

care

BY
REVIDERM

sommer
edition
2018

Exklusives Mitnahme-Exemplar

Top-Hotels an
der Waterkant

Der Norden
taut auf

Zu gewinnen: 5-Sterne-
Wochenende auf Sylt

**Keep
cool**

So bewahrt
man einen
kühlen
Kopf an
heißen
Tagen

**Neue
Serie:
Skinfood**

Das schmeckt der Haut
(und uns auch)

dossier

Mehr Balance für Haut & Seele

**Alles
im Lot?**

REVIDERM



**Wirkstoffe,
die unter die
Haut gehen.**

DERMOKOSMETIK
VERTRÄGLICH
& WIRKSAM
MADE IN GERMANY



30



49

68





Liebe Leserinnen, liebe Leser,

mit einem Eis in der Hand barfuß spazieren gehen, baden im klaren See und abends entspannt ein frisches Getränk im Biergarten genießen. Genauso stellen wir uns den perfekten Sommer vor. Dazu lächeln uns strahlende, von der Sonne zart gebräunte Gesichter an und grüßen höflich. Die Welt und Ihre Bewohner scheinen fast wie ausgewechselt, nichts erinnert an trübe Mienen oder gar graue Tage.

Dank guter Organisation

Wie man trotz Reisetress, karitativem Engagement und familiärem Programm im Gleichgewicht bleibt, verrät Prinzessin Lilly zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg. Ihr absolutes Must-have: der REVIDERM cellJET.

Für echte Coolness

Dr. Christoph Schick weiß als Leiter des Münchener Hyperhidrosezentrums, welche Hausmittel gegen Schwitzen helfen und wie man auch im Sommer einen kühlen Kopf bewahrt.

Mit großer Leidenschaft

Auch in diesem Jahr rollt der REVIDERM Hautversteh-Bus wieder durch die Lande. REVIDERM Eventmanagerin Sabrina Hüner, gibt Einblicke über den Alltag im Bus, verrät ob es den typischen Busbesucher überhaupt gibt und welche Bus-Ereignisse etwas Magisches an sich haben.

Aber nicht nur der Sommer und die Anzahl der energiebringenden Sonnenstunden verändern uns. Auch die Anzahl der Jahre, die hinter uns liegen. So stehen wir in der Jugend ganz anderen Aufgaben, aber auch Chancen gegenüber wie im Erwachsenen- oder hohen Alter. Und auch unsere Haut wird immer wieder mit neuen Herausforderungen konfrontiert. So hat sie je nach Lebensumstand mit Umweltbelastungen, Stress, aber auch Hormonumstellungen oder Fehlernährung zu kämpfen. Diese Reize von innen und außen gehen nicht spurlos an uns oder unserem größten Organ vorüber. Vielmehr wird die Belastung sichtbar in Form von Rötungen, Missempfindungen oder wiederkehrenden Unreinheiten. Was unsere Haut nun braucht, ist eine gezielte Unterstützung, um wieder in ihr Gleichgewicht zu finden.

Die care Sommeredition widmet sich daher vollumfänglich dem Thema der Balance. Wir zeigen Ihnen, wie man mit den richtigen Pflegemaßnahmen nicht nur junge Haut von Pickeln und Unreinheiten befreit, sondern auch die Barriere der reifen Haut wieder stärkt und so nachhaltig für ein perfektes Hautbild sorgt. Ausgewogenheit und Balance sind aber auch für Körper und Psyche wichtig. Inspirationen kann man sich im fernen Osten sowie im Norden holen.

Apropos Norden! Für unsere Relax-Strecke haben wir uns dieses Mal in der Region rund um Nord- und Ostsee sowie in Leipzig und Kassel umgesehen. Die elf ausgewählten Destinationen bieten viel in puncto Erholung, Entspannung, Aktivurlaub und kultureller Highlights. Vielleicht entdecken Sie darunter noch für sich das Passende für den Sommerurlaub oder einen schönen Kurztrip.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen der neuen Ausgabe unserer care und einen einzigartig schönen und sonnenverwöhnten Sommer, mit jeder Menge guter Laune und purem Hautglück.

Ihr Dominik Bauermeister
Vorstand REVIDERM AG

care

inhalt

intro

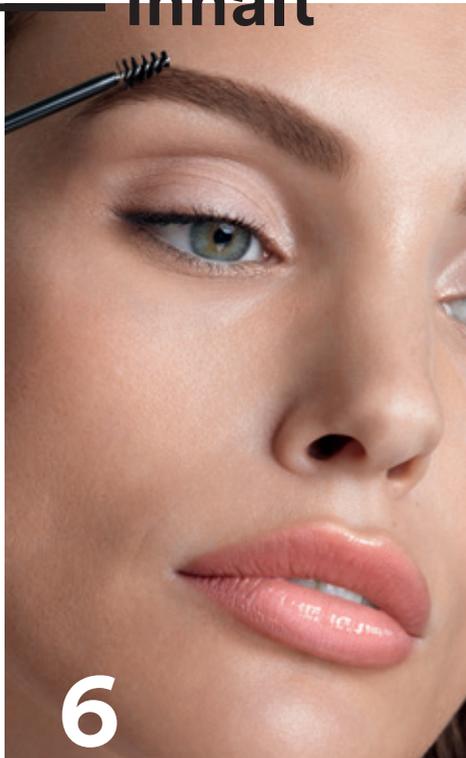
3 Editorial

6 News & stories

Wie wird der Sommer-Style perfektioniert, wie passen Rosengärten und Beauty-Treatments zusammen und was hat es mit „Shinrin Yoku“ auf sich?

10 Backstage

Hinter den Kulissen der Milano Fashion Week, mittendrin im Dreh zu „Shopping Queen“ und auf den Bildschirmen eines Porsche-Events



dossier

12 Alles im Lot!

Diese wechselhafte Welt bringt nicht nur die Haut aus dem Gleichgewicht

14 Loblied auf die Mitte

Balance halten, das Maß wahren – klingt doch verlockend? Viele Experten betrachten Ausgewogenheit als echten Glücksbringer

18 Unsere Haut gerät aus dem Gleichgewicht

Unreinheiten, Trockenheit, Entzündungen werden mehr. REVIDERM Trainerin Dagmar Schufra weiß, wie man die Haut wieder in Balance bringt

22 Alles klar!

Mit der richtigen Pflege gehören lästige Pickel und Komedonen der Vergangenheit an

24 Sehnsucht nach Stille

Es wird Zeit, endlich auf die Bremse zu treten und mit Slow-down-Tipps unseren hektischen Alltag anders zu gestalten

28 Balance fürs Gehirn

Wie wäre es mit ein bisschen Tap Dance? Nicht nur unser Gehirn profitiert von Koordinationsübungen

30 Sie hat den Dreh raus

So bleibt Prinzessin Lilly zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg im Gleichgewicht. Einer ihrer wichtigsten Begleiter: der REVIDERM cellJET





hautnah

34 Für die schönste Zeit des Jahres

Wir können vieles, was wir am Sommer lieben, auch nach den Ferien und abseits der Ferienorte genießen

36 So bleibt die Sommerlaune

Wie man mit kleinen Tricks das schöne Feeling bewahrt und damit die trüberen Herbsttage erhellet. Manchmal geht das einfacher als man denkt

42 Wow Brow

In nur vier Schritten zeigt REVIDERM Make-up Artistic Director Giovanni Fasiello, wie perfektes Augenbrauen-Konturieren funktioniert

44 Skinfood: Hirse

Schon vor 8000 Jahren wurde es für Fladenbrot genutzt, erstaunlich vielseitig zeigt sich das Spelzgetreide heute. Wie wäre es mit ein paar Anregungen?



relax

46 Auf ins Frische-Paradies

Die Copa Cabana, Ibiza und St. Tropez müssen sich warm anziehen ...

48 On the rocks

Mit Wärmflasche und lauwarmem Wasser einen kühlen Kopf bewahren? Klingt seltsam, funktioniert aber

50 Neues aus dem Norden

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah. Elf Destinationen im Norden Deutschlands

hautversther

62 Insights, People, Ansichten

Haut ist einfach ein Wunder – und es ist ein Geschenk, für dieses Wunder zu arbeiten

64 Es lebe die Abwechslung

Wer in der Kosmetikindustrie arbeiten will, kann sich hier inspirieren lassen

66 Eine Welt voller Sensibelchen

Es wird Zeit, sich dem Thema neurosensitive Haut zu widmen. Erste Antworten hat Dr. Sabine Gütt

68 Tournee mit Tuchföhlung

care nahm auf dem Beifahrersitz des REVIDERM Hautversther-Busses Platz

70 Gut gemacht

Jana Dobric hat einen Traumjob aufgegeben, um ein REVIDERM Institut zu eröffnen. Ein Glück!

74 Kolumne

REVIDERM Make-up Artistic Director Giovanni Fasiello blickt in den Norden Europas, um die Glücksfomel zu finden

IMPRESSUM: Herausgeber: REVIDERM AG, Robert-Bosch-Str. 7, D-82054 Sauerlach, Tel. +49 (0) 8104/8873-0, Fax +49 (0) 8104/8873-999 | **Chef vom Dienst:** Ulrike Münchenberg (REVIDERM) | **Redaktionsleitung:** Raffaella Benz (REVIDERM) | **Text:** Angelika Brodde, Giovanni Fasiello (REVIDERM), Raffaella Benz (REVIDERM), Dr. Sabine Gütt, Marina Jagemann (www.marinajagemann.com) | **Bildredaktion:** Anne Pursche (REVIDERM) | **Art-Direktion:** Anne Pursche (REVIDERM) | **Grafik:** Daniel Heller, Büro für Gestaltung (www.danielheller.de) | **Fotos:** Shutterstock.com, iStock.com | **Anzeigenleitung:** Raffaella Benz (REVIDERM) | **Lektorat:** Christiane Wechselberger | **Druck:** G. Peschke Druckerei GmbH, Taxetstr. 4, D-85599 Parsdorf | **Copyright:** REVIDERM AG, www.reviderm.com | **V.i.S.d.P.:** Dominik Bauermeister, REVIDERM AG, Robert-Bosch-Str. 7, D-82054 Sauerlach | Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Abbildungen ähnlich.



news & stories

FRISCH ZUSAMMENGETRAGEN: TRENDS & TIPPS AUS DER WELT VON SCHÖNHEIT, MODE UND LIFESTYLE. LASSEN SIE SICH INSPIRIEREN!

Der richtige Rahmen

Es kommt im Leben nun einmal auf die Details an – auch beim Make-up. Da sind die Augenbrauen eins der Details, die mit etwas Know-how und den richtigen Helfern wahre Schönheit groß herausbringen. Mit dem neuen Brow Styler setzt das REVIDERM skincare-inspired make-up die Augenbrauen in Szene: Der Brow Styler sorgt für volle und definierte Augenbrauen. Erhältlich in transparent oder einer der drei Farbnuancen.

