. Schuld muss nicht immer eine Allergie oder Augen-Make-up sein. Ursache kann auch der falsche Augen-Make-up-Entferner sein. Insbesondere Zweiphasenpro-

dukte zum Entfernen wasserunlöslicher Schminke können unnötig reizen. Fragen Sie im Kundengespräch, was und wie diese entfernt wird. Alternativ empfehlen Sie Produkte für sensible Augen aus Ihrem Sortiment. Noch besser eignen sich Mizellenlotionen. Sie haben eine wasserabweisende und andererseits eine -lösliche Seite. Deshalb nehmen sie in ihrem Innern Öle und Schmutzpartikel auf, ohne einen schmierigen oder fetthaltigen Film auf der Haut zu hinterlassen.

Gel, Milch, Schaum oder Bürste Nach dem Lösen des Augen-Make-up geht es an die Gesichtereinigung. Trockene und empfindliche Haut lässt sich sehr gut mit Reinigungsmilch säubern. Sie sollte nur nicht in die Augen gelangen, um diese nicht zu reizen. Für normale, fettige und Mischhaut eignen sich beispielsweise Gel, Fluid oder Schaum. Raten Sie dazu, Reinigungsprodukte mit lauwarmem Wasser zu benut-

zen. Für reife Haut eignen sich Wasser-in-Öl Emulsionen, da sie den Säureschutzmantel der Haut erhalten. Empfehlenswert sind Reinigungscremes mit pflanzlichen Ölen wie Jojoba, Soja oder Süßmandel. Robuste, fettige und zu Unreinheiten neigende Haut sollte nicht mit öligen Produkten oder alkalihaltigen Reinigern behandelt werden. Sinnvoll sind seifenfreie Waschstücke, beispielsweise Syndets. Außerdem unterstützen spezielle Mikrofasergesichtstücher den Effekt aller Produkte. Praktisch: Sie lassen sich in der Waschmaschine säubern und wieder aufs Neue verwenden. Vier bis zehn Mal effektiver klappt die tägliche Gesichtereinigung mit elektrischen Bürsten. Dabei wird die Haut wirkungsvoll auf beispielsweise Feuchtigkeits- oder Anti-Aging-Pflege vorbereitet. Sie ist weitaus gründlicher gereinigt als manuell, Wirkstoffe aus Pflegeprodukten können besser in die Haut eindringen. Diese Bürsten arbeiten beispielsweise rotierend oder oszillierend. Praktisch drehen oder bewegen sie

sich mit mehr als 300 Schwingungen pro Sekunde vor und zurück. Sämtliche Rückstände auf der Haut werden dabei effektiv entfernt. Auf den angefeuchteten Bürstenkopf wird etwas Reinigungsgel, -schaum oder -milch aufgetragen, dann kann es losgehen. Selbst empfindliche Haut lässt sich damit schonend reinigen, denn es gibt entsprechende Aufsätze für diesen Hauttyp. Morgens reicht es in der Regel, das Gesicht mit lauwarmem Wasser zu erfrischen. Abends ist dann ein gründliches Entfernen sämtlicher Einflüsse vom Tag mittels entsprechender Produkte angesagt.

Abschminktücher Sie sind praktisch, wenn es schnell gehen soll. Wer auf Reisen nur

mit Handgepäck fliegt, vor dem Saunagang oder Sport die Haut schnell von Make-up & Co. befreien möchte, wählt Reinigungstücher. Die mit spezieller

Lotion getränkten Softvlies-tücher werden in Ihrem Sortiment für unterschiedliche Hauttypen angeboten. Die enthaltenen Öl-in-Wasser Emulsionen sind mit feuchtigkeitsspendenden Substanzen angereichert. So ersetzt ein Tuch Reinigungs lotion, Gesichtswasser und Augen-Make-

up-Entferner. Geeignete Produkte für Gesicht und Augenpartie sollten nicht mit Alkohol getränkt sein. Um sicher zu sein, dass die Tücher alkohol-

