

Clever

KOMBINIERT

Seren, Cremes oder Peelings: Beautyprodukte gibt es viele. Aber wissen Sie auch, welche **Inhaltsstoffe** besonders gut **miteinander harmonieren**? **IN** klärt auf!



„Intense Hydration Serum“ von Eve Lom, mit Hyaluron, ca. 115 Euro, douglas.de

HYDROPHOB + HYDROPHIL



„Vital Anti-Falten“-Tagespflege von Nivea, mit Arganöl, ca. 7 Euro

Beim Schichten von Produkten immer mit der leichtesten Textur beginnen und zuerst das feuchtigkeitsspendende Serum, dann die rückfettende Creme auftragen. Wasserlösliche Wirkstoffe wie Hyaluron (hydrophil) können fettlösliche Inhaltsstoffe wie etwa Arganöl (hydrophob) nämlich nicht durchdringen und so auch nicht mehr von der Haut aufgenommen werden.



„Intensive Wrinkle-Repair Retinol Serum“ von Paula's Choice, ca. 43 Euro, paulaschoice.de

RETINOL + VITAMINE

Bye-bye, Linien & Fältchen: Das Power-Antioxidans Retinol (Vitamin A) unterstützt die Reparaturprozesse der Haut über Nacht. In Kombination mit Vitamin E ist der Teint optimal gegen Zellschäden wie Pigmentflecken oder Kollagenabbau gewappnet.



Regeneriert: „Hydra Maximum Night Cream“ von Dr. med. Christine Schrammek, mit Vitamin E, ca. 37 Euro, schrammek.de

ÄTHERISCHES ÖL + EMULGATOR

Ein Aromabad dient der Entspannung und hilft Stress abzubauen. Für die perfekte Badewonne das ätherische Öl mit einem Emulgator mischen, beispielsweise pflanzliche Öle oder alternativ Milch oder Sahne. Dieser sorgt dafür, dass sich das Öl mit dem Wasser verbindet. In reiner Form würden die Duftstoffe des Öls eventuell zu Hautreizungen führen.



Rein pflanzlich: „Arganöl“ von Melita, ca. 19 Euro

„Lavendel fein“ Ätherisches Öl von Primavera, ca. 13 Euro

„Vitamin C Restructure 2-Phasen Konzentrat“ von Biodroga MD, mit Ascorbylpalmitat, ca. 49 Euro



ASCORBYL + MAGNESIUM



„Totes Meer Mineral Tagespflege“ von Frei Öl, mit Mineralien, ca. 24 Euro, in Apotheken

Mineralien unterstützen die Feuchtigkeitsregulation, die natürliche Zellregeneration sowie die Schutzfunktion der Haut. Magnesium etwa dient der Bekämpfung freier Radikale, die für die Hautalterung verantwortlich sind. Diese Schutzfunktion wird verstärkt durch Ascorbylpalmitat (stabiles Vitamin-C-Derivat) – ein besonders starkes Antioxidans.