Neu



Neu

Glänzender Auftritt

Ob in Kombination mit einem Hauch Lippenstift oder pur, Glossy Lips sind ein Muss für Sommertage (und -nächte) – schließlich betonen sie den sonnengeküssten Teint ganz natürlich. Der neue Mineral Lacquer Gloss Crystal Clear von REVIDERM sorgt für solchen Glanz. Zudem schenkt er Glätte und unwiderstehliche Geschmeidigkeit: Ein hoher Anteil Hyaluronsäure spendet Feuchtigkeit und sorgt für maximales Volumen.

Klick gegen Handy-Blaulicht

Besonders stark ist die Handy-Emission von schädlichem HEV-Licht im Blaulichtbereich zwar nicht, trotzdem bereitet sie der Haut Stress – ganz einfach, weil wir das Handy naturgemäß dicht ans Gesicht halten. Ein Klick hilft: In den Einstellungen im Unterpunkt Helligkeit & Licht auf Night Shift gehen, dann leuchtet das Display in hautfreundlichem Sepia.



Generation Selfie

Social Networks stellen unsere Körperwahrnehmung auf den Kopf: Immer mehr Ärzte berichten von jungen Frauen, die mit retuschierten Selfies als Vorbild für einen ästhetischen Eingriff vorsprechen. Dr. Murat Dağdelen, Düsseldorfer Facharzt für Ästhetische Chirurgie, nennt diese Gruppe „Selfinisten“. Zu den „abstrusen Vorstellungen“ der Patientinnen gehören etwa überdimensionierte Bambi-Augen und Schlauchbootlippen.

Kopfsache

Man kann sie sich vor den Mund binden (Bankräuber), um den Hals (Cowboys) – oder ins Haar. Nur wie? Stylist Robert Mrosek zeigt auf www.friseur-und-beauty.de, wie mit Bandanas Easy Updo, Chignon und Zopf gelingen. Das hübsche gelbe Bandana gibt's für 69 Euro im Mykke Hofmann Store, München. Der Erlös wird gespendet.



New place to be

Seit März 2018 kann man in den größten historischen Rosengärten Niedersachsens nicht nur über 500 Sorten der wohlduftenden Blumen entdecken, sondern sich auch in einem einzigartigen Ambiente der Hautgesundheit widmen. Möglich macht das Frau Marion Lichterbeck-Heun mit ihrem Kosmetikinstitut „Medical Dermo“.



MEDICAL DERMO

Klimatisiert und schallisoliert bietet sie auf 34 qm in zwei Behandlungsräumen alles, auf was es in Sachen Beauty ankommt. Von apparativen Anwendungen wie Micro-Needling, Mikrodermabrasion und Ultraschall über die hautzustandsgerechte Pflege mit REVIDERM Produkten bis hin zum effektvollen Finish mit dem skincare-inspired make-up. „Ich freue mich sehr, dass wir so viele Besucher der Gärten für die Dermokosmetik begeistern können“, berichtet die ausgebildete Fachkosmetikerin. Das verwundert nicht, denn so einzigartig wie jede Rose ist auch jedes Hautbedürfnis. Das Setting ist damit perfekt.

Hautschmeichler

Tags schützen, nachts nähren, das ist das Grundprinzip nachhaltiger Hautpflege. Das neue REVIDERM collagen boost & anti-pollution set ist perfekt auf diesen Rhythmus und die Bedürfnisse der Hautzellen abgestimmt und sorgt so für ein perfektes 24-Stunden-Hautpflegeprogramm. Dank Hightech-Peptid festigt das recharge day fluid die Haut und glättet Fältchen, der Sebu Control Komplex N reguliert im recharge night fluid den Hautglanz und lindert Entzündungen.

Ideale Ergänzung: die REVIDERM calming hydro mask, die die Barrierefunktion stärkt und ausgleichend wirkt. Jetzt für kurze Zeit erhältlich bei den REVIDERM Hautexpertinnen und -experten:

www.reviderm.com/institute/institutsfinder.html



Jetzt das limitierte Set ausprobieren.

backstage

Make-up-King trifft Shopping Queen

Für die bekannte TV-Sendung „Shopping Queen“ durfte REVIDERM Make-up Artistic Director Giovanni Fasiello eine der Münchener Kandidatinnen stylen. Im Friseurstudio CRUZAR Hairdesign kamen das skincare-inspired make-up sowie REVIDERM Pflegeprodukte (z.B. hyaluron hydro balance HD) zum Einsatz. Ausstrahlung erfolgt voraussichtlich im Sommer 2018.



Real Milano Fans

Für die BVLGARI Feier im Rahmen der Milano Fashion Week 2018 wollte REVIDERM Markenbotschafterin Prinzessin Lilly zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg natürlich nicht auf ein REVIDERM Styling verzichten. Wie praktisch, dass Make-up Artist Giovanni Fasiello in Italien wohnt und direkt zu Hilfe eilte. Danach ging es gemeinsam auf die Party.

Fotos: Giovanni Fasiello | Make-up: Giovanni Fasiello



love my lips

Die US-amerikanische R&B-Sängerin und Songwriterin Truth Hurts zeigt auf ihrem Instagram-Kanal stolz auf ihrem Lippenstift in knalligem Orangerot, den REVIDERM Mineral Boost Lipstick Golden Ginger.





Vollgas

Dass die Marken REVIDERM und Porsche perfekt zusammenpassen, wurde auf dem Event „Aufgebrezelt“ im Porschezentrum Olympiapark München bewiesen. Stefanie Fröb, Institutsinhaberin des DERMA Instituts, und das REVIDERM Event-Team freuten sich über die zahlreichen Gäste und verteilten Goodie-Bags sowie Infos zu den dermo-kosmetischen Behandlungen.



Tütenstopp statt Boxenstopp: Für jeden Gast gab es ein Goodie-Bag. Mit im Bag: die REVIDERM collagen eye pads sensitive+.



Gut besucht: Bei Häppchen und Sekt wurden die schönen Karosserien und hochwertigen Pflegeprodukte bewundert.

In guten Händen

Vertrauensvoll und entspannt begab sich REVIDERM Vertriebs-Direktor Christian Behr im Rahmen des Diamond Club Abends in die Hände der Area Managerin Ervina Dizdarevic. Neben der Live-Demo gab's für die interessierten Fachkosmetikerinnen auch wichtige Hintergrundinformationen zum Thema Micro-Needling.



Einmal Durchblättern bitte: Zusammen mit dem Fachverlag BEAUTY FORUM wurde die Fachveranstaltung organisiert.



Im Partnerlook

XXL-Sunglasses, schlammfarbener Mantel und schwarzes Oberteil... so trendbewusst erschienen Prinzessin Lilly zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg und REVIDERM Make-up Artistic Director Giovanni Fasiello auf der BEAUTY Düsseldorf.

dos sier **Alles im Lot!**

Denken Sie auch
manchmal, die Welt
geriete aus den Fugen?
Kein Wunder, wenn
auch das Gleichgewicht
von Haut und Seele
leidet. Doch wir können
uns helfen

Eigentlich ist es kein Wunder. Auf der einen Seite ändert sich alles, selbst das Klima. Das Internet macht in kürzester Zeit aus ganz normalen Menschen Instagram-Millionäre, weltweit schießen politische Brandstifter aus dem Boden, internationale Systeme und Allianzen geraten ins Wanken. Und auf der anderen Seite finden ausgewogene Ernährung, Work-Life-Balance oder die Sehnsucht nach Stille und Natur mehr Fans als je zuvor.

Betrachtet man Gleichgewicht aus dermocosmetischer Sicht, so steht eins fest: Auch Haut im Gleichgewicht wird zur Seltenheit. Wie gereizte, plötzlich unreine oder barrieregestörte Haut wieder zurückfindet zur gesunden Balance, wird ab Seite 18 thematisiert. Seite 22 und 23 widmen sich der jungen Haut, die unter Unreinheiten leidet, und ab Seite 30 verrät Prinzessin Lilly zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg, wie sie trotz prallvollem Termin-

kalender sich und ihre Haut im Gleichgewicht hält. So viel sei verraten: Der REVIDERM cellJET spielt eine Rolle.

Dass uns manchmal ausgerechnet die Sehnsucht nach Glück das Glück verbaut, lernen wir ab Seite 14 von Glücksforschern. Auch wenn es weltweit ganz unterschiedliche Ansätze und Theorien gibt, in einem sind sich die Forscher einig: Gleichgewicht macht sehr, sehr glücklich.

Dass unser Gehirn auch als Organ von Gleichgewicht profitiert und wie wir es trainieren können, ist Thema auf Seite 28. Ab Seite 24 geht's nur um Gefühle. Wir laden dazu ein, Street-Zen kennenzulernen, eine neue Methode für mehr Balance im Alltag.



Unsere Haut gerät aus dem Gleichgewicht

Blickt man sich in der Stadt, auf Veranstaltungen oder bei Freunden mal um, wird offensichtlich, was viele Hautexperten schon lange konstatiert haben: Immer mehr Frauen zwischen 35 und 60 Jahren leiden an unreiner Haut. Pickel sind damit nicht mehr eine Frage des Alters. Woran das liegt und was man dagegen tun kann, erklärt die REVIDERM Hautexpertin Dagmar Schufla im Interview

Früher dachte man, dass Pickel und Unreinheiten nur in der Pubertät ein Thema seien. Warum sind Hautunreinheiten heute keine Frage des Alters?

DS: Der Haut ist es egal, in welchem Alter sie Stress, Umweltbelastungen, Stickstoffoxiden und Feinstaub ausgesetzt ist. Gerade bei berufstätigen Frauen spiegeln sich außerdem die Doppelbelastungen von Job und Familie auf der Haut wider. Vor allem Frauen neigen ja dazu, für alles und jeden die Verantwortung zu übernehmen. Bei Anspannung werden verstärkt Stresshormone ausgeschüttet, die wiederum die Produktion der Talgdrüsen anregen.

Erschwerend kommt hinzu, dass sich der Hormonhaushalt verschiebt: Frauen kommen früher in den Wechsel. Während man früher davon ausging, dass die Menopause ab 50 Jahren oder mit etwa 60 eintritt, haben heute auch schon 40-Jährige damit zu tun.

Auch von generellen hormonellen Veränderungen ist die Rede. Was genau steckt dahinter?

DS: Meines Erachtens werden Frauen immer männlicher, leiden also unter zu vielen Androgenen, und Männer werden immer weiblicher. Ihre Körper schüttet zu viele weibliche Hormone (Östrogene) aus.

Hat man es bei Unreinheiten immer mit einer Überproduktion der Talgdrüsen zu tun?

DS: Ja, Unreinheiten wie Komedonen und Pusteln korrelieren de facto mit der Synthese der holokrinen Talgdrüsen. Im Kosmetikinstitut sieht man aber nicht

nur die Folgen von einer Überfunktion der Talgdrüsen, sondern auch oft das genaue Gegenteil: eine mangelnde Produktion von Lipiden. Auch dadurch kann die Haut sehr stark aus ihrem Gleichgewicht geraten.