Haut nicht empfehlenswert. Möchte eine Kundin ihr feuchtes Reinigungstuch mit ihren eigenen Produkten verwenden, klappt das so: trockene Vlies-,

»Auch wenn es abends noch so spät ist: Abschminken und das Gesicht reinigen sollte zum abendlichen Ritual gehören.«

frei sind, lohnt der Blick auf die INCI-Deklaration. Antibakterielle Tücher, die in einem Schritt reinigen, klären und mattieren, enthalten Alkohol als porenverfeinernden Zusatz. Sie sind fürs Gesicht, jedoch nicht für die Augenpartie geeignet und bei trockener oder empfindlicher

Mikrofasergesichtstücher oder Watte pads beispielsweise mit Mizellen- oder Reinigungs lotion tränken und in eine fest verschließbare Dose füllen. ■

*Kirsten Metternich,
Freie Journalistin*

Anzeige

Kytta® . Die gute Wahl gegen Schmerzen.

Gegen Muskel-, Gelenk- und Rückenschmerzen¹

- stark und schnell wirksam
- so stark wie Diclofenac²
- sogar langfristig anwendbar

9 von 10
Anwendern sind
zufrieden.³



1. Bei akuten Rückenschmerzen, Kniearthrose, Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen. 2. Bei Sprunggelenksdistorsionen. Prüfmedikation: 6 cm Kytta-Salbe® f vs. 6 cm Voltaren® Schmerzgel, 4x täglich. D'Anchise et al., Arzneimittel-Forschung (Drug Research) 2007, 57(11): 712-716. 3. mit der Wirksamkeit von Kytta-Salbe® f. Gezeigt bei Patienten mit Kniearthrose: Grube B et al. Phytomedicine 14 (2007) 2-10.

Kytta-Salbe® f. Wirkstoff: Beinwellwurzel-Fluidextrakt. Zusammensetzung: 35,0 g Beinwellwurzel-Fluidextrakt (1:2; Auszugsmittel: Ethanol 60 Vol.-%) in 100 g Salbe. Sonstige Bestandteile: 2-Phenoxyethanol-[butyl, ethyl, methyl, (2-methylpropyl), propyl] (4-Hydroxybenzoat), Natriumhydroxid, PPG-1-PEG-9 Lauryl Glycol Ether, Cetylstearylalkohol, Glycerolmonostearat, Natriumdodecylsulfat, Erdnussöl, gereinigtes Wasser, Lavendelöl, Fichtennadelöl, Rosmarinöl, weitere Geruchsstoffe als Bestandteile des Parfümöls Spezial PH (enthält u. a. Benzylbenzoat). Anwendungsgebiete: Zur äußerlichen Behandlung von Schmerzen und Schwellungen bei Kniegelenksarthrose degenerativen Ursprungs; akuten Myalgien im Bereich des Rückens; Verstauchungen, Prellungen und Zerrungen nach Sport- und Unfallverletzungen. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegenüber den Inhaltsstoffen. Nicht auf geschädigter Haut, offenen Wunden, Schleimhäuten, Augen. In der Schwangerschaft Rücksprache mit dem Arzt. Nebenwirkungen: Selten: lokale Hautreaktionen wie z. B. Kontaktdermatitis, Ekzeme, Schmerzempfindungen und Brennen auf der Haut, Juckreiz, Rötungen sowie Hautausschläge (z. B. in Form von Bläschen). Sehr selten: systemische Überempfindlichkeitsreaktionen wie generalisierte Hautreaktionen, Urticaria, Angioödem, Überempfindlichkeitsreaktionen des Magen-Darm-Traktes (z. B. Übelkeit, Bauchschmerzen), der Augen (z. B. allergische Konjunktivitis) oder der Atemwege (z. B. allergische Rhinitis, erschwerte Atmung und Spasmen). Enthält Butyl-, Ethyl-, Methyl-, 2-Methylpropyl- und Propyl-4-Hydroxybenzoat (Parabene), Erdnussöl, Cetylstearylalkohol, Benzylbenzoat und Rosmarinöl. Merck Selbstmedikation GmbH, 64293 Darmstadt, www.merckselbstmedikation.de

