

„Sievesbeckia orientalis“ (z. B. bei Eau Thermale Avène). Der Saft der südasiatischen Pflanze enthält eine aspirinähnliche Substanz, die gegen Entzündungen wirkt. Steckt zusätzlich Lavendelöl in der Maske (z. B. bei Origins), beruhigt das nicht nur die Haut, sondern auch das limbische System im Gehirn, den Ort, an dem unsere Gefühle verarbeitet werden.



1 „Beruhigende Feuchtigkeitsmaske“ von Eau Thermale Avène, um 16 Euro. 2 „Calm To Your Senses Mask“ von Origins, um 33 Euro. 3 „Sensiderm Mask Sensitive“ von Dr. Christine Schrammek, um 39 Euro

Ihr Wunsch: Ein klarer Teint

Reinigungsmasken (Einwirkzeit: 2 bis 5 Minuten) sind besonders gegen Ende des Winters gefragt. Denn dann produziert die Haut, bedingt durch die steigenden Temperaturen, mehr Talg. Gerade fettige Haut reagiert darauf mit Unreinheiten und unschönem Glanz. Was hilft? Eine Kombination aus antibakteriellen Substanzen wie Gelée royale und Schachtelhalm-extrakt, hornhautlösender Fruchtsäure und beruhigendem Bisabolol (z. B. bei Dado Sens). Mattierend und porenverfeinernd wirken Zusätze wie Lärchenschwamm oder

Kaolin (z. B. bei Ahava). Praktisch: Einige Masken können mit den Fingerspitzen abgerubbelt werden – das sorgt für einen zusätzlichen Peeling-Effekt (z. B. bei Bioderma).



1 „Sébium Masque“ von Bioderma, um 15 Euro. 2 „Time to Clear Purifying Mud Mask“ von Ahava, um 24 Euro. 3 „PurDerm Peel-Maske“ von Dado Sens, um 12 Euro

Ihr Wunsch: Mehr Spannkraft

Feuchtigkeitsmasken (Einwirkzeit: 2 Minuten bis 8 Stunden) stabilisieren mit Zuckerverbindungen, Hyaluronsäure und Algenextrakten (z. B. bei Dr. Grandel und Clinique) den Hydrolevel in der Haut. Murumuru- und Sheabutter (z. B. bei Liz Earle) stärken zudem die oberste Hautschicht und sorgen so dafür, dass die Haut das Wasser im Inneren speichern kann.



1 „Moisture Mask“ von Dr. Grandel, um 30 Euro. 2 „Moisture Surge Overnight Mask“ von Clinique, um 35 Euro. 3 „Intensive Nourishing Treatment Mask“ von Liz Earle, über QVC, um 17 Euro

Ihr Wunsch: Ein wacher Blick

Augenmasken (Einwirkzeit: 10 bis 20 Minuten) schützen die sehr dünne Haut unter und über den Lidern. Da sie kaum Unterhautfettgewebe enthält, ist sie für Fältchen und Schwellungen besonders anfällig. Masken-Pads enthalten aufpolsternde Hyaluronsäure (z. B. bei A. Börlind) und Aloe vera sowie glättendes Vitamin A (z. B. bei Charlotte Meentzen). Durch ihre kühle Gelstruktur (z. B. bei Estée Lauder) wirken sie abschwellend und reizen nicht durch Öle, die ins Auge gelangen könnten. Reste einklopfen, nicht abwaschen.



1 „Revitalisierende Augenpads“ von Annemarie Börlind, 6x 2 Stück um 24 Euro. 2 „Antifalten-Augenpad“ von Charlotte Meentzen, 6 Stück um 16 Euro. 3 „Stress Relief Eye Mask“ von Estée Lauder, 10x 2 Stück um 50 Euro

Tipps zum Auftragen

Alle Masken gehören auf die gründlich gereinigte Haut. Anti-Aging- und Beruhigungsmasken messerrückendick, Reinigungsmasken etwas dünner auftragen – jeweils mit den Fingern. Lippen und Augen aussparen. Nach der Einwirkzeit mit einem feuchten Tuch abwischen und wie gewohnt eincremen.