Zur Person – Dagmar Schufra

Die staatlich geprüfte Kosmetikerin gehört seit 2012 zum REVIDERM-Team. Sie begann als Area Trainer und stieg so begeistert ins Thema Schulung ein, dass sie schon 2013 zur Seminarleiterin wurde. Seit Anfang 2017 sorgt Dagmar Schufra mit viel Sachkenntnis und Begeisterung für die REVIDERM-Anwendungen und einer großen persönlichen Euphorie als Trainer national für volle Schulungsräume.

Wie erkennt man, dass die Haut aus dem Gleichgewicht geraten ist?

DS: Meistens gibt der gesamte Körper versteckte Hinweise. Symptome sind zum Beispiel Haarausfall oder Haarwachstum an Stellen, an denen man keine Haare haben möchte. Die Haut ist gerötet, schuppig und der Betroffene leidet unter Missempfindungen. Ein weite-

”
Eine normale Haut, die komplett im Gleichgewicht ist, stellt heute definitiv eine Ausnahme dar.
“

Dagmar Schufra

res Merkmal können Gefäßerweiterungen, also Couperose sein. Wird die Haut nicht richtig versorgt, erscheint der Teint fahl und grau.

Erkennt man als Fachkosmetikerin sofort, dass die Haut aus der Balance geraten ist?

DS: Das erkennt man sehr schnell. Da reicht bei vielen Betroffenen allein schon die Berührung beim Reinigen. Und schon reagiert die Haut mit Rötungen – ein absolutes Zeichen für Überempfindlichkeit. Dann folgt die Anamnese, um genauer zu beleuchten, warum die Haut aus der Balance geraten ist. Auslöser können ja auch Medikamente oder Schilddrüsenprobleme sein. In diesem Zusammenhang kommt wieder das Thema Hormone ins Spiel. Immer mehr Frauen sind nach der Menopause auf Schilddrüsenhormone angewiesen.

Gibt es SOS-Maßnahmen?

DS: Ja, da setzen wir bei REVIDERM auf drei Wirkstoffe: Auf das antibakteriell wirksame Mikrosilber, das z.B. im REVIDERM calming silver spray steckt. Auf den anti-entzündlich wirkenden Weihrauch (z.B. im REVIDERM recharge day fluid) und auf Juckreiz und Missempfindung lindernde Wirkstoffe wie Wilden Indigo (im REVIDERM purifying tonic).

Wie sehen langfristige Pflegelösungen aus? Wo kann man ansetzen?

DS: Das oberste Ziel ist es, die Hautbarriere zu stabilisieren. Das gelingt vor allem, indem man auf Produkte zurückgreift, die auf der Basis des Derma-Membrane-Systems entwickelt wurden. Bei dem Derma-Membrane-System handelt es sich um eine Cremegrundlage, die auf hautidentischen Lipiden basiert. Das sind Fette, wie sie auch in der Oberhaut vorkommen.



Haut in guten Händen: Die Fachkosmetikerin hilft, wenn die Hautbarriere leidet

Intakte Haut speichert Feuchtigkeit, und die Barrierschicht ist dafür sozusagen der Deckel. Bildlich gesprochen: Wenn man sich einen Kochtopf mit Wasser vorstellt, dann verhindert der Deckel, dass das Wasser verdunstet. Sollte der Deckel nicht richtig sitzen oder vielleicht gar nicht mehr vorhanden sein, hat der Kochtopf früher oder später kein Wasser mehr. Genauso verhält es sich mit unserem Feuchtigkeitshaushalt und unserer Hautbarriere. Wenn dieser Zustand zu lange anhält oder zu massiv ist, trocknet die Haut aus. Oberste Priorität bei der Pflege hat also die Hautbarriere.

Spielt es eine Rolle, wie viel man trinkt?

DS: Natürlich hat das Trinkverhalten einen großen Einfluss auf unsere Hautgesundheit. Gemäß aktueller Empfehlungen sollte man mindestens zwei Liter am Tag trinken. Denn der Wasserhaushalt beeinflusst maßgeblich das Zellvolumen, den Turgor und die Aktivität von Enzymen, die ihrerseits das notwendige Barrierematerial umbauen, das für die Hautabdichtung und den Schutz vonnöten ist.

Aber zwei Liter Wasser reichen nicht.

DS: Nein, es muss gepflegt werden, und da reicht nicht nur ein Feuchtigkeitsserum. Das kann die Haut oft gar nicht halten. Besser ist, erst ein Serum aufzutragen und darüber eine Creme auf der Basis des Derma-Membrane-Systems.

Welche Pflege empfehlen Sie konkret?

DS: Als Feuchtigkeitsserum bietet sich das REVIDERM hyaluron hydro balance HD an. Bei stark irritierter Haut ist der REVIDERM pH manager sehr hilfreich. Als Abschlusspflege sind für reife Haut, die aus dem Gleichgewicht geraten ist, jeweils die Tages- und Nachtpflege der REVIDERM barrier repair Produkte sowie der recharge Produkte geeignet. So stärkt die REVIDERM barrier repair day z.B. nicht nur die Schutzfunktion der Hautbarriere, sondern erhöht mit einem neurokosmetischen Anti-Stress-Komplex auch den Hautkomfort. Die dazu passende Nachtpflege wirkt zudem noch mit Anti-Aging-Peptiden über Nacht gegen Linien und Fältchen. Beim REVIDERM recharge day fluid beugen Weihrauchextrakte direkt Rötungen, Entzündungen und Unreinheiten vor. Im recharge night fluid reguliert der Sebum Control Komplex N die übermäßige Talgproduktion während des Schlafs, Entzündungen und Unreinheiten wird entgegengewirkt.

Wie lange dauert es, bis die Haut wieder in der Balance ist?

DS: In der Regel geht man von mindestens drei Monaten aus. So lange sollte man der Haut Zeit geben, sich zu regenerieren.

Kann man den Prozess auch durch geeignete Nahrungsergänzungsmittel unterstützen?

DS: Ja, auf jeden Fall. Besonders wichtig ist zum Beispiel Zink, was in den Nutricosmetics REVIDERM OPC age control und in skin-hair-nail care mit je 10 mg enthalten ist. Weiterhin wirkt der Wirkstoff OPC gefäßwandstärkend und schützt als Antioxidans Haut und Gefäße vor dem Angriff freier Radikale.

Wie viele Frauen leiden Ihrer Meinung nach unter einer Haut, die aus dem Gleichgewicht geraten ist?

DS: Genaue Zahlen liegen mir nicht vor. Eine normale Haut, also eine Haut, die komplett im Gleichgewicht ist, stellt aber heute definitiv eine Ausnahme dar. Das verwundert aber auch nicht, wenn man bedenkt, wie vielen Einflüssen wir heutzutage ausgesetzt sind.



Für schnelle Hilfe: REVIDERM calming silver spray lindert als beruhigendes SOS-Spray Juckreiz, mildert Missempfindungen und besänftigt gereizte Haut.

Für den Feuchtigkeits-Boost: Das hyaluron hydro balance HD ist ein intensiv hydratisierendes Konzentrat mit Plumping-Effekt.

Drei Wege, um Haut wieder in Balance zu bringen

Hautbarriere stärken

REVIDERM barrier repair day: Hautidentische Lipide stärken die Schutzbarriere und verringern Feuchtigkeitsverlust. Ein neurokosmetischer Anti-Stress-Komplex beugt Irritationen vor.

REVIDERM barrier repair night: reparierende, straffende Nachtcreme. Hautidentische Lipide und ein Anti-Stress-Komplex bringen die Haut wieder in die Balance. Anti-Aging-Peptide regenerieren über Nacht, glätten Linien und Fältchen.

Entzündungen und Irritationen vorbeugen

REVIDERM recharge day fluid: Leichtes, regulierendes Tagesfluid mit Anti-Pollution-Effekt. Der Toxless-Komplex neutralisiert Toxine und schützt so aktiv vor Umweltbelastungen und vorzeitiger Hautalterung. Weihrauchextrakte beugen Rötungen, Entzündungen und Unreinheiten vor. Der Effekt: Unreinheiten werden reguliert, die Haut ist optimal geschützt und erscheint sichtbar verjüngt.

REVIDERM recharge night fluid: leichtes, ausgleichendes Nachtfluid mit Kollagen-Booster. Der Sebum Control Komplex N reguliert eine übermäßige Talgproduktion während des Schlafs, hemmt Entzündungen und wirkt Unreinheiten entgegen. Gleichzeitig stimulieren Peptide den Kollagenaufbau, festigen die Hautstruktur und reduzieren Linien und Fältchen.

Beruhigen und entgiften

REVIDERM silver detoxifying mask: ausgleichende Maske mit antibakterieller Wirkung. Die Kombination aus Mikrosilber und hautidentischen Lipiden lindert Missempfindungen und Juckreiz und lässt Unreinheiten schneller abklingen. Die besonders hautverträgliche Maske, stärkt die Widerstandskraft der Haut und befreit von Schadstoffen.

REVIDERM calming hydro mask: Beruhigende Crememaske zur Wiederherstellung der Hautbalance. Hautidentische Lipide stärken die Barriere- und Schutzfunktionen der Haut, verbessern die Feuchtigkeitsversorgung nachhaltig und stellen das natürliche Gleichgewicht wieder her.

Praktisch im Set – ideal zum Kennenlernen

skin regulation solutions barrier repair care

Das Miniatureset stärkt die natürliche Hautschutzbarriere und bringt sie in Balance. Mit REVIDERM décolleté perfection (15 ml), eye C perfection (5 ml), collagen eye pads sensitive+ (1 Stk) sowie barrier repair day (15 ml) und barrier repair night (15 ml).



Alles klar?

Pickel tauchen oft genau dann auf, wenn man sie am wenigsten gebrauchen kann, zum Beispiel vor einem Date. Gerade Jugendliche greifen dann zur falschen Pflege. Was wirklich hilft – und welche Treatments kleine Wunder bewirken



Ist die Haut erst einmal aus ihrem Gleichgewicht geraten, lassen erweiterte Poren und Verhornungsstörungen nicht lange auf sich warten. Dabei ist zwischen zwei unterschiedlichen Ausprägungen zu unterscheiden: Dem stumpf-trockenen Hautbild, in der Fachsprache auch seborrhoe sicca genannt, welches festsitzende Mitesser, Schuppen und eine deutlich erhöhte Empfindlichkeit aufweist, sowie die ölig-glänzende Variante (seborrhoe oleosa) mit entzündlichen Unreinheiten und der Neigung zu Akne. In beiden Fällen ist jedoch die Hyperaktivität der Talgdrüsen für die unschönen Pickelchen verantwortlich. Bei Talgdrüsen handelt es sich um exokrine Drüsen, die ihr

Während die Talgdrüsen im Normalfall die Haut schützen, gehen mit ihrer Hyperaktivität unschöne Unreinheiten einher. Zu einer verstärkten Produktion wird die Talgdrüse durch Androgene (Sexualhormone) angeregt. Diese Androgene werden unter anderem durch Stress getriggert. Dass die Ernährung eine Rolle spielt, ist unumstritten und heute belegt. Tatsache ist, dass alles, was den Insulin-Wachstumsfaktor (IGF-1) ansteigen lässt, wie zum Beispiel Kuhmilchprodukte, Zucker bzw. insulinotrope (also die Insulinausschüttung steigernde) Lebensmittel, Mitesser (Komedonen), Entzündungen und Hautirritationen verursachen kann. Auch beim Rauchen ist an den Fakten nicht zu rütteln: Erwiesen ist, dass Nikotin die Talgdrüsen anregt.

