



ACHTUNG, Frühjahrs- Sonne!

DER TEINT IST IN DEN VERGANGENEN
MONATEN EMPFINDLICH GEWORDEN –
UND BRAUCHT JETZT EXTRASCHUTZ

Wenn die trüben Monate geschafft sind und die Sonne endlich wieder scheint, gerät unsere Haut sofort in Stress:

Der hauteigene Lichtschutz, die sogenannte Lichtschwiele, hat sich über die vergangenen Monate aufs Minimum reduziert. Setzt man sich nun dem ersehnten UV-Licht aus, kurbelt dieses Alterung und Pigmentverschiebungen an. Nur ca. zwölf Minuten hat die Eigenschutzzeit einer durchschnittlich hellen Haut. Was zeitlich darüberliegt, wirkt nachhaltig stressend. Lichtschutzfilter in Make-up, Pflege oder UV-Schutz sind gute Abwehrsysteme. Dabei gilt folgende Formel: Der ausgelobte Schutzfaktor (z. B. LSF 25) wird mit der Eigenschutzzeit (z. B. zwölf Minuten) multipliziert. Das Ergebnis in unserem Beispiel: 300 Minuten sichere Sonne.

In vielen Pflegeiegeln stecken inzwischen neben Anti-Aging-Wirkstoffen auch UV- und Zellschutz. Eine perfekte Basis für den Tag. Dabei unbedingt den Hals mit eincremen, denn der kann nicht nur die Pflegestoffe gut gebrauchen, sondern bekommt von der nachfolgenden schützenden Make-up-Foundation nichts ab. Jede Grundierung hat den Pluspunkt, dass die enthaltenen Pigmente automatisch lichtblockierend wirken. Für alle, die keine Lust auf Make-up haben: Eine Extra-Schicht Lichtschutz auf die sogenannten Sonnenterrassen wie Nase, Stirn und die Lippen macht immer Sinn als Anti-Aging-Strategie. Nicht zu vergessen: die Hände. Sie sind der Sonne ungeschützt ausgesetzt und zeigen gnadenlos Pflegeversäumnisse. Dagegen helfen nur UV-Filter und regelmäßiges wiederholtes Cremen nach dem Händewaschen.

Make-up

Vereint Primer, Concealer und Grundierung, LSF 20: „Flawless 3 in 1 Foundation“ von Max Factor, ca. 14 Euro.

Foundation, die sich unsichtbar dem Teint anpasst, LSF 18: „Fit Me“ von Maybelline, ca. 11 Euro.

Parfüm-, paraben- und talgfreie Textur, die den Teint perfektioniert und vor Alterung schützt, LSF 15: „Skin Perfecting BB Cream“ von Artdeco, ca. 17 Euro.



Sonnenschutz

Versprüht besonders dünn seine Schutzbarriere, LSF 50: „Spray Solaire Lacté“ von Biotherm, ca. 26 Euro.

Auch für empfindlichste Hauttypen geeignet, LSF 30: „Sonnencreme“ von Lavera, ca. 6 Euro.

Hautberuhigendes Vitamin E steckt in dem handtaschentauglichen Stift, LSF 30: „Sonnenschutz für Gesicht und Lippen“ von Ladival, ca. 10 Euro.



Hautpflege

Blockiert Infrarotstrahlen, die den Kollagen-Abbau fördern, LSF 20: „Global Defense Cream“ von Dr. Schrammek, ca. 48 Euro.

Wehrt Hautstress ab, LSF 15: „Feuchtigkeitsspendende Tagescreme“ von Nivea, ca. 5 Euro.

Schützt mit Wildthymian-Extrakt vor Hautschädigungen, LSF 15: „Benefiance Wrinkle Resist 24“ von Shiseido, ca. 78 Euro.



DNA-Schutzschild

ABWEHRSYSTEM
Dieser Sun Primer wird vor dem Sonnenbad aufgetragen und neutralisiert hautstressende freie Radikale, die durch UV-Strahlung entstehen. Erhältlich in den Galeries Lafayette, Berlin oder über Tromborg.com, ca. 85 Euro.

