

Der Wimpernschlag macht's

Die Wimpern sind ein Schutzschild, sie halten Schmutzpartikel und Feuchtigkeit von den Augen fern und schützen so vor Entzündungen. Worauf kommt es bei ihrer **Pflege** und **Betonung** an?



© dimid_86 / iStock / Getty Images

An den Augen lässt sich erkennen, was in Menschen vorgeht. Aussagekräftig sind aber auch die zarte Haut um die Augen sowie Wimpern und Brauen. Augen-Make-up hat im Lauf der Corona-Pandemie deutlich an Beliebtheit zugenommen, ganz im Gegensatz zu Lippenstift. Lidschatten, Highlighter, Eyeliner, Kajal und Wimperntusche machen es möglich, die Augen besonders zu betonen. Viele Frauen verwenden regelmäßig Mascara. Knapp zehn Millionen Frauen hierzulande tragen täg-

lich eine Schicht Tusche, bevorzugt in Schwarz, auf ihre Wimpern auf. Der Markt ist also groß und so erklärt sich auch, warum es oft neue Produkte gibt. Dabei liegt der Fokus auf Eigenschaften wie Volumen, Länge, Schwung und intensiver Farbgebung. Mascara kann dabei pflegende Eigenschaften haben, jedoch auch Ursache für Wimpernausfall sein.

Was Wimpern zu Fall bringen kann Sollte es über einen längeren Zeitraum, etwa einen Monat, zu verstärktem Wimpern-

ausfall kommen, empfehlen Sie die Rücksprache mit einem Dermatologen. Ein Hormonstatus im Blut sowie die Bestimmung der Blutzuckerwerte sind zu empfehlen.

Eine Ursache kann falsches Abschminken sein: Wasserfeste Produkte lassen sich nur schwer entfernen und viele Frauen reiben dabei an den Wimpern, mit der Folge, dass mehr ausfallen als eigentlich nötig. Empfehlen Sie zum Abschminken hier eine Mizellenlotion für wasserfestes Make-up. Dabei sollte das Abschminkpad mit der Lotion

getränkt und einen Moment auf die geschlossenen Augen gehalten werden. So kann die Lotion Partikel ummanteln und ohne Reiben lösen. Apropos: Wie sieht es mit regelmäßigem Abschminken aus? Was am Morgen aufgetragen wird, muss unbedingt vor dem Schlafengehen runter. Ganz gleich, wie spät es ist. Auch das hält die Wimpern gesund.

Ungesunder Lebensstil und Wimpernzangen Ausfallen können Wimpern möglicherweise auch, wenn sie nach statt vor dem Tuschieren mit einer Wimpernzange bearbeitet werden. Zu viel Druck auf der Zange verursacht hingegen brüchige Wimpern. Bei Kosmetika für die Augen Umgebung raten Sie zu qualitativ hochwertigen Produkten mit pflegenden Inhaltsstoffen. Zum Beispiel B-Vitamine, Hyaluronsäure und pflanzliche Öle. Sie halten die Härchen geschmeidig. Empfehlenswert sind Produkte, die parfümfrei sind und ohne Konservierungsstoffe auskommen. Denn diese Zusätze können zu unnötigen Allergien und Reizungen beitragen. Fragen Sie auch nach dem Lebensstil, also wie viele Stunden Schlaf es im Schnitt sind, ob geraucht und regelmäßig Alkohol getrunken wird. Eine gesunde und abwechslungsreiche Lebensmittelauswahl sowie Entspannungsmöglichkeiten gegen Stress tun letztlich auch den Wimpern gut.

Ähnlich wie bei Kopfharen brauchen die feinen Wimpern gezielte Pflege. Insbesondere dann,



PRAXISTIPPS

- + Mascara unbedingt jeden Abend abschminken
- + Wasserfeste Mascara am besten mit Mizellenlotion für wasserfestes Make-up entfernen
- + Wimpern nur ungetuscht mit einer Wimpernzange formen
- + Tusche in Zick-Zack-Bewegung in zwei bis drei Schichten auftragen
- + Ein besonderer Augenaufschlag entsteht, wenn die äußeren Wimpernhärchen extra mit Tusche betont werden.

wenn sie täglich getuscht werden. Neben täglichem Abschminken empfehlen Sie vor dem Auftragen der Wimperntusche die Härchen mit einem Wimpernkamm von Staub und Fremdkörpern zu befreien und sie zu trennen. Außerdem ist es hygienisch, Mascara regelmäßig auszutauschen. Wird sie täglich verwendet, empfiehlt sich eine neue nach drei Monaten. Denn durchs Öffnen und Tuschen gelangen Bakterien ins Fläschchen. Ist die Tusche zu stark damit kontaminiert, kann dies zu Bindehautentzündungen und Irritatio-

nen am Auge beitragen. Raten Sie vom kräftigen Pumpen des Bürstchens in die Flasche ab, auch das schleust Bakterien besonders leicht ins Innere der Tusche.