Greift man dann noch zur falschen Tube, sind die Hautprobleme programmiert. Schon allein zu fette Pflegecremes oder unsachgemäße Reinigung tun dem Hautbild nicht gut. Optimal: die tägliche Grundreinigung mit speziell abgestimmten Produkten. Bei der feuchtigkeitsarmen und fettreichen Haut eignet sich vor allem die REVIDERM gentle cleansing milk sowie als Tonic der REVIDERM gentle pH balancer. Bei ölig-glänzendem Hautbild der REVIDERM cleansing foam sowie als Tonic ebenfalls REVIDERM gentle pH balancer oder REVIDERM facial cleanser. Die nachfolgende Pflege kann dann ihre Wirkung besonders gut entfalten.

Doch auch die beste Pflege nützt nichts, wenn man sich nicht an das oberste Pflegegebot hält: Pickel nie ausdrücken. Bei schmutzigen Fingern und zu starkem Druck (was meist der Fall ist) breitet sich die Entzündung aus, im schlimmsten Fall entstehen Narben. Besser: Regelmäßig zu einem REVIDERM Hautexperten gehen, die Investition lohnt sich. Erst recht, weil die Experten speziell für junge Haut mit Gleichgewichtsproblemen entwickelte Behandlungen anbieten.

Kaum ist ein Pickel in Sicht, drückt man schon wie wild an ihm herum und könnte gleich danach mit einem roten Filzstift „Entzündung“ danebenschreiben. Der einzige Trost: Auch Klassenkameraden und Kommilitonen haben Pickel. Denn befragt man Kosmetikerinnen, sprechen sie davon, dass immer mehr junge Menschen unreine Haut beklagen. Die Gründe sind vielfältig: falsche Ernährung, falsche Pflege, Stress und die plötzlichen Veränderungen im Hormonhaushalt.

Sekret nach außen abgeben. Sie sitzen in der Lederhaut und arbeiten holokrin. Das bedeutet, dass sie während ihrer Reifung Fetttropfchen einlagern – so lange, bis die Zellen gut gefüllt sind. Anschließend entleert sich der Inhalt, und das von den Talgdrüsen produzierte Sekret verlässt das Drüsengewebe. Die Fettschicht an der Hautoberfläche, die sich dadurch bildet, schützt unser größtes Organ vor dem Austrocknen, vor Krankheitserregern sowie Chemikalien. Zudem hält sie die Haut geschmeidig.

Balance-Therapien für feuchtigkeitsarme und fettreiche Haut

At home

sicca calcium serum: remineralisierendes Konzentrat, reguliert mit hochkonzentriertem Kalzium und Hyaluronsäure den Verhornungsprozess.

sicca control day: ausgleichende und entzündungshemmende Tagescreme, bremst die Talgproduktion, lindert Irritationen.

sicca control night: ausgleichende und entzündungshemmende Nachtcreme, kontrolliert die nächtliche Talgproduktion, lindert Irritationen.

Beim REVIDERM Hautexperten

purity sicca treatment: In neun Steps erhält die empfindliche und schnell reagierende seborrhoische Haut ein regenerierendes Treatment

Step 1: abreinigen

Step 2: leichtes Enzympeeling

Step 3: Durchblutungsmaske zur Stärkung der KapillargefäÙe

Step 4: Mikrodermabrasion

Step 5: Detox-Professional-Treatment zur Optimierung der Hautflora (hemmt nachhaltig die Vermehrung von unerwünschten Keimen und Aknebakterien)

Step 6–8: Tonic, Wirkstoffkonzentrat, Abschlusspflege

Step 9: leichtes, mineralisches Make-up



Balance-Therapien für feuchtigkeits- und fettreiche Haut

At home

oleosa control serum: entzündungshemmendes Sebum-Control-Serum mit Sebu Control Complex N (reguliert übermäßige Talgproduktion, reduziert Fettglanz, verfeinert Poren).

oleosa control fluid: ultraleichtes, entzündungshemmendes 24h-Sebum-Control-Fluid mit Sebu Control Complex N

Limited Edition: pure & smooth skin cure: Spezialpflegeset für ein ebenmäßiges Hautbild. Löst starke Verhornungen und tief sitzende Komedonen, nimmt durch die antibakterielle Wirkung Entzündungen, reduziert den Fettglanz. Das Set enthält das REVIDERM AHA gel (50 ml), gentle pH balancer (50 ml) und enzyme foam powder (5 Sachets).

Beim REVIDERM Hautexperten

purity oleosa treatment: die passende Behandlung für ölig-glänzende Haut

Step 1: abreinigen

Step 2: effektives Enzympeeling

Step 3: keratolytisch sowie regulativ wirkendes Fruchtsäure-Treatment

Step 4: um die folgenden Wirkstoffe besonders gut in die Haut einzuschleusen, wird auf 10 MHz Ultraschall gesetzt

Step 5: Detox-Professional-Treatment zur Optimierung der Hautflora (hemmt die Zunahme u.a. von Aknebakterien)

Step 6–8: Tonic, Wirkstoffkonzentrat, Abschlusspflege

Step 9: mineralisches Make-up

SOS-Helferlein

REVIDERM calming silver spray: beruhigendes SOS-Spray für ein komfortables Hautgefühl. Mikrosilber und ein neurokosmetischer Anti-Stress-Wirkstoff lindern Juckreiz, mildern Missempfindungen und besänftigen gereizte Haut nachhaltig.

REVIDERM purity roll-on: Antibakteriell wirkendes Mikrosilber und Zink reduzieren Unreinheiten und beugen neuen Entzündungen vor, ohne die Haut auszutrocknen. Der Effekt: Pickel und Hautentzündungen klingen schneller ab.



Sehnsucht nach Stille

Das Gefühl, immer schneller leben zu müssen, macht uns krank. Wir überfordern uns, verlieren den Blick für das Wesentliche. Eine neue Methode, diesem Hamsterrad zu entkommen: Street-Zen



Als es noch keine Uhren gab, bestimmten Sonne, Mond und Sterne den Rhythmus. Heute ticken die Menschen im Minutentakt. Die Zeit rast. Viele halten nicht mehr Schritt, sind überfordert von Informationsflut und Lärm. „Hurry Sickness“, die Geschwindigkeitskrankheit, nennen es die Amerikaner. Die Sehnsucht wächst, endlich auf die Bremse zu treten.

Qigong, Tai-Chi oder Feldenkrais – um dem Wunsch nach einer Auszeit ein Stück näherzukommen, bieten sich viele Möglichkeiten an. Nicht alle Methoden sind allerdings praktikabel und alltagstauglich. Ganz anders: Street-Zen, mit dem der Amerikaner Issan Dorsey die klassische Meditationspraxis buchstäblich auf die Straße geholt hat.

Zen gilt als Glücksformel, um gelassener zu werden, Stress zu bewältigen und letztendlich mit sich im Reinen zu sein. Zen beinhaltet eine bestimmte Einstellung dem Leben gegenüber, die auf das „Hier und Jetzt“ gerichtet ist. Im Zen geht es darum, sich all die tausend Gewohnheiten des Alltags bewusst zu machen, indem man „achtsam“ ist, das heißt, sich ausschließlich auf den Augenblick zu konzentrieren und nicht auf das, was zuvor geschehen ist oder hinterher passieren wird. Dazu muss man vor allem lernen, seine Gedanken zu bändigen, sie kommen und wieder gehen zu lassen, ohne sie zu bewerten oder daran festzuhalten – eine der schwierigsten Übungen überhaupt.

Rituale erleichtern das Ganze. Allerdings: Die langwierigen Sitz- und Gehmeditationen, wie sie in japanischen Zenklöstern und auch bei uns in Zen-Zentren gelehrt werden, sind nicht jedermanns Sache. Um Zen zu erfahren gibt es aber auch andere Wege, die auf westliche Bedürfnisse zugeschnitten sind und sich locker in den Alltag integrieren lassen. Zum Beispiel Dorseys „Meditation des Gehens“. Sie lässt sich zeit- und ortsunabhängig überall ausüben: im Park ebenso wie auf dem Asphalt, in U-Bahn-Schächten oder auf dem Weg zum Job.

Mit Street-Zen langsamer werden – und Zeit gewinnen

Street-Zen ist eine Verquickung äußerlich sichtbarer Bewegung mit innerer Stille und deshalb asiatischen Kampfsportarten wie Kendo oder Aikido ähnlich. Auch Street-Zen muss man sich geduldig erarbeiten – mit Technik und unzähligen Wiederholungen. 10 bis 15 Minuten täglich wären ideal. Dabei wird nur dem Gehen die ungeteilte Aufmerksamkeit gewidmet, alle Sinne werden auf die stets gleichförmige Bewegung gelenkt – bis sie sich verselbstständigt hat.

Der Einsteiger ertastet sich zunächst barfuß die Welt. Wie fühlt sich das Gras an, Moos, Lehm oder Sand? Beim Gehen ganz bewusst von der Ferse zu den Zehen abrollen und im nächsten Schritt den Atem miteinbeziehen. Schwingt er bis zum Zwerchfell? Zur Kontrolle Hand auf den Bauch legen. Beim Atmen eventuell mitzählen: vier Schritte beim Ausatmen, drei Schritte beim Einatmen. Jeder in seinem Rhythmus (Faustregel: Das Ausatmen ist länger als das Einatmen). Um von Häusern, Bäumen, Menschen nicht abgelenkt zu werden: Augen halb öffnen und etwa ein bis zwei Meter vor sich auf den Boden richten. Nur Gehen und Atmen interessieren, nichts anderes ...

Nur Geduld führt zum Ziel

Als eine Art SOS-Anti-Stress-Formel entwickelte der amerikanische Kardiologe Dr. Herbert Benson die „Relaxation Response“, ein bewusstes „Aus der Situation treten“, mit dem man augenblicklich ruhiger wird. Dazu die Augen schließen und tief aus- und einatmen. Damit die Gedanken dann nicht in einer Endlosschleife kreisen, gibt es einen Trick: sich beim Atmen immer auf ein bestimmtes Wort konzentrieren. Immer wieder zu diesem Zauberwort zurückkehren, sobald die lästigen Gedanken auftauchen. Irgendwann geht die Wirkung in Fleisch und Blut über, beteuert Benson. So sollen sich Körper und Geist auch in stressigen Situationen schnell entspannen, sobald die Augen geschlossen werden und das tiefe Ausatmen mit dem Zauberwort untermalt wird.

