

Medium	Freundin
Ausgabe	15.03.2009
Verkaufte Auflage	539.882

beauty

Pflege-Perfektionisten 1 Stimuliert die Kollagensynthese: „Benefiance NutriPerfect Eye Serum“ von Shiseido, 90 Euro. 2 Mit Hyaluronsäure: „Anti-Age“-Augencreme“ von frei, 20 Euro. 3 Regt die Mikrozirkulation an: „Power Eye Glow“ von Laveré, 33 Euro. 4 Gegen Schwellungen: „Substiane Augen“ von La Roche-Posay, 23 Euro. 5 Polstert Fältchen auf: „Hyaluron-Filler Augenpflege“ von Eucerin, 22 Euro. 6 Mit Lifting-Effekt: „Aufpolsternde Anti-Falten Augenpflege“ von Dr. Caspari exklusiv für Diadermine, 20 Euro. 7 Mit organischen Pflanzenextrakten: „Anti-Age Augenpflege“ von Sanoflore, 25 Euro



Fältchen glätten

Linien und Fältchen werden zuallerst im Bereich um die Augen sichtbar. Derin diese gerade mal 25 Quadrat-zentimeter große Hautfläche ist ein echtes Sensibelchen: Nur einer halben Millimeter dick, so fein wie ein Blütenblatt, ist sie dreimal dünner als im übrigen Gesicht. Gleichzeitig mangelt es der Partie an stützendem Fettgewebe, Kollagen und Elastin, sodass Feuchtigkeit schneller verdunsten kann. Dabei muss die Haut hier täglich Schwerstarbeit leisten – das Auge ist nämlich ein echter Workaholic: Bis zu 20000-mal pro Tag bewegen sich die Lider auf und ab. Kein Wunder, dass die Spannkraft bereits mit Ende 20 abnimmt. Glättende Helfer gegen die unerwünschte Crinkle-Optik sind **Augencremes und -gels mit Wirkstoffen aus der Anti-Aging-Forschung**: Hyaluronsäure etwa bindet Feuchtigkeit und polstert Fältchen auf, Retinol und Pflanzenextrakte regen die Zell-erneuerung an und festigen das Bindegewebe, Vitamin C stimuliert die Kollagensynthese. Keinesfalls sollte man um die Augen normale Gesichtscemes auftragen; sie ent-halten oft sogenannte Kriechöle, die die Bindehaut reizen. Wichtig: Beim Cremieren nicht zerren oder rubbeln, die Pflege stattdessen ohne Druck mit dem Mittelfinger sanft von innen nach außen einklopfen.

Schwellungen mindern

Verquollene Augen nach dem Aufstehen? Der Grund ist meist ein Stau der Lympflüssigkeit. Das kann Ver-anlagung sein – oder die Auswirkung von zu viel Alkohol, zu salzigem oder einweißreichem Essen. Außerdem setzt nachts der Lidschlag aus, wodurch die Tränenpump-systeme praktisch stillgelegt werden und die Lymphe langsamer fließt. **Augenpflege mit Koffein, grünem Tee oder Algenextrakten entstaut das Gewebe.** Die Produkte am besten im Kühlschrank aufbewahren und morgens mit einer Trommelmassage rund um das Auge auftragen, das beschleunigt das Abschwellen.

Die Kälte fördert die Mikrozirkulation zusätzlich – die abschwellende Wirkung wird so verstärkt.

Augenschatten aufhellen

Dunkle Augenringe sind oft genetisch bedingt und treten unabhängig vom Alter auf. Es handelt sich um Blut-gefäße, die durch die dünne Haut hindurchschimmern. **Schlafmangel und Stress verstärken die bläulichen oder bräunlichen Schatten.** Grund: Der Sauerstoffgehalt im Blut nimmt ab, die Durchblutung wird gedrosselt, es kommt zu einem Blutstau in den Äderchen. Erste Hilfe bieten Concealer (eine Nuance heller als der Hautton). Langfristig gesehen helfen Cremes, die mit Extrakten von Kastanie, Mäusedorn oder Propolis die Durchblutung anregen und die Blutgefäße kräftigen.

Gönnen Sie Ihren Augen mal was Gutes

Schlupflider sanft straffen

Bei manchen sind Schlupflider angeboren (prominentes Beispiel: Claudia Schiffer), bei anderen entwickeln sie sich ab Mitte 30 aufgrund der nachlassenden Elastizität des Oberlidgewebes. Damit die Haut nicht überdehnt wird, sollte man vorbeugend vor allem beim Schminken sanft vorgehen und nicht reiben oder zerren. Stattdessen ein mit Reinigungsflüssigkeit getränktes Wattepad auf das geschlos-sene Lid legen, kurz einwirken lassen, dann von oben nach unten abwischen. Augencremes mit straffenden Wirk-stoffen wie z. B. **Silizium, Kalzium oder Flavonoide wirken wie ein sanftes Lifting.** Deutlich ausgeprägte Über-lider lassen sich durch eine Lidstraffung beseitigen. Der Eingriff dauert etwa eine Stunde und erfolgt ambulant unter örtlicher Betäubung. Kosten: ab ca. 2000 Euro.