



PFLEGENDE HAUPTSACHE

Oft hat man mit der Haarpracht seine liebe Not. Häufigstes Problem: trockenes, stumpfes Haar. Kein Wunder. Fast 60% der Österreicher/innen helfen ihrer Naturhaarfarbe zumindest zeitweise auf die Sprünge. Dazu kommt heißes Föhnen oder gar Lockenstab und Co. Zweithäufigstes Problem: Haarausfall. 54% der Männer und 49% der Frauen leiden im Laufe ihres Lebens irgendwann unter dünner werdendem Haar. Nicht zu unterschätzen ist auch juckende Kopfhaut. Übel. Das Gute daran: Gegen all das gibt es Mittelchen. Hier sind sechs neue:



HOCHGLANZ NACHT

„Night Repair Sprüh-Kur“ von Garnier, € 5. Avocado- und Jojobaöl dringen pflegend in die Haarfasern ein. Proteine kitzen die Schuppenschicht und sorgen für top Geschmeidigkeit. Gibt ein glänzendes Erwachen! Ohne Ausspülen!



ECHT AUFBAUEND

„Intense Repair Aufbau Kur“ von Nivea, € 5,99. Pflicht bei trockenem Haar: 1 x wöchentlich Haarkur machen. Diese von Nivea reduziert mit einem intensiven Protein-Öl-Komplex Spliss. Verlorener Glanz kehrt zurück.



BIO-HAARKUR

„Intensive Hair Mask“ von Organic Surge, € 9,49. Der Wirkstoffkomplex aus Kokosnussöl, Vitamin E und Weizen-glucose ist darauf ausgerichtet, intensiv Feuchtigkeit zu spenden. Top: 99% natürliche Inhaltsstoffe – zertifiziert.



WIDERSPENSTIG GEZÄHMT

„Smoothing Serum“ von Matrix Biolage, € 16,70. Bändigt trockenes, widerspenstiges und krauses Haar mit einem erstaunlich leichten Pflegekomplex auf Öl-basis. Resultat: top Glanz, ohne zu beschweren. Bei DM-Friseuren.



WENN'S JUCKT

„Biotic Concentré Bio-Recharge“ von Kérastase, € 32. Stärkt die natürliche Abwehrkraft der Kopfhaut. Irritationen, Juckreiz, Trockenheit und leichte Schuppen werden reguliert. Ideal nach chemischen Behandlungen. Beim Friseur.



ZIEMLICH DICHT

„Just Men Maximum Tonic“ von Wella SP, € 38,10. Koffein, Vitamine, Arnika und Laurinsäure sollen erblich bedingten Haarausfall um bis zu 50% reduzieren und für festere Verankerung der Haare sorgen. Klinisch getestet.

FRAGEN SIE NINA

LIEBE NINA, ich habe an meinen Beinen leider schon Besenreiser, liege aber gerne in der Sonne. Ich habe gehört, dass UV-Strahlen Besenreiser verschlimmern. Auch im Gesicht kann man trotz Sonnencremen Couperose bekommen, stimmt das?

Besenreiser haben mit Sonne nichts zu tun. Dr. Sabine Mayer von der dermatologischen Privatklinik Kiprof erklärt: „Besenreiser sind stark anlagebedingt. Auch Schwangerschaft, wenig Bewegung oder viel Stehen fördert deren Entstehung. Sonne spielt eine sehr untergeordnete Rolle. Man kann sie veröden lassen oder mit Venenlaser weg-machen. Großes Aber: Sind die tief-liegenden Venenklappen geschädigt, muss man diese zuerst behandeln, denn sonst kommen die Besenreiser gleich wieder.“

Couperose wird durch die Kollagenzerstörung in den Kapillargefäßen verschlechtert. Hier wirkt Sonne sehr wohl stark beschleunigend. Sehr hoher Sonnenschutz, also 50 oder 50+ (nicht nur beim Sonnenbaden, sondern bei jedem Aufenthalt im Freien!) hilft sonnenbedingte Schädigung einzudämmen. Aber auch Temperaturschwankungen, starke Hitze oder Kälte wirken sich negativ aus. Also, das Gesicht stundenlang in die pralle Sonne halten schadet schon allein wegen der Hitze.

Ist Couperose bereits vorhanden, wird diese kontinuierlich schlechter – nur mit Sonnencreme langsamer als ohne. Begründet liegt Couperose zum Großteil in erblichen Faktoren kombiniert mit alten (oder neuen) Sonnenschäden. Verschlechtert wird sie auch durch scharfes Essen, Kalt-heiß-Spülungen, Alkohol oder Zupfmassagen.

Zur Behandlung verwenden Dermatologen aber auch manche Kosmetiksalons Blitzlichtlampen oder Laser (in der kühlen Jahreszeit machen!). Aber je nach Lebenswandel kommt sie leider früher oder später wieder.

Fragen an: nina.dvoracek@kronenzeitung.at oder Kronen Zeitung, KW: Beauty, Muthgasse 2, 1190 Wien

Fotos: Louis Widmer, Clarinas, Lancaster, Clinique, The Bodyshop, Garnier (2), Nivea, Organic Surge, Matrix, Kérastase, Wella SP, Biohotel Daberer

EINE REISE WERT ...

Talkum, also gemahlener Speckstein setzen schon die alten Römer gegen Hautreizungen ein. Im Biohotel Daberer (Kärnten/Gailtal) baut man heute wieder auf dieses Naturprodukt. Kombiniert mit Bio-Ölen zaubert man daraus eine wohltuende 3-Schritte-Körperbehandlung: 1. Peeling mit frisch angerührtem Talkum-Lein-Hanfölgemisch. 2. Massage mit angewärmten Specksteinstempeln. 3. Talkum-Körperpackung. Das Ganze heißt „Talcumi“ (€ 75). Die „Folgen“: Babyhaut und maximale Entspannung. Danach kurz in die Waldsauna (s. li.) zum Aufwachen. Perfekt! Infos: www.biohotel-daberer.at