Eine ähnliche Wirkung können auch Zahlen oder Musik haben, wenn man sich für das Training genug Zeit nimmt. Eine Möglichkeit wäre, von 10 oder 20 langsam rückwärts zu zählen, eine andere, sich im Geiste eine kurze aber einprägsame Melodie zu vergegenwärtigen. Je öfter solche inneren Ruhesignale einstudiert werden, desto stärker ihre Wirkung in stressigen Momenten.

Auch der Ausstieg aus dem Hamsterrad braucht seine Zeit

Tempo drosseln – aber richtig: Wer seinen Körper zu schnell umstellt, gefährdet unter Umständen sogar seine Gesundheit. Wenn sich der Körper über Jahre daran gewöhnt hat, dass eine hohe Dosis der Stresshormone Adrenalin und Cortisol durch die Adern fließt, erlebt er einen radikalen Stopp nicht als Entlastung, sondern als Entzug und kann mit Krankheiten reagieren. Das ist auch der Grund, warum viele chronisch gehetzte Menschen im Urlaub oder gleich nach der Pensionierung krank werden und sogar einen Herzinfarkt erleiden. Experten raten daher den Wechsel zu einer langsameren Gangart mit Ausdauersport zu begleiten. Und mit Massagen: So lösen sich die Verspannungen der Muskulatur und die segensreichen Effekte der Entschleunigung können sich entfalten.

„**Der Street-Zen-Einsteiger ertastet zunächst barfuß die Welt. Wie fühlt sich das Gras an, Moos, Lehm oder Sand? Mit etwas Übung erdet jeder Schritt – selbst auf dem Weg zur U-Bahn.**“





Die ersten „Street Zen“-Schritte macht man am besten barfuß.

Tipps für den Alltag

1. *Beginnen Sie jeden Tag wie ein neues Leben. Überlegen Sie, was wirklich wichtig ist. Stellen Sie sich vor, Ihnen bliebe nur noch kurze Zeit: Was würden Sie tun?*
2. *Von Kindern lernen. Die lassen sich nicht hetzen. Legen Sie Ihre Uhr ab, schauen Sie sich Dinge länger an.*

3. *Regelmäßig innehalten. Keine Ausreden. Ein paar Minuten Entspannung sind auch an turbulenten Tagen immer drin.*
4. *Wenn Sie gefragt werden, wie es Ihnen geht, versuchen Sie in Krisenzeiten weder zu lamentieren noch zu lügen. Sagen Sie, Ihr Leben sei gerade anstrengend und intensiv. Das ändert Ihre Wahrnehmung – auch in schwierigen Phasen.*

Sie hat den Dreh raus



Reisen und Termine als Markenbotschafterin für REVIDERM und Bulgari, karitatives Engagement, dazu die Familie mit zwei Kindern: Wie bleibt Prinzessin Lilly zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg bei diesem Programm im Gleichgewicht?

Entspannt sitzt Prinzessin Lilly mit einem Kaffee in der Hand vor einem. Die Haare trägt sie offen, weißer Blazer, weiße Hose, ein leichtes Tages-Make-up. Nichts erinnert an starken Termindruck oder gar Stress. Doch vor ein paar Stunden sah das noch ganz anders aus. „Oftmals beginnt mein Tag schon um vier oder fünf Uhr in der Früh. Da heißt es, schnell unter die Dusche springen und dann ab zum Flughafen.“ Denn die Termine, die Lilly im Rahmen ihrer Tätigkeiten als Markenbotschafterin für REVIDERM und Bulgari wahrnimmt, finden oftmals nicht in ihrer Wahlheimat Mailand statt, sondern erstrecken sich über ganz Europa und weit darüber hinaus. „Die weiteste Reise, die ich geschäftlich unternommen habe, ging nach Sibirien“. Zumeist sind es Veranstaltungen, auf denen sie REVIDERM und Bulgari repräsentiert. „Dabei kann es sich um die Oscarverleihung in L.A. handeln, aber auch eine Showroom-Eröffnung in Rom. Das macht das Ganze so spannend. Weil die Menschen, denen ich begegne, so unterschiedlich sind, ergeben sich die vielseitigsten Anknüpfungspunkte und Ähnlichkeiten.“



Ausnahmefall, als Foto verewigt: Nur selten gönnt sich Prinzessin Lilly eine Auszeit.



Ihr Job umfasst aber nicht nur den repräsentativen Part. Oftmals ist sie auch bei strategischen Fragen involviert oder gibt bei der Produktentwicklung persönliche Impulse. Und ein weiterer Großteil ihrer Arbeit dreht sich um karitative Projekte. In den vergangenen Jahren war sie beispielsweise zusammen mit ihrem Sohn Donatus für „Interhelp“ und „Save the Children“ unterwegs – bei einer der größten und härtesten Charity Rallys der Welt. Im Rahmen der „Mongol Rally“ fuhr sie ganze 14.000 Kilometer nach Ulan-Bator, der Hauptstadt der Mongolei. „Mit diesem Engagement habe ich die Möglichkeit, auf großartige Projekte aufmerksam zu machen. Mir liegt besonders am Herzen, die Kleinsten unter uns zu unterstützen und ihnen eine Zukunft zu ermöglichen. Dafür tue ich alles, was oft bedeutet, weit über meine eigenen Grenzen hinauszugehen.“ Aus Prinzessin Lilly spricht dabei ganz die Mutter. Sie selbst hat zwei Kinder und weiß, wie wichtig die Unterstützung ist. „Erziehung beinhaltet für mich immer zwei Komponenten. Zum einen den schulischen Charakter, dass Kinder sich fortbilden und ihre geistigen Möglichkeiten ausschöpfen, aber natürlich auch die menschliche, persönliche Komponente. Ihnen zu zeigen, dass man für sie da ist, sie liebt und hinter ihnen steht, ist mindestens genauso wichtig. Beides gelingt aber nur, wenn ein sicheres Zuhause und auch schulische Einrichtungen vorhanden sind. Und genau dafür sorgen wir mit unseren Spendenaktionen.“

Bei den vielen verschiedenen Projekten ist es gar nicht so einfach, den Überblick zu behalten. Prinzessin Lilly schafft das vor allem durch ihre organisierte Art. „Ich habe recht früh gelernt: Es geht nichts über einen gut geführten Kalender.“ Sie lacht und zeigt auf ihr



Und ab geht die Fahrt! Im edlen Cabrio sitzt die Prinzessin oftmals nur zu Shooting-Zwecken, zumeist sorgt sie mit unkonventionellen Fahruntersätzen für Aufmerksamkeit.

Pure Lebensfreude. Prinzessin Lilly zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg ist für jeden Spaß zu haben: egal ob mit Adler auf dem Arm oder in die kleine Seifenkiste „Hotrod“ gequetscht. Und für die Kleinsten hat sie immer ein offenes Ohr, wie hier in der Mongolei.



Smartphone. „Natürlich wurde mein schöner analoger Timer mittlerweile durch die Digitalversion ersetzt. Besonders praktisch sind die Erinnerungen. So habe ich alles im Blick und werde meiner Rolle als Mama, aber auch als Businessfrau gerecht.“

Das klingt ganz schön stressig. Trotzdem scheinen die vielen Verpflichtungen und Termine wie spurlos an der Prinzessin vorbeizuziehen. Wenn man sie fragt, wie sie es schafft, bei all dem Stress so blendend auszusehen, fällt die Antwort recht knapp aus: „Dank REVIDERM“. Ein bisschen genauer möchten wir es dann aber doch wissen. Auf welche Produkte setzt sie, um ihre Haut im Gleichgewicht zu halten? „Mein absoluter Geheimtipp ist der cellJET. Wobei – so geheim ist der gar nicht mehr. Schließlich schwärme ich jedem von dieser tollen Technologie vor.“ Hinter dem Wort cellJET verbirgt sich ein Ultraschallstab, der mit 10 MHz die Haut massiert und die Zellen in Schwingung versetzt. Dank dieser Schwingungen wird nicht nur der Zellstoffwechsel verbessert, sondern auch die Kollagen-Neubildung aktiviert. Die Gefäße werden trainiert und Entzündungsprozesse gelindert.

„Den cellJET nutze ich regelmäßig in einer 14-tägigen Kur, vor allem, wenn es besonders stressig ist. Dann nehme ich mir gerne die Zeit, meine Haut für 12 Minuten mit dem cellJET in kreisenden Bewegungen zu behandeln. Das ist quasi mein ganz persönliches Pflegeritual, um meine Haut in Balance zu bringen.“ Ergänzend zum Ultraschall setzt die Prinzessin auf zwei verschiedene Formulas, die in die Haut geschallt werden. Die REVIDERM purifying formula verwendet sie, wenn sie aufgrund von Stress mit Unreinheiten zu kämpfen hat, die REVIDERM neuro sensitive formula, wenn die Haut besonders empfindlich ist und Rötungen aufweist. Je nach Hautbedürfnis kann so der Ultraschall die passenden Wirkstoffe genau in die Hautschichten einbringen, in denen sie ihre volle Wirkung entfalten. „Das Schönste am cellJET ist, dass ich sofort das Ergebnis im Spiegel bewundern kann. Ich sehe direkt, wie Falten gemindert werden und Rötungen abklingen. Die Haut erstrahlt dann in einem frischen Glow.“ Für dieses Resultat nimmt sich die Prinzessin gerne die Zeit. „Wenn man mal überlegt, wie viel Zeit man für unnütze Dinge ‚ausgibt‘, sind die paar Minuten pro Tag wirklich gut investiert.“

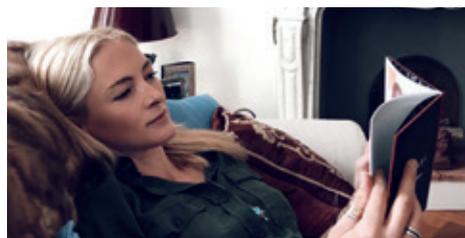
Ein kurzer Blick auf das Handy macht klar: Der nächste Termin steht an. Man hätte sich noch Stunden mit ihr über ihr Leben, ihre Projekte und ihre Schönheitsrituale unterhalten können. Doch wie sagt man

so treffend: Man soll aufhören, wenn es am schönsten ist. Aber vielleicht passt das Sprichwort hier nicht ganz so gut. Denn wir sind uns sicher: Obwohl die Prinzessin wunderschön ist, wird sie noch lange nicht aufhören. Nicht mit ihren Herzensprojekten und auch nicht mit dem cellJET.



