

7 Reinheitsgebote für einen Traumteint

Plus Produktfinder

Eine gründliche Gesichtereinigung ist die Basis für schöne Haut. Wir verraten, worauf es ankommt

Der Teint wirkt matt und neigt zu kleinen Pickelchen? Gut möglich, dass daran eine falsche oder halbherzige Reinigungsroutine schuld ist. Wir haben für Sie die wichtigsten Waschcodes zusammengetragen, damit sich Ihre Haut schon bald wieder von ihrer strahlend(st)en Seite zeigt.

Das Timing Nachtschicht
Vor allem abends ist eine sorgfältige Reinigung das A und O. Der Grund: Im Laufe des Tages sammeln sich (Umwelt-)Schmutz, Talg, Schweiß und lose Hornschüppchen auf dem Gesicht. All das muss – inklusive Make-up natürlich – unbedingt wieder ab, bevor wir uns in die Federn fallen lassen. Sonst können die wichtigen Pflegestoffe der Nachtcreme nicht eindringen und die nächtlichen Regenerationsprozesse der Haut werden empfindlich gestört! Wer nur eine Katzenwäsche macht, riskiert zudem verstopfte Poren – der perfekte Nährboden für die Entstehung von Pickeln.

Für unterwegs
Für die Reinigung zwischen durch muss kein Wasserhahn in der Nähe sein – das klappt auch mit Thermalwasser. Top: Der feine Sprühnebel neutralisiert den pH-Wert der Haut, erfrischt und befeuchtet.



Das ideale Produkt Reine Typsache
Wichtig ist, dass das Reinigungsprodukt zum Hauttyp passt. Bei einem trockenen Teint steht der Pflegefaktor an erster Stelle, weshalb eine rückfettende Milch oder Creme hier am besten ist. Diese Produkte trägt man auf das Gesicht auf, nimmt sie aber nicht mit Wasser, sondern mit einem Kosmetiktuch ab. Sensibelchen sind mit einer pH-neutralen, duftstofffreien Lotion gut beraten. Bei ölgiger Haut empfehlen sich leichte Gele oder Schäume mit klärenden Inhaltsstoffen. Ob man das perfekte Produkt für sich gefunden hat, erkennt man schlichtweg daran, dass sich die Haut nach der Reinigung gut anfühlt

Elektrische Unterstützung Power-Bürsten
Wer sich ein ultra-saubereres Hautbild wünscht, sollte eine elektrische Reinigungsbürste verwenden. Die Power-Produkte „arbeiten“ nämlich – das haben Studien bewiesen – zehnmal effektiver als unsere Hände. Mit ihren rotierenden oder schwingenden Borsten kurbeln sie zudem die Durchblutung an und verbessern damit die Sauerstoff- und Nährstoffversorgung der Haut. Das führt langfristig zu einem glatteren, ebenmäßigeren Hautbild. Aber auch schon unmittelbar danach sieht der Teint viel rosiger aus.

– also weder spannt noch gerötet ist. Ach übrigens: Morgens reicht klares Wasser vollkommen. Denn selbst die Waschsubstanzen der mildesten Produkte entfernen nicht nur Schmutz, sondern auch schützende Hautfette.

Die Temperatur Weniger ist oft mehr
Achten Sie darauf, dass das Wasser nicht (zu) heiß ist. Sonst wird der Haut wertvolle Feuchtigkeit entzogen – sie trocknet aus. Lauwarm ist deutlich sanfter.

Das Finish Ein Hoch auf Tonics!
Den Abschluss des Reinigungsrituals bildet idealerweise Gesichtswasser, auch Tonic oder Toner genannt. Warum? Es entfernt letzte, hartnäckige Schmutzpartikel, Produktrückstände sowie Kalkreste aus dem Leitungswasser. Zudem stellen die Spezialisten den hauteigenen pH-Wert wieder her, spenden Feuchtigkeit und bereiten den Teint auf die anschließende Pflege vor. Aber Achtung: Alkoholhaltige Produkte sind nur etwas für fettige, robuste Hauttypen!

Welches Produkt passt zu mir?



Achtung am Auge!
Da die Haut im Augenbereich extrem dünn und knitteranfällig ist, beim Reinigen bloß nie rubbeln – sonst droht zudem Wimpernbruch! Besser: ein Wattepad mit Lotion tränken und dann sanft von oben nach unten streichen.

33%
der Frauen gehen manchmal mit Make-up ins Bett.
Quelle: DemakeUp

Fotos: fablola/advafoto, Garnier, iStock/evgeniyatamanenko, PR (6)