

JUGENDLICHES AUSSEHEN

Flüchtigkeitsiger Teint, keine Flecken, keine Ränder, jugendliche Ausstrahlung, glatte Haut oder vollere Lippen. Kein Problem, selbst wenn die biologische Uhr etwas anderes sagt! Das Geheimnis dafür steckt im Detail, denn gegen alle Spuren des Alters gibt es einige Tricks.

50+

einmal im Jahr

Die Hautalterung ist ein natürlicher Prozess, der sich über die Jahre hinweg vollzieht. Ab dem 50. Lebensjahr verliert die Haut an Elastizität und Feuchtigkeit, was zu Falten und anderen Zeichen der Alterung führt. Dennoch gibt es viele Möglichkeiten, die Hautalterung zu verlangsamen und die Haut gesund und strahlend zu halten.

Beispielreihe mit Spezialpflege und optischer Täuschung, ganz ohne operativen Eingriff. Zwar allerdings ein paar wissenschaftliche Informationen, die helfen, unsere Haut besser zu verstehen.

Durch die Hormonumstellung verringert sich ab 50 die Spannkraft und unsere Oberhaut wird dünner. Die Elastin- und der Feuchtigkeitsspeicher sind reduziert. Sie kann Wasser und Mineralstoffe wie Magnesium, Kalzium oder Phosphor nicht mehr optimal speichern. Das Ergebnis ist ein Vitalitäts- und Ausstrahlungsverlust. Aus Fältchen werden ab jetzt Falten.

Die Hautalterung zeigt sich allerdings nicht nur in der verstärkten Faltenbildung, sondern auch mit Rötungen, Empfindlichkeit und Veränderungen im Pigmentsystem. Zudem ist unsere Haut weniger dicht und straff. Die Falten, insbesondere um die Nase und den Mund herum, werden immer deutlicher. Die Haut am Hals, Dekolleté und den Händen ist meist fängiger als die im Gesicht. Erste Altersflecken entstehen, wobei die Konturen am Hals und Kinn verschwimmen – es kann sich jetzt schnell ein Doppelkinn ausbilden.

Schleichender Prozess

Der Hautalterungsprozess ist ein schleichender Prozess, der sich über Jahrzehnte zieht. Wie schnell jemand altert, bestimmen neben den Genen vor allem äußere Einflüsse: Sonnenlicht, Zigarettenrauch, Alkohol, wenig Schlaf und schlechte Ernährung setzen der Haut zu. Übrigens sind UV-Strahlen bis zu 85 Prozent die Ursache von Falten. Der tägliche Sonnenschutz muss deshalb unbedingt höher ausfallen, weil die Haut nun weniger Pigmente zum Schutz bildet und auch langsamer braun wird. Die Tages- und Nachtpflege sollte Anti-Aging-Substanzen wie Retinol, Vitamin C oder das Coenzym Q10 enthalten. Sie alle kurbeln die Kollagenbildung an und eben dadurch die Haut. Hyaluronsäure füllt der Haut, Wasser zu binden, und macht sie praller und glatter. Vitamin E in der Pflegecreme fängt Freie Radikale, die, wenn sie nicht durch spezielle neutralisiert werden, grossen Schaden anrichten, die sogar Hautkrebs begünstigen. Wöchentliche Peelings und Masken reinigen die Haut ganz wunderbar und verfeinern die vorgedehnten Poren. Ausserdem wirken die Special-Cremes gegen Pigmentflecken, nicht nur im Gesicht, sondern auch auf den Händen. Wie heisst es immer: Das Alter einer Haut erkennt man am Hals und an den Händen.

Darum bedeuten veränderte Hautbedürfnisse auch besondere Pflege und Produkte. Hierzu nun einige Tipps, die prima helfen, unsere Haut ab 50 jugendlich aussehen zu lassen. Beginnen wir mit dem Tor zur Seele, den Augen. Wenn wir zusammenschauen, wie oft wir täglich zwinkern, dann kommen 30 Minuten zusammen und wenn wir jetzt noch die Sonnentage mit dem Zusammenkneifen der Augen bedenken, hinterlässt die Augenpartie neben den Lippen, die meisten Mimikfältchen. Im Sommer sehen wir das sehr deutlich an den weissen Strichen, neben den gebräunten Zonen unter dem Auge. Das sind Falten, die bleiben, bedingt durch die UV-A-Strahlung, welche eine Verhärtung des Kollagen- und Elastin-Fasernetzes verursacht. Unvermeidlich ist darum stets die Augenpflege, denn speziell diese Partie ist sehr empfindlich und hat kaum Unterhautfettgewebe. Spezielle Eye-zone-Produkte legen sich deshalb wie eine Füllmasse in die Linien und halten sie elastisch. So können sich Augenfalten nicht so schnell einbrennen und erscheinen nur im Moment der mimischen Bewegung, glätten sich dann allerdings gleich wieder.

Ähnlich bei den Lippen, die haben im Gegensatz zur Augenpartie so gut wie keinen eigenen Schutz und sind darum besonders auf unsere Hilfe angewiesen. Wer gerne Kläuschen verollt, gerne lacht oder weilschicht raucht, muss besonders auf die Lippenkontur achten. Andernfalls wirken die Lippen irgendwann immer schmäler und der Lippenschminkt hält nicht lange dort, wo er aufgetragen wurde. Ideal sind Produkte mit Füllfekt, sie puffern die Lippenfältchen auf und lassen den Mund praller wirken und der Lippenschminkt hält super.

BEAUTY-TIPP

DIOR Capture R60/80 intensive
Winkle Filler for Lip Contour:
Gel-Serum zur Korrektur von Fältchen
rund um die Lippen.

HELENA RUBINSTEIN Collagenist
Lip Zoom mit pro-XIII; Kollagen-
Mikrogelächchen dringen in die
Lippenfältchen ein und quellen auf.