„ Ich habe recht früh gelernt: Es geht nichts über einen gut geführten Kalender. “

Prinzessin Lilly zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg



Balance to go

Ultraschall besitzt die wissenschaftlich belegte Fähigkeit, Hautprozesse in Balance zu bringen und Gewebestrukturen wieder aufzulockern. In Kombination mit der REVIDERM purifying formula werden

- entzündliche Unreinheiten reduziert
- die Talgproduktion reguliert sowie der unerwünschte Glanz genommen
- die Poren verfeinert



Die 14-tägige Home-Use-Kur kann in allen cellJET führenden REVIDERM Instituten gebucht werden: www.reviderm.com/institute/institutsfinder.html

haut

nah

Für die schönste Zeit des Jahres

**Das tolle Frühjahr hat
uns schon einmal auf den
Geschmack gebracht.
Aber weil man vom
Sommer einfach nicht
genug bekommen kann:
Impulse für noch mehr
hautfreundlichen Spaß**



Twitter ist toll. Findet nicht nur Donald Trump, sondern auch die Userin @aqua666, die sich bei der frühen Hitze in diesem Jahr allerdings Sorgen über Leben am falschen Ort macht. Sie twittert: „Habt ihr im Sommer auch immer Angst davor, die Spülmaschine zu öffnen, aus Angst, dass da bei den Temperaturen pseudointelligentes Leben entstanden ist, das Jahre später irgendwo zum Präsidenten gewählt wird?“ Schön auch die Theorie, die in verschiedenen Tweets das heiße Frühjahr deutet. „An alle, die sich fragen, warum das Wetter derzeit so gut ist: Das ist der Sommer vom letzten Jahr. Er kam mit der Deutschen Bahn.“ Wir lieben auch den Tweet, der Mücken vorschlägt, statt Blut doch einfach einmal Fett abzusaugen.

Dabei könnten wir vieles, was wir am Sommer lieben, auch noch nach den großen Ferien und abseits der Ferienorte

genießen. Ab Seite 36 gehen wir deshalb in die Verlängerung – die Sommerverlängerung, wohlgemerkt. Unsere Tipps lassen Bräune länger halten, Haare trotz Beach-Life glänzen und das Summerfeeling den Alltag überstehen.

Weil leichte Sommerkleidung tragen einfach ganz besonders Spaß macht, wenn die Körperhaut in guter Form ist, erklärt der plastische Chirurg Dr. Ludger Meyer ab Seite 40, wie neue Laser gegen Cellulite und für straffe Haut arbeiten. Auf Seite 42 widmen wir uns einem schönen Detail – den Augenbrauen. Gerade wenn man ungeschminkt ist, können sie mit der idealen Form und Farbe das Gesicht einfach schöner aussehen lassen. Ab Seite 44 gibt's eine Premiere. In der neuen Serie Skinfood nehmen wir besonders hautfreundliche Lebensmittel unter die Lupe.



So bleibt die Sommerlaune

Das Glück riecht nach gegrilltem Fisch, Zitrone und Olivenöl – und strahlendes Weiß im Tête-à-Tête mit Türkisblau lässt das Herz höher schlagen? Klingt nach einem traumhaften Urlaub. Schon nach ein paar Tagen zu Hause ist man allerdings wieder im Alltagsrott. Das muss nicht sein. Diese Tipps können helfen

Nach dem Spiel ist vor dem Spiel

Um sich möglichst lange an einer gleichmäßigen und wunderschönen Bräune zu erfreuen, lautet das Stichwort „Peeling“. Im Gesichtsbereich empfiehlt sich dafür die kontrollierte Mikrodermabrasion beim REVIDERM Hautexperten. Hierbei werden mikrofeine Kristalle mit hoher Geschwindigkeit auf die Haut aufgebracht und per Vakuum wieder abgesaugt. Abgestorbene Zellen werden sehr sanft und schonend entfernt, so kommt es beim Bräunen zu keinerlei Flecken, und der Teint wird ebenmäßig von der Sonne geküsst. Alternativ kann man zu Hause auch sehr gut Enzympeelings verwenden, die schonend und ohne mechanische Belastung totes Zellmaterial enzymatisch aufspalten. Am besten man nutzt Produkte, die nicht nur das tote Zellmaterial entfernen, sondern darüber hinaus auch noch die Haut mit Feuchtigkeit versorgen. Ein gutes Beispiel für ein Körperpeeling ist z.B. das REVIDERM smoothing double peel. Ein sanftes Granulat und ein Enzymkomplex lösen abgestorbene Hornzellen, ein natürlicher Hydrokomplex pflegt und durchfeuchtet die Haut anschließend.

Bräune pflegen

Für einen lang anhaltenden Sommerteint kann man schon im Urlaub sorgen: Am besten ein Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor benutzen. So wird man zwar langsamer braun, dafür hält die Sonnenfarbe aber wesentlich länger. Wieder zu Hause, braucht die Haut ein Verwöhnprogramm, denn

Sonne, Sand und Salzwasser haben ihr jede Menge Feuchtigkeit entzogen. Die Emulsion „after solar repair“ von REVIDERM aktiviert mit dem Bio-Booster Ectoin die natürlichen Reparaturprozesse und schützt vor lichtbedingter Hautalterung. Ein Hyaluronsäure-Cooling-Komplex entspannt on top die Haut nach dem Sonnenbad. Einen besonderen Hydrokomplex weist auch die REVIDERM body hydrocalm auf. Mit dieser Bodylotion wird die Wasserbindefähigkeit gesteigert und die Haut geglättet. Und auch an den Augenbereich denken! Denn im Urlaub wird die zarte Augenpartie trotz Sonnenbrille besonders stark beansprucht. Augengels wie das REVIDERM remodelling eye gel oder die Pflege eye C perfection bieten Soforthilfe bei kleinen Fältchen.

Power-Trio

Vom Winde verweht, von der Sonne stark gebleicht, vom Wasser verheddert – unser Urlaub ist keine Erholung fürs Haar. Darum hat es besonders nach den Ferien ein eigenes Kurprogramm verdient, das die strapazierte Mähne wieder in schön glänzende Traumhaare verwandelt.

Oberstes Gebot bei der Pflege: supersensible Behandlung beim Waschen, Föhnen und Stylen – also mit wenig Rubbelstress reinigen, beim Auskämmen von unten nach oben entwirren und nicht zerren. Die Regeneration kann man mit REVIDERM skin-hair-nail care auch von innen unterstützen. Die Kombination von Biotin, Zink und Selen tut nach dem langen Sommer Haut, Haaren und Nägeln gut!

For a bronzy body

Gleichmäßige Bräune gewünscht? Das REVIDERM smoothing double peel macht es möglich. Ein sanftes Granulat und ein Enzymkomplex lösen abgestorbene Hornzellen und geben der Haut den Impuls, sich zu erneuern. Ein natürlicher Hydrokomplex pflegt und durchfeuchtet die Haut. Perfekt als Vorbereitung auf das Sonnenbad!



Das Meer im Bad

Die Power aus dem Meer regt die Durchblutung an, bringt den Stoffwechsel auf Touren und stärkt das Immunsystem. Denn Algen & Co enthalten eine breite Palette an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, die unser Körper braucht, damit er sich in seiner Haut wohlfühlt. Die Kraft des Meeres kann man über ein Bad mit Meersalz tanken. Dazu je nach Dosierung bis zu 400 g Salz in heißem Wasser auflösen und warmes Wasser zulaufen lassen, sodass eine Badetemperatur von 35 bis 37 Grad erreicht wird. Optimale Badedauer ist 15 bis 20 Minuten. In dieser Zeit können die Mineralstoffe und Spurenelemente über die Haut vom Organismus aufgenommen werden. Perfekt wird das maritime Erlebnis in den eigenen vier Wänden, wenn man das Bad mit Muscheln und Muschelseifen dekoriert und eine CD mit Meeresrauschen auflegt. Und dann: einfach abtauchen in den kleinen Bruder vom „Big Blue“!



Licht und Luft

Es gibt viele Gründe, die Natur als Wellnessquelle zu nutzen. Allein die Farbe der Pflanzen hat eine günstige Wirkung auf Körper und Seele. Grün ist die Farbe der inneren Harmonie und Ausgewogenheit, der Fülle und des Wachstums, wirkt außerdem beruhigend und regenerierend.

Vor allem die Kombination aus Grün und Wasser ist nach asiatischer Auffassung das ideale Relax-Paket. Wasser bedeutet fließen lassen – ein Spaziergang an einem Fluss oder See ist deshalb Erholung pur! Doppelter Wohlfühleffekt: Der Körper nimmt im Freien viel Sauerstoff auf, sodass sich ganz automatisch Ausgeglichenheit, Fitness und gute Laune einstellen. Fröhlich machende Botenstoffe (z.B. Serotonin) werden im Gehirn ausgeschüttet, depressive Stimmungen einfach weggeblasen. Und gute Ideen fliegen einem nur so zu.

Glück kreieren

Im Urlaub ist man meistens glücklich. Aber kann man das Glück auch im Alltag kreieren? Die amerikanische Biochemikerin Caryle Hirshberg machte dazu interessante Beobachtungen: Das Wichtigste fürs Glückseligkeit ist es, Dinge abzuschaffen, die einen unglücklich machen, und herauszufinden, was einen wirklich erfüllt. Mit Geld hat das übrigens meist nichts zu tun, sondern zum Beispiel damit, besser für sein Wohlbefinden zu sorgen. Ein wichtiger Glücksfaktor sind unsere Beziehungen. Intensive, inspirierende Freundschaften machen glücklich, wollen aber auch gepflegt werden. Es macht außerdem innerlich lebendig, wenn wir unsere Gefühle ausdrücken, positive wie negative.

Beauty-Food

Um gut drauf zu sein und strahlend auszusehen, braucht man die richtigen Lebensmittel. Im Urlaub gelingt es meist ganz selbstverständlich, sich gesund zu ernähren. Versuchen Sie auch weiterhin, auf eine leichte Küche mit viel Fisch, Gemüse und Salat zu setzen. Streichen Sie – so oft es geht – Kohlenhydrate mit einem hohen glykämischen Index (wie helles Brot, Pasta, Süßigkeiten) aus Ihrem Speiseplan. Frisches Obst und Gemüse sind wahre Schönmacher. Die wichtigsten Beauty-Basics: Vitamin A (in grünen und roten Gemüsesorten) für die Zellerneuerung. Vitamin C (in vielen Obstsorten, vor allem in Zitrusfrüchten) strafft das Bindegewebe und ist gut für Knochen und Zähne. Vitamin E (in hochwertigen Pflanzenölen) fördert die Durchblutung und schützt die Hautzellen vor schädlichen äußeren Einflüssen, zum Beispiel UV-Licht. Das Spurenelement Zink (in Vollkornprodukten wie Naturreis) verschönert Haut und Haar. Jede Menge der Beauty-Vitamine steckt auch in den Nutricosmetics OPC age control von REVIDERM.



Vitamin D – das Sonnenvitamin

Scheint die Sonne seltener, kann die Haut weniger Vitamin D aufbauen. Das Sonnenvitamin ist aber extrem wichtig für den gesamten Organismus. Es kann die Knochen stärken, vor Erkältungen bewahren und das Herz-Kreislauf-System schützen. Die Liste der Benefits, die ein einzelnes Vitamin bewirken kann ist beeindruckend – Vitamin D ist ein wahres Allroundtalent. Ein Mangel wiederum macht sich auch an Haut und Haaren bemerkbar. REVIDERM nutricosmetics sorgen für die perfekte Lösung, um das Vitamin-D-Depot aufzufüllen. Eine Tablette OPC age control enthält die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. empfohlene Vitamin-D-Tagesdosis. Die Anti-Age-Formel enthält außerdem reichlich von dem Antioxidans OPC sowie die Vitamine A, C und E und ist mit Zink, Kupfer, Mangan ein richtiger Beauty-Booster.



