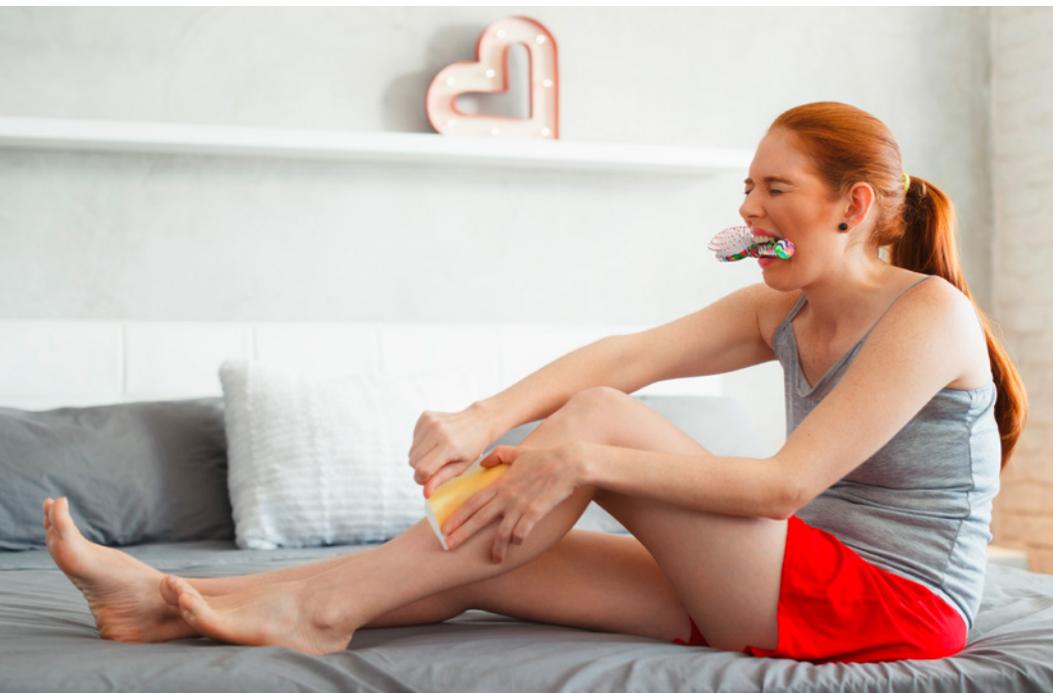


# Bloß keine Stoppeln

Epilieren, wachsen, zuckern oder doch lieber **rasieren**? Oder vielleicht sogar lasern? Wie kann man lästige Haare effektiv loswerden und dabei die Haut schonen? Finden Sie hier praktische Tipps fürs Kundengespräch.



© diego\_cervo / iStock / Getty Images

**G**anz gleich ob Teenie, in den Dreißigern oder Seniorin: Behaarte Beine oder Achseln hat so gut wie keine Frau mehr. So entfernen, laut einer Umfrage des Statistikportals statista.com, 97 Prozent der Frauen ihre Achselhaare. Bei Männern sind es auch schon drei Viertel. An zweiter Stelle des Rankings zum Thema Haarentfernung am Körper stehen die Beinhaare. 93 Prozent der Frauen entfernen sie regelmäßig. Männer tun dies mit knapp einem Prozent wesentlich sel-

tener, meist sind es Männer, die zum Beispiel intensiv Rad- oder Schwimmsport betreiben. Dafür entfernen rund die Hälfte der Männer Haare im Intimbereich. Bei Frauen liegt der Anteil hier bei 67 Prozent. Aber ganz gleich ob Achseln, Beine oder Intimzone: Welche Methode die wirkungsvollste ist, hängt von individuellen Bedürfnissen ab, und Irritationen können in jedem Fall auftreten.

**SOS bei Pickeln, Rötungen, eingewachsenen Haaren**  
Schon bevor es zu Rasurbrand,

Pickelchen, eingewachsenen Haaren und ähnlichem kommt, kann man vorbeugen. Besonders sinnvoll zur Haarentfernung an den Beinen ist es, wenn vorab ein Peeling angewandt wird. Im Anschluss können die betreffenden Stellen mit einem speziellen Bodyshave Produkt, das zum Beispiel Bisabolol, Sheabutter, Hamameliswasser oder Squalan enthält, eingecremt werden. Hautberuhigend wirkt auch Thermalwasser, es lässt sich auf Beine, Achseln und den Intimbereich sprühen. Kühlend, beruhigend und ein

idealer Feuchtigkeitslieferant ist Aloe Vera-Gel. Es besteht zu rund 96 Prozent aus Wasser. Außerdem soll Aloe Vera entzündungshemmend sowie schmerzlindernd bei Verbrennungen und Verletzungen wirken. Und dabei ist sie besonders gut hautverträglich. Aloe-Produkte ohne viele weitere Inhaltsstoffe bieten sich besonders an.

Manchmal wachsen einzelne Haare ein oder die rasierte Haut reagiert mit Juckreiz und Rötungen. Bei Juckreiz kann sie eventuell zu trocken sein, hier helfen Wundcremes mit Thermalwasser oder Aloe Vera. Bei Entzündungen bieten sich Wund- und Heilsalben mit Wirkstoffen wie Tyrothricin an. Diese helfen dabei, die Haut zu beruhigen und Entzündungen zum Abklingen zu bringen.

## Der Klassiker mit der Klinge

Einfach, unkompliziert, für sämtliche Bereiche und dazu schnell funktioniert Rasieren mit Schaum oder Gel. Dieses wird vor dem Einsatz eines zur Haarentfernung konzipierten Nass- oder Elektrorasierers auf die Bereiche gegeben. Beim Rasieren werden die Haare lediglich an ihrer Oberfläche schmerzfrei gekappt. Allerdings sind feine Stoppeln schon am nächsten Tag im Anmarsch. Damit Rasurbrand verhindert wird, immer in Wuchsrichtung rasieren. Wer seine Achseln rasiert, sollte im Anschluss ein besonders mildes Deo, am besten ohne Alkohol, verwenden. Rasiergel oder -schaum nicht durch Duschgel oder Seife er-

setzen, sie können die Haut unnötig austrocknen. Außerdem setzen sie sich gerne zwischen den Klingen ab, was diese schneller stumpf werden lässt. Um Entzündungen und Hautirritationen zu vermeiden, sollte der Rasierer lediglich von einer Person verwendet und die Klinge regelmäßig gewechselt werden.

**Nichts für Schmerzempfindliche** Neben Rasieren nutzen viele einen Epilierer, insbesondere zum Entfernen der Haare an den Beinen. Dabei entfernen rotierende Scheibenpaare, die sich wie Pinzetten öffnen, selbst kürzere Härchen an der Wurzel. Mit dem Ergebnis, dass sie erst nach rund drei bis vier Wochen nachwachsen. Weniger schmerzhaft ist diese Anwendung, wenn die Poren vorab geöffnet sind. Beispielsweise nach einem Bad, einem Saunaa- oder Dampfbadbesuch. Empfehlen Sie diese Anwendung am besten abends vor dem Schlafen gehen. So bekommt die Haut über Nacht die Möglichkeit sich zu erholen, da sie durchs Epilieren recht stark gereizt wird. Diese Methode ist nicht geeignet für Kundinnen mit empfindlicher Haut und solche, die sehr schmerzempfindlich sind. Wenig eignet sie sich zur Anwendung in den Achseln und der Bikinizone, da es schnell zu Reizungen kommen kann und es dort besonders schmerzhaft ist. Nachteil dieser sehr wirksamen und langanhaltenden Prozedur ist das häufige Auftreten eingewachsener Härchen, zum Beispiel am Knie. Sie können Ihren Kundinnen hier regelmäßige Körperpeelings empfehlen.

**Gründlich dank Waxing und Sugaring** In den letzten Jahren ist die Haarentfernung mittels Wachs oder Zuckerpaste immer beliebter gewor-

den. Beim Waxing wird warmes Wachs in Haarwuchsrichtung aufgetragen und entgegen der Wuchsrichtung abgezogen. Dabei werden die Haare an der Wurzel entfernt. Beim Sugaring kommt eine spezielle Zuckerpaste zum Einsatz, welche gegen die Haarwuchsrichtung aufgetragen und in Wuchsrichtung abgezogen wird. Das Ergebnis beider Anwendungen hält besonders lange (mindestens zwei bis vier Wochen) und die Haare wachsen weich nach. Allerdings sind auch diese Methoden tendenziell schmerzhaft und bei empfindlicher Haut weniger zu empfehlen. Ferner sollte die behandelte Haut nicht sofort der Sonne ausgesetzt werden. Beides wird heute in sogenannten Waxing-Studios angeboten und ist eine relativ teure Methode.

**Laser - mehrfach anzuwenden** Beim Lasern wird hochenergetisches Licht über die Haare in die Haarwurzel geleitet und zerstört diese. So wird verhindert, dass neue Haare wachsen können. Doch bei dieser Prozedur ist es nicht mit einem Mal getan, bis wirklich alle Haare komplett entfernt sind. Denn die Haare befinden sich in unterschiedlichen Wachstumszyklen. Die beste Zeit damit zu starten ist der Herbst, wenn die Hautpartien nicht mehr so häufig der Sonne ausgesetzt sind. Lasergeräte gibt es mittlerweile auch für den Heimgebrauch, wobei diese meist nicht so effektiv arbeiten wie professionelle Geräte beim Dermatologen. Viele Wege führen also zum haarfreien Körpergefühl. Wichtig ist bei allen Anwendungen, dass die Haut danach und überhaupt regelmäßig gepflegt, sprich gepeelt und eingecremt wird. ■

*Kirsten Metternich von Wolff,  
freie Journalistin*

# GESTRESSTE AUGEN AM BILDSCHIRM?



Bei Bildschirmnutzung<sup>1</sup> blinzeln wir viel weniger!

- » Vorzeitige Verdunstung der Tränenflüssigkeit
- » Trockene Augen

Augenblinzeln vor dem Bildschirm

**3-4**  
mal pro Minute

Augenblinzeln normal

**15**  
mal pro Minute

## EVOTEARS® Augentropfen



- ✓ Einzigartiger<sup>2</sup> Verdunstungsschutz
- ✓ Wie Balsam für trockene Augen



<sup>1</sup> z. B. PC, Smartphone, Tablet

<sup>2</sup> aufgrund Perfluorhexyloctan und Wasserfreiheit