

Die ersten Sonnenstrahlen verwöhnen die Haut – unsere Nuxe-Kosmetikserie passt perfekt dazu! Die hochwertige Naturkosmetik gibt es ab April bis zu 30% günstiger aufgrund eines Sortimentswechsels! Jetzt schnell zugreifen!



Sonnige Frühlingstage und ein schönes Osterfest wünschen Ihnen Peter Distler und das Team der Apotheke im Gäubodenpark!

Ein Leben lang schöne Haut

Attraktivität und eine tolle Ausstrahlung sind keine Frage des Alters: Auch mit 60, 70 oder 80 Jahren kann sich gepflegte Haut sehen lassen. Gesunde Lebensgewohnheiten und hochwertige Apothekenkosmetik sind der beste Jungbrunnen.



Frau Lena Siedersbeck, PTA

Beim Thema Hautalterung denken viele jüngere Menschen vor allem an die liebenswert-runzeligen Gesichter der Großeltern – und sind davon überzeugt, sich in den nächsten Jahrzehnten nicht weiter mit Falten und schlaffer Haut beschäftigen zu müssen. Ein Irrtum! Fakt ist nämlich, dass der natürliche Alterungsprozess unserer Haut nicht erst mit 50 oder 60 Jahren losgeht, sondern schon viel, viel eher. Fältchen rund um Augen und Mund können sich bereits mit Mitte 20 zeigen, und rund um den 40. Geburtstag sind die feinen Linien, die unser Mienenspiel begleiten, meist unübersehbar.

Dass sich unsere Haut im Laufe des Lebens verändert und altert, können wir nicht verhindern. Die Schweiß- und Talgdrüsen reduzieren ihre Aktivitäten, es werden weniger hauteigene Feuchthaltefaktoren produziert, die Oberhaut wird dünner, der Zellstoffwechsel langsamer. Die Folgen werden früher oder später deutlich sichtbar: Unsere Haut verliert an Elastizität und Festigkeit, Falten entstehen. Sehr oft neigt reife Haut außerdem zu Trockenheit und reagiert immer empfindlicher auf Umweltbelastungen und ungünstige Pflegegewohnheiten.

Gute Gene?

Wie rasch die Haut altert, hängt einerseits von unseren Genen ab. Wenn Mutter und Großmutter kaum Falten hatten, ist die Chance groß, dass auch die eigene Haut lange glatt bleibt. Doch die Erbanlagen sind nicht die einzigen Faktoren, die über Jung oder Alt entscheiden. Ganz wesentlich wird die Hautalterung auch von Umwelteinflüssen und dem eigenen Lebensstil beeinflusst. Und das bedeutet: Wir haben es ein Stück weit selbst in der Hand, wie frisch und jung wir im Alter aussehen.

Das Beste, was wir ein Leben lang für unsere Haut tun können: Strapazen von ihr fernhalten – allen voran ein Übermaß an Sonnenlicht. Zu viel UV-Strahlung beschleunigt die Hautalterung, fördert Altersflecken und erhöht zudem das Hautkrebsrisiko. Ein zurückhaltender Umgang mit der Sonne beugt vor. Dazu gehört es auch, unbedeckte Hautstellen vor dem Aufenthalt im Freien gründlich mit geeigneten Produkten einzucremen: Tagescremes mit eingebautem UV-Schutz sowie hochwertige Sonnencremes mit hohen Lichtschutzfaktoren gibt es in Ihrer Apotheke.

Genug Vitamine?

Nikotin und ungesundes Essen lassen die Haut ebenfalls vorzeitig alt aussehen. Deshalb: Verzichten Sie aufs Rauchen und achten Sie auf eine ausgewogene, vitaminreiche Kost. Obst und Gemüse sollten reichlich auf dem Speiseplan stehen, denn die kalorienarmen Fitmacher liefern besonders viele Antioxidantien. Das sind Schutzstoffe, die hautfeindliche Sauerstoffmoleküle, sogenannte freie

Radikale, unschädlich machen können. Ebenfalls wichtig für pralle Haut: Anderthalb bis zwei Liter am Tag trinken, am besten Wasser sowie ungesüßte Früchte- und Kräutertees.

Gesunde Pflege?

Auch eine gute, auf den individuellen Hautzustand abgestimmte Pflege mit Beauty-Elixieren aus der Apotheke hält die Haut elastisch und jung. Eine gute Wahl für reife Haut sind Kosmetika, die natürliche Fette und wertvolle Feuchtigkeitsspender wie Glycerin, Harnstoff und Hyaluronsäure enthalten. Sie erhöhen das Wasserbindungsvermögen der Haut, sie wirkt wieder straffer und glatter. Zu den bewährten Anti-Aging-Stoffen, die in Tuben und Tiegeln stecken, gehören u.a. auch Antioxidanzien wie die Vitamine C und E sowie Peptide, die für ein Plus an Festigkeit sorgen können.

Tagescreme mit UV-Schutz, Nachtcreme und Augencreme bilden die Pflegebasis, intensiv pflegende Seren und Masken können die Schönheit mit geballter Wirkstoff-Power unterstützen. Viele Frauen entscheiden sich für apothekenexklusive Kosmetika aus einer Pflegeserie. Ist die Haut sehr empfindlich, sollten die Produkte ohne möglicherweise irritierende Substanzen wie Duft-, Farb- und Konservierungsstoffe auskommen. Einige Kosmetiklinien sind auch frei von Silikonen und Mineralölen.

Gründlich gereinigt?

Zur Systempflege der Haut gehört unbedingt eine sanfte, aber gründliche Reinigung – zum Beispiel mit Reinigungsmilch speziell für reife Haut. Gesichtswasser sorgt nach dem Waschen für parentiefe Sauberkeit und ein Plus an Frische. Dieser sogenannte Toner sollte ohne Alkohol auskommen, vor allem wenn die Haut trocken ist. Gut ist es in jedem Fall, sich beim Kauf von Reinigungs- und Pflegeprodukten in der Apotheke beraten zu lassen. •



Apotheke
im
Gäubodenpark



Anzeige

Unsere Nuxe-Kosmetikserie verlässt unser Sortiment!



Kommen Sie zu uns in die Apotheke im Gäubodenpark und greifen Sie zu, solange der Vorrat reicht! Nachlässe von bis zu 30%!