Schönheit von innen: REVIDERM nutricosmetics OPC age control

Beim Wohlfühl anknöpfen

Nach dem Urlaub fühlt man sich in Topform. Retten Sie die neu gewonnene Energie mit einer kleinen Übung in den Alltag: In der Mitte der Brust, hinter dem Brustbein befindet sich unser körpereigenes Energiezentrum, die Thymusdrüse. In wenigen Minuten kann man sie dazu bewegen, verstärkt Glückshormone auszuschütten. Legen Sie zwei Finger auf die Mitte der Brust, direkt unterhalb des oberen Teils des Brustbeins. Klopfen Sie nun kräftig mit den Fingern auf diese Stelle, so lange es Ihnen angenehm ist, maximal jedoch 12- bis 15-mal. Wenn Sie dabei lächeln oder an etwas Schönes denken, ist die Übung noch effektiver.

Buchtipp für Stubenhocker: Auf ins Mini-Abenteuer

„Microadventures“ heißt der große Trend, bei dem Menschen aus der Großstadt in die umliegende Natur aufbrechen. Der britische Abenteuerer Alastair Humphreys hat das Konzept der Miniabenteuer populär gemacht und mit der Bibel aller Naturfreunde „Walden oder Leben in den Wäldern“ von Henry D. Thoreau beschreibt er sein Gefühl: „Der ganze Körper ist ein einziger Sinn und saugt durch jede Pore Entzücken ein. Mit seltener Ungebundenheit bewege ich mich in der Natur, bin ein Teil ihrer selbst. Alle Elemente sind mir verwandter noch als sonst, wenn ich trotz Kühle, Wind und Wolken in Hemdärmeln am steinigen Seeufer entlangwandere.“ Also: Aufbruch in die Natur – auch wenn die Sonne nicht scheint!



Für Abenteuerer: „Microadventures“ von Alastair Humphreys



Tschüss, schlafte Haut und Cellulite!

Der „CelluSmooth™“-Laser macht's möglich.



Dank der innovativen Sciton-Laser-Technik aus den USA lassen sich die unschöne Orangenhaut, Fettpolster UND schlaffe Konturen an Armen, Bauch und Beinen dauerhaft beseitigen. Und das ganz ohne Skalpell! Der Plastische Chirurg Dr. Ludger Meyer bietet damit eine echte Alternative zu einer aufwendigen Straffungs-OP und den sonstigen, wenig wirksamen Anti-Cellulite-Mitteln.

Das Problem kennen circa 80 bis 90 Prozent aller Frauen: Ab einem gewissen Lebensalter kann man auch mit noch so viel Sport der nachlassenden Spannung des Bindegewebes nichts entgegensetzen. Die Haut an Oberarmen, am Kinn, am Bauch und an Beinen hängt, ist einfach nicht mehr straff mit dem Muskelgewebe darunter verbunden. Unter diesem Phänomen leiden sowohl sehr schlanke als auch etwas molligere Frauen. Bisher halfen hier nur Straffungsoperationen unter Vollnarkose, die immer die Narben des Skalpells zurückließen – gerade an den Oberarmen ein unschöner, sichtbarer Beweis einer Beauty-OP. Als erste Praxis in Deutschland bietet Dr. Ludger Meyer nun in seiner VILLA BELLA im Herzen Münchens eine kombinierte Lasertechnologie an, mit der er mit einem winzigen Einstich von innen heraus Fettpolster „einschmelzen“ und das Bindegewebe straffen kann. „Bereits mit einer einzigen Behandlung kann ich dank des Sciton-La-



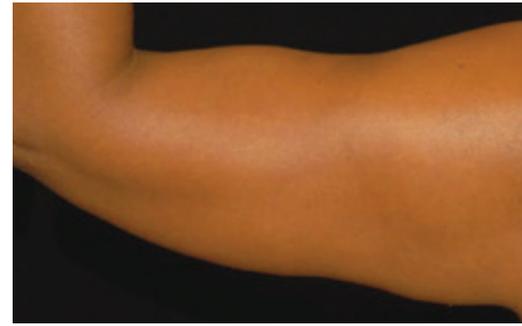
Ergebnis nach einer Behandlung mit dem CelluSmooth™. Aufnahme des Resultats fünf Monate nach dem Treatment.



Ergebnis nach einer Behandlung mit dem ProLipo PLUS™.

sers die Silhouette nachhaltig verbessern – ganz ohne die Nachteile einer großen OP!“ Kein Wunder, dass Patienten aus ganz Europa kommen, um sich mit einem solchen „Laser-Lipo-Lifting“ etwas Gutes zu tun. Der Facharzt ist von der neuen Technologie überzeugt – genau wie Hunderte seiner Kollegen in den USA. Eindrucksvolle Vorher-Nachher-Bilder beweisen, wie wirksam diese Körperstraffung ohne OP ist.

Nach einem ganz ähnlichen Prinzip wie bei der Laser-Körperstraffung beseitigt auch die minimalinvasive „CelluSmooth“-Laser-Behandlung endlich wirkungsvoll das weit verbreitete Phänomen Cellulite. Die Ursache liegt auch hier UNTER der Haut. Fettpölsterchen wölben sich unschön in kleinen Kammern nach außen, Bindegewebsstränge ziehen an anderen Stellen die Haut wie an kleinen Ankern zum Muskel. Dabei gilt: Je mehr Fettzellen und je weniger gleichmäßige Bindegewebsstrukturen existieren, umso stärker ist die Cellulite sichtbar. CelluSmooth kann die Fettpölsterchen der Orangenhaut-Wölbungen einschmelzen und die Fasern des Bindegewebes, die die Haut als Dellen einziehen, durchtrennen. Gleichzeitig regt es die Bildung von neuen, gesunden Kollagenfasern an. Bereits nach einer Behandlung ist die Haut deutlich glatter und straffer – ohne die sichtbare „Krater-Landschaft“. „Wenn man einmal verstanden hat, woher Cellulite kommt, wird auch klar, dass viele teure Anti-Cellulite-Cremes hier eigentlich gar nicht helfen können – genauso wenig wie manch andere der so gehypten Orangenhaut-Behandlungen“, meint Dr. Ludger Meyer. Für ihn als Chirurgen ist im-



Ergebnis nach einer Behandlung mit dem ProLipo™. Aufnahme des Resultats zwei Monate nach dem Treatment.

„
Die Resultate sprechen für sich – die Laserbehandlung stellt eine Revolution im Bereich der Schönheits-Chirurgie dar. Und zwar nicht nur beim Laser-Facelift, sondern auch bei allen Körperstraffungs-Eingriffen.“

Dr. Ludger Meyer

mer wichtig, dass bei seinen Patienten eine deutliche Verbesserung ihres Problems eintritt: „Und zwar nach einer Behandlung, nicht erst nach zehn!“



Zur Person – Dr. Ludger Meyer

Dr. Ludger Meyer, der Klinikchef der Münchner Villa Bella und Facharzt für Chirurgie und Plastische Chirurgie, ist Spezialist im Bereich der ästhetischen Laser-Eingriffe. Die Villa Bella verfügt als einzige Praxis Deutschlands über die gesamte Bandbreite der Sciton-Laser und ermöglicht dadurch eine besonders individuelle, stufenweise Behandlung. Von der Faltenbehandlung bis hin zur Körperstraffung hat Dr. Meyer schon bei weit über 2000 Patienten seine Sciton-Laser eingesetzt. Dr. Meyer berät seine Patientinnen immer persönlich zu den individuellen Möglichkeiten.

Villa Bella . Dr. Ludger Meyer . Briennerstr. 14 . 80333 München . info@villa-bella.org

Nähere Infos unter: www.villa-bella.org/leistungen/cellulite-behandlung-mit-laser

www.villa-bella.org/leistungen/koerperstraffung-ohne-op/





Wow Brow

Im Ansatz dicht und voluminös, leicht gebogen und zum Ende hin zart auslaufend.

So wünschen wir uns unsere Augenbrauen. Doch beim Styling kommen sie oftmals viel zu kurz. REVIDERM Make-up Artistic Director Giovanni Fasiello verrät, worauf es beim Konturieren ankommt

Die Augenbrauen kann man auch als Rahmen unseres Gesichts bezeichnen. Sie verleihen unserer Augenpartie Kontur und Ausdruck. Das Gesicht wirkt dadurch nicht nur selbstbewusster und ausdrucksstärker sondern sogar auch deutlich jünger – fast wie geliftet! Somit ist es nicht verwunderlich, dass den Augenbrauen seit einiger Zeit mehr Aufmerksamkeit zukommt. Blickt man allerdings in verschiedene Gesichter, so wird schnell klar: Die wenigsten Brauen sind perfekt gezupft oder gar gestylt. Mit ein paar kleinen Tricks und praktischen Helferlein werden sie allerdings zum wahren Hingucker.

Step 1: Die Wahl der Farbe

Die Augenbrauenfarbe entspricht oftmals der Haarfarbe des Haupthaars. Bei echten Blondinen sind also auch die Brauen entsprechend zart im Farbton. Augenbrauenstifte gibt es in zahlreichen Nuancen. Am besten an der Farbe orientieren, die man im Nacken hat (bzw. hatte, wenn die Haare schon weiß sind).

Zur Auswahl stehen bei REVIDERM die folgenden Nuancen des Brow Perfectors:

- Blond Girl
- Brown Vamp
- Black Diva
- Taupe Lady

Farbe- und formgebend:
der REVIDERM Brow Perfector.
Perfekte Kombination aus geschmeidiger
Textur und extra langer Haltbarkeit.



Step 2: Der goldene Schnitt

Anstatt einfach nur die natürliche Form der Augenbrauen nachzuziehen, sollte man viel lieber überprüfen, ob sie vom Ansatz- und Endpunkt bzw. dem höchsten Punkt her stimmen. Und das geht ganz easy mit drei fiktiven Linien: Die Verbindung zwischen Nasenflügel und innerem Augenwinkel markiert den Anfang der Braue, die Verlängerung über die Iris den höchsten Punkt und die zum äußeren Augenwinkel das Ende der Braue. So umschmeichelt die Braue nicht nur das Auge, sondern betont die markantesten Stellen.



Step 3: Auf die Maße kommt es an

Nachdem mithilfe der fiktiven Linien Ansatz-, End- und höchster Punkt definiert wurden, gilt es, die Brauen mit dem Augenbrauenstift hervorzuheben. Dazu zunächst alle Härchen nach unten bürsten und ab der Mitte der vorderen Brauenpartie entlang des oberen Haaransatzes eine Linie zum Ende der Braue ziehen. Anschließend die Härchen wieder nach oben bürsten und am unteren Brauenansatz eine Linie vom inneren Winkel zum äußeren Ende der Braue ziehen. Das äußere Drittel der Braue ausschattieren und bei Bedarf im inneren Drittel Härchen nachzeichnen.



