

Pflegen, Reinigen, Peelen

Häufige Fehler bei der Hautpflege sind falsche und schlechte Reinigung. „Tägliche Reinigung morgens und abends, danach wirksame Pflege“, rät Ulrike Pilger, Fachärztin für Dermatologie und Venerologie. Dabei muss natürlich auf die jeweilige Hautbeschaffenheit und das Alter geachtet werden. „Monatlich sollte man die Haut durch Peelings von abgestorbenen Zellen befreien.

Kümmert sich in jüngeren Jahren noch das körpereigene Regenerationsystem alle 28 Tage um ein frisches Hautbild, so verlangsamt sich ab dem vierten Lebensjahrzehnt der Regenerationsprozess um bis zu 80 Tage.“ Die Pflege sollte man darauf abstimmen.

Hautsache schön

Der frühe Vogel fängt den Wurm. Das gilt auch für die Hautpflege. „Reinigung ist nicht nur abends notwendig, sondern auch in der Früh. Über Nacht

Sammeln sich Giftstoffe und Schlacken an, die am Morgen sanft gereinigt werden“, gibt Hannelore Hölbling, von der Hannelore Hoelbling Parfumerie einen Expertentipp. Achten Sie also auf die richtige Balance für die Haut von innen und außen, damit Sie sich in ihr einfach wohlfühlen können. ■



» Viele machen den Fehler,
die richtige Reinigung
der Haut zu vernachlässigen. «

Hannelore Hölbling,
Hannelore Hoelbling Parfumerie