

Haut gestärkt.“ Um freie Radikale zu neutralisieren, braucht der Körper Antioxidantien wie zum Beispiel Vitamin A, Vitamin E und Vitamin C. „Zusätzlich zur passenden Pflege helfen Antioxidantien auch, wenn wir sie mit der Nahrung aufnehmen.“ Packen Sie ab sofort also besser genügend Zitrusfrüchte, Paprika und Blaubeeren in Ihren Einkaufswagen. Um zu verhindern, dass der Feinstaub überhaupt von den Hautzellen aufgenommen werden kann, wird oft ein Extrakt aus dem Weißen Andorn verwendet. Der ist reich an Forsythosid B und verringert damit die Aufnahme von Feinstaubpartikeln in die Hautzelle.

Ganz schutzlos sind wir den Schadstoffen aus der Luft also trotz allem nicht ausgeliefert. Dennoch: Wenn Sie bei schönem Wetter aufs Rad steigen statt ins Auto, tun Sie nicht nur Ihrer Haut etwas Gutes, sondern auch der Umwelt. ■



1 Schützt mit Resveratrol die Zellen: „Corpus Paradoxe Body Oil“ von **Beauté Pacifique**, 100 ml ca. 67 €, etwa über beaute-pacifique.com 2 Stärkt den Selbstschutz der Haut: „City Skin Solution Beautifying Mist“ von **Givenchy**, 50 ml ca. 40 €, ab April 3 Belebt die gestresste Augenpartie: „Multi-Active Yeux“ von **Clarins**, 100 ml ca. 45 € 4 Wirkt wie ein Schutzschild: „Anti Pollution Day Cream“ von **Dr. med. Christine Schrammek**, 50 ml ca. 58 €, etwa über schrammek.de 5 Schützt mit dem Antioxidans der Baikalwurzel vor freien Radikalen: „Slow Âge Reichhaltige Tagespflege“ von **Vichy**, 50 ml ca. 30 €, ab April 6 Hilft beim Aufbau des Zellschutzes: „ReinigungsÖl & Maske“ von **Frei Öl**, 100 ml ca. 16 €, ab Mai 7 Entfernt selbst feinste Schadstoffpartikel: „Drops of Youth/Youth Liquid Peel“-Peeling von **The Body Shop**, 145 ml ca. 19 € 8 Schützt die Haut mit Edelweiß vor Stress: „A Perfect World Age-Defense Treatment Lotion“ von **Origins**, 150 ml ca. 28 €, ab April 9 Beruhigt und blockiert freie Radikale: „La Solution 10 de Chanel“ von **Chanel**, 30 ml ca. 76 € 10 Schützt vor Umweltfaktoren: „Hydra Floral Anti-Pollution Hydrating Fluid“ von **Decleor**, 50 ml ca. 50 € 11 Maske, die die Widerstandskraft stärkt: „Cilantro & Orange Extract Pollutant Defending Masque“ von **Kiehl's**, 75 ml ca. 32 € 12 Mit Apfelschaleneextrakt: „All Day All Year“-Tagespflege von **Sisley**, 50 ml ca. 297 €

TEXT: FRANZISKA FRANK; FOTOS: JASON LLOYD-EVANS (2), PR