Step 4: Volumen und Halt auf Knopfdruck

Hat man die Brauen in perfekte Form und Farbe gebracht, wünscht man sich nun natürlich extra langen Halt der Stylingkünste. Dazu am besten ein Fixiergel verwenden. Dieses sanft über den Brauen verteilen und mit dem Bürstchen für eine Extraportion an Fülle und Volumen sorgen.



Langer Halt und Fülle garantiert:
der REVIDERM Brow Styler, in den Farben
Clear, Light, Medium und Dark erhältlich.

Skin-food

*Das schmeckt der Haut!
Ab jetzt machen wir Ihnen
in care besonders hautge-
sunde Nahrungsmittel
schmackhaft. Den Anfang
macht Hirse, ein lange
vergessener Geheimtipp*



Leckere Beilage **Hirse-Gemüse-Törtchen**

Egal, ob man Kürbis nimmt (siehe Foto), Möhren, buntes Gemüse oder, oder, oder: Etwa ein Pfund gedämpftes, geraspeltetes Gemüse mit 100 Gramm gekochter Hirse, zwei Eigelb und Gewürzen mischen. Das Eiweiß steif schlagen, unter die Masse heben und in gefetteten, bemehlten Souffléförmchen rund 30 Minuten backen (160° Celsius/Heißluft, 180° Celsius/Ober- und Unterhitze).



Zum Naschen **Glückskekse**

Snacks mit Hirsekörnchen lassen sich einfach herstellen. Variante A: gekochte Hirse etwa im Verhältnis 1:1 mit einem Zutatenmix z.B. aus Zucker, Nüssen, Gewürzen oder Obst mischen, mit dem Zauberstab pürieren, nach Belieben formen und bei 175° Celsius so lange backen, bis eine knusprige Schicht entsteht. Oder man rollt sich Powerbällchen (auf dem Foto sind sie in Kokos gewendet) und lässt sie im Kühlschrank aushärten.





Hirseliebhabern fällt Schlanksein leicht, weil Hirse durch einen Eiweißgehalt um zehn Prozent, reichlich Ballaststoffe und viele komplexe Kohlenhydrate lange sättigt.



facts



Hirse

Panicum miliaceum, Getreide aus der Familie der Süßgräser

Mineralstoff-Champion: Mit ihrem hohen Anteil an u.a. Zink, Magnesium, Kalium, Kalzium, B-Vitaminen und Fluorid liefert Hirse den Hautzellen mehr Treibstoff als jedes andere Getreide.

Silizium-Tipp: In Hirse steckt so viel von diesem Biobaustein, dass klinische Studien ihre positive Wirkung auf Bindegewebe, Haut, Haare und Nägel belegen.

Vegane Eisenquelle: Sieben Gramm Eisen pro 100 Gramm – das schafft kein anderes Getreide. Am besten aufnehmen kann unser Körper Eisen aus Hirse, wenn es mit Vitamin C kombiniert aufgenommen wird.

Fettsäuren: Hirse enthält einfach und mehrfach ungesättigte Fettsäuren, die unserem Fettstoffwechsel guttun und zu gesunden Blutgefäßen beitragen. Das schützt auch die feinen Kapillargefäße, die unsere Hautzellen versorgen.

Kraftpaket zum Frühstück
Power-Porridge

Kocht man die Hirse in Milch sehr weich, lassen sich auf Basis des süßlichen Breies köstliche Seelen- und Magenfreuden mischen. Einfach ganz nach Gusto Nüsse dazugeben, Honig, Gewürze wie Zimt und natürlich Obst jeder Couleur und dann am besten noch warm genießen. Morgenmuffel weichen die Hirse über Nacht in Wasser ein, dann gart sie schneller.

Wieso einweichen und waschen? In der Schale der Hirsekörnchen steckt Phytinsäure, die zwar auch positive Eigenschaften hat, aber in zu hoher Dosis ein Mineralienräuber sein kann. Indem man die Hirse vor dem Kochen einweicht und dann in einem feinen Sieb gründlich abspült, verringert man den Phytin Gehalt.

Viel besser als Junkfood
Beauty-Burger

Als Grundlage für vegane Pattys wird Hirse im Verhältnis 1:2 in Gemüsebrühe aufgekocht. 20 Minuten auf sehr kleiner Flamme quellen lassen, dann ist die Hirse schön weich und lässt sich gut mit Gewürzen und Zutaten wie Kräutern, Knoblauch oder Parmesan mischen. Zuletzt pro 150 Gramm Hirse ein Ei unterrühren, Pattys formen und kurz in Öl anbraten.

re
lax

Auf ins Frische- Paradies

Die Copacabana, Ibiza
und St. Tropez müssen
sich warm anziehen: Im
Norden unseres Landes
versprechen neue, hippe
Hotspots coole Erholung



Die Ostsee bedrängt Spanien auf Platz 1 der liebsten deutschen Urlaubsziele, wussten Sie das schon? Beide Destinationen liegen laut statista.de mit 9,2 Prozent Zustimmung an der Spitze. Die Nordseeinseln und -bäder schafften es 2017 auf immerhin Platz 5 der Hitliste und liegen mit 7,3 Prozent gleichauf mit Bayern, das 2016 noch eine Nasenlänge voraus war. Ein Grund für das Hoch im Norden sind Hotels, die einen Hauch Hamptons und viel Lifestyle an die Küste bringen. Wir haben zwischen Sylt und Timmendorfer Strand Adressen herausgesucht, die Lust machen auf große Frische im hohen Norden (S. 50).

Doch was, wenn einem daheim die Hitze den Schlaf raubt? Mit Hausmitteln ist es so eine Sache. Nur weil etwas oft wiederholt wird, muss es nicht stimmen. Dr. Christoph Schick, Experte für übermäßiges Schwitzen und Leiter des Münchner Hyperhidrosezentrums, räumt auf Seite 49 bei den Tipps zur Erfrischung auf – und erklärt, wieso uns heißer Kaffee überhaupt den Schweiß auf die Stirn treibt. Genau das Gegenteil bewirken die wirklich wirksamen Tipps auf Seite 48, die uns in tropischen Nächten einen kühlen Kopf zu bewahren helfen.

On the rocks

Schön, wenn es im Sommer heiß hergeht. Noch schöner, wenn zum Ausgleich die große Frische wartet. Fünf Tipps

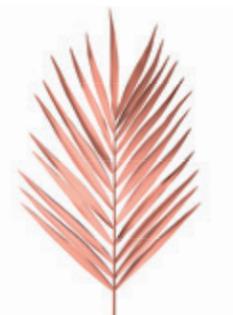
Kalt gestellt

Damit Hautpflege bei Hitze nicht zu kurz kommt: Après-Produkt im Kühlschrank aufbewahren. Da freut man sich aufs Nachlegen ... Unser Tipp: In der REVIDERM after solar repair steckt neben zellschützenden Ectoin, welches die natürlichen Reparatur-Prozesse aktiviert und vor lichtbedingter Hautalterung schützt, auch ein Hyaluronsäure-Cooling-Komplex. Der entspannt die Haut besonders schön nach dem Sonnenbad.



Aufgedeckt

Wenn das Schlafzimmer an der 30-Grad-Marke kratzt: leicht feuchtes Laken in einer Tüte in den Kühlschrank legen, direkt vor dem Zubettgehen herausholen und als Decke benutzen. Kühlt deutlich.



HELLO Summer



Frozen Fruits

Kalorienarm, lecker, cool. Fruchtstücke vorbereiten, im unteren, kühlfsten Fach des Kühlschranks aufbewahren, guten Gewissens naschen.



Ausgetrickst

Mentholprodukte kühlen nicht nur durch Verdunstungskälte, sondern auch durch ein Missverständnis. Der Bestandteil ätherischer Minzöle triggert nämlich Kälterezeptoren – auch wenn man den Nacken bei 30 Grad im Schatten betupft. Die Wirkung gibt's auch, wenn man ein paar Tropfen mentholhaltiges Öl in kaltes Wasser gibt, damit einen Waschlappen trinkt und den Körper abreibt.

Umgedreht
Füllt man sie mit eiskaltem statt mit heißem Wasser, wird aus der Wärm- eine Kühlfiasche. Wirkt zum Beispiel Fußende des Bettes wie eine Mini-Klimaanlage ...

Fotos: Photographee/Shutterstock.com, Africa Studio/Shutterstock.com, Olga, Angello/Shutterstock.com, SVPanteen/Shutterstock.com, NCG PHOTOGRAPHY/Shutterstock.com, HoNo/Shutterstock.com, Paladjar/Shutterstock.com, Valentina Razumova/Shutterstock.com, Didecs/Shutterstock.com, Paroj Sroyngem/Shutterstock.com, kome Wierink/Shutterstock.com

Neues aus dem Norden

Nicht immer muss es die Reise nach Österreich oder Italien sein. Auch im Norden Deutschlands kommen Naturliebhaber und Wellnessfans auf ihre Kosten. Von modernen Boutiquehotels in Leipzig und Kassel bis hin zu Neubauten an den beiden Meeren. Es wird definitiv Zeit, Nordluft zu schnuppern

Friesisches Flair

Mit einem unkonventionellen Konzept sorgt das Beach Motel in St. Peter-Ording für frischen Wind an der Nordseeküste. Denn die drei Gebäude – „Hamptons“, „Cape Cod“ und „Key West“ – erinnern nicht nur vom Namen her an die Ostküste der USA, sondern setzen auch vom Design her auf das amerikanische Motel-Feeling: mit umlaufenden Holzveranden und großen Fensterfronten. Spezielle Bulli-Parkplätze verstärken mit eigenem Wasser- und Stromanschluss das Gefühl. Insgesamt 103 Zimmer stehen den Motelgästen zur Auswahl und bieten teilweise einen Blick über den Deich bis zum Meer. Ultimatives Strandbudenfeeling kommt auch während des Essens auf. Im Restaurant Dii:ke kann man die Zehen direkt in den aufgeschütteten Sand graben. Wer sich vorher noch entspannen will, wird im Ocean Spa fündig. Zur Auswahl stehen Gesichts- und Körperanwendungen sowie Massagen, Wellnessbäder oder Peelings. Ein anschließender Gang in die Sauna (finnische-, Bio- oder Dampfbad) machen die Entspannung perfekt. Erlebnisduschen, Ruheräume und ein Outdoorbereich mit Fatboy-Hängematten runden das Wellness-Angebot im Beach Motel ab.

Beach Motel SPO GmbH & Co. KG

Am Deich 31 · D-25826 St. Peter-Ording
Tel. +49 (0)4863 90800 · www.beachmotel-spo.de
Preis pro DZ / Nacht ab 85 Euro



Wat ein schönes Wattenmeer

Als Deutschlands nördlichstes Hotel Garni bietet das „Strand“ einen unvergesslichen Blick über das Wattenmeer, den Sