



Erhöht die Abwehrfunktion der Haut: „Anti-Pollution Ampulle“ von Dr. Schrammek, 7 x 2 ml ca. 28 €



Schützt vor umweltbedingten Faktoren: „Anti-Pollution Serum“ von Tromborg, 15 ml ca. 113 €

Natürliche Inhaltsstoffe wie Kurkuma, Braunalge oder Rucola schützen die Haut vor Smog

Mit Bioalgen gegen negative Umwelteinflüsse: „Hydro Effect Serum“ von Lavera, 30 ml ca. 10 €



Erhöht die Widerstandskraft der Haut: „Life Plankton Sensitive Emulsion“ von Biotherm, 50 ml ca. 45 €

Revitalisiert und befreit von Schadstoffen: „Soin D-Tox Masques Duo-Shot“ von Givenchy, 8 x 5 ml ca. 59 €



Wie ein Schutzschild gegen Schmutzpartikel: „One Essential Skin Boosting Super Serum“ von Dior, 50 ml ca. 117 €, ab Juli



Stärkt die Hautschutzbarriere: „Reinigungsöl & Maske“ von Frei Öl, 100 ml ca. 16 €

Smog (Sie wissen schon, die Wortneuschöpfung aus „Smoke“ und „Fog“, also ein Nebel aus Feinstaub, Abgasen, Rauch, Ozon und giftigen Stoffen in der Luft) ist der zweitgrößte Feind der Haut. „UV-Strahlung ist der größte Feind, da er stets präsent ist und am tiefsten in die Haut eindringt“, erklärt uns Yurie Nakajima, medizinisch-wissenschaftliche Leitung von Frei Öl, „aber dann folgt direkt der Feinstaub.“ Beides löst oxidativen Stress in der Haut aus und trägt zur Bildung von freien Radikalen bei. Besonders gravierend ist die Kombination: Sie begünstigt die Entstehung von Falten und Altersflecken, sorgt für Feuchtigkeitsmangel, Neurodermitis, Akne – und im schlimmsten Fall sogar Hautkrebs. Wie können wir uns schützen? Bevor Sie sich jetzt eine Papiertüte über den Kopf stülpen, kommt eine gute Nachricht: Es gibt Pflegepro-

dukte, die schützen. „Produkte mit Lotuseffekt verhindern, dass Schadstoffe an der Haut haften. Pflege, die die Schutzbarriere stärkt, sorgt dafür, dass weniger Schadstoffe in die Haut dringen. Und Cremes mit Antioxidantien neutralisieren Schadstoffe“, sagt Expertin Nakajima.

Und auch das Pflegeritual lässt sich verbessern: Wer sich länger draußen aufgehalten hat, sollte gleich das Gesicht waschen. Anti-Smog-Pflege startet nämlich bei der Reinigung. „Mit Anti-Pollution-Reinigungsprodukten kann man effektiv Rückstände der Umweltverschmutzung entfernen, die sich tagsüber auf der Haut abgelagert haben, vor allem Feinstaub“, sagt Nakajima. Vorreiter war da übrigens Clarins. Hier setzt man schon seit 1991 auf Reinigung mit Wirkstoffen

gegen negative Umwelteinflüsse. Etwa mit der milden Waschcreme „Crème Douce Démaquillante Anti-Pollution“ mit Moringasamenextrakt (diese Samen werden in Afrika und Asien sogar benutzt, um Wasser zu reinigen).

Die Inhaltsstoffe solcher Superfoods legen sich als Schutzschild auf die Haut und verhindern so, dass Schmutzpartikel haften bleiben. Bevor Sie morgens das Haus verlassen, also nicht nur Lichtschutzfaktor auftragen, sondern auch eine schützende Tagespflege. Alternativ: Nach der Pflege zu Make-up mit Anti-Pollution-Effekt greifen, etwa den Primer „Resist Smoothing Primer Serum SPF 30“ von Paula's Choice, der durch Antioxidantien Hautschäden entgegenwirkt.

Was wir sonst noch tun können? Nakajima: „Grundsätzlich helfen auch Nahrungsmittel mit Antioxidantien, wie grüner Tee, naturbelassene Öle, Sprossen, viel Gemüse und Obst.“ **E**