Tipps zum richtigen Auftragen Jede Mascara ist nur so gut, wie sie angewendet wird. Prinzipiell lässt sich das Wimpernstyling optimieren, wenn die Tusche auf saubere Wimpern aufgetragen wird. Dazu die Mascara in langsamen Zick-Zack-Bewegungen vom Wimpernansatz zu den Enden auftragen. Die erste Schicht drei Sekunden antrock-

nen lassen, dann eine zweite Schicht auftragen. Wer einen besonders intensiven Augenaufschlag wünscht, kann eine dritte Schicht auftragen. Die Zick-Zack-Bewegung verhindert, dass die Härchen verkleben und wie Spinnen- oder Fliegenbeinchen aussehen. Dazu bietet sich auch der Einsatz zwei verschiedener Tuschchen an, zum Beispiel eine für Volumen und eine weitere für Schwung oder Länge. Ein kleiner, aber wirkungsvoller Trick zum Öffnen der Augen: Mascara an den äußeren Wimpernhärchen bewusst betonen.

in der Mitte. So lässt sich präzise und gezielt jedes noch so feine Härchen erreichen. Mascara mit einer dünnen Bürste sorgt dafür, dass auch feine Wimpern erreicht und schwierige Stellen ohne Patzer getuscht werden können. Im Trend liegen Produkte mit zusätzlichen Fasern, wie Nylon, Rayon oder Cellulose. Sie sorgen für eine optische Verlängerung der Wimpern, können aber bei empfindlichen Augen als störend empfunden werden. ■

Kirsten Metternich von Wolff,
freie Journalistin

Volumen, Länge, Schwung – was darfs denn sein? Die meisten Frauen wünschen sich von einer Tusche Volumen und definierte, lange Wimpern. Denn das öffnet den Blick. Volumen-Mascaras umhüllen die Wimpernhärchen dabei mit Polymeren, sodass diese voller, dichter und dicker wirken. Schwung bekommen die Wimpern durch gebogene Bürsten, die der natürlichen Augenform angepasst sind. Eine Extraportion Länge verleihen Applikationsbürsten, die an den Enden dicker sind als



EINGEDAMPFT

- + Stress, ungesunder Lebensstil und mangelnde Pflege können Wimpern ausfallen lassen.
- + Mascara alle drei Monate aus hygienischen Gründen erneuern
- + Volumen und lange, definierte Wimpern erreicht man durch mehrmaliges Auftragen der Tusche.

Anzeige



Kathrin, 36 Jahre, aus Stuttgart

„Trotz Doppelbelastungen
fühle ich mich weniger gestresst!“

Sedariston® Konzentrat hilft bei:

- Unruhe und Nervosität
- Einschlafschwierigkeiten
- leichten depressiven Störungen

Mehr Infos auf: www.sedariston.de



bei Belastungssituationen

Sedariston® Konzentrat Hartkapseln (Ap) Wirkstoffe: Trockenextrakte aus Johanniskraut und Baldrianwurzel **Zus.:** 1 Kps. enth.: Trockenextrakte aus: Johanniskraut (5-7:1) 100 mg, Baldrianwurzel (4-7:1) 50 mg, Auszugsmittel: Ethanol 60% (m/m). Sonstige Bestandteile: Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat (Ph. Eur.), pflanzlich, Maltodextrin, hochdisperses Siliciumdioxid, Gelatine, Natriumdodecylsulfat, Gereinigtes Wasser, Farbstoffe Chinolingelb E 104, Indigocarmin E 132, Titandioxid E 171, Eisen(III)-hydroxid-oxid E 172 (Hartkapselhülle). **Anw.:** Zur Anw. b. Kdr. ab 6 J. u. Erwachs.: Zur unterstützenden Behandlung von leichten vorübergehenden depressiven Störungen mit nervöser Unruhe und nervös bedingten Einschlafstörungen. **Gegenanz.:** Überempfindlichk. geg. Wirkstoff od. ei. od. ein. d. sonst. Best., gleichzeit. Einn. v. Immunsuppressiva (Ciclosporin, Tacrolimus z. innerl. Anwend., Sirolimus), Anti-HIV-Arzneim., Proteinase-Inhibit. wie Indinavir, Non-Nucleosid-Reverse-Transcriptase-Inhibitor, wie Nevirapin Zytostatika wie Imatinib, Irinotecan (Ausnahm. monoklonal. Antikörpern), Antikoagulantien wie Phenprocoumon, Warfarin, Midazolam, bek. Lichtüberempfindlichkeit der Haut, **Schwangerschaft/Stillzeit:** Keine Anw. wegen nicht ausreichend. Untersuchungen. **Nebenwirk.:** Insbes. b. Hellhäutigen d. erhöhte Empfindlichkeit der Haut gegen. UV-Licht (Photosensibilisierung) sonnenbrandähnliche Reakt. d. Hautpartien, d. starker Bestrahlung (Sonne, Solarium) ausgesetzt sind, möglich; allergische Exantheme, gastrointestinale Beschwerden, Müdigkeit od. Unruhe können vermehrt auftreten; Photosensibilisierung mögl. Währ. der Behandl. intensive UV-Bestrahl. vermeiden. Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. (Stand März 2021). Aristo Pharma GmbH, Wallenroder Straße 8-10, 13435 Berlin.

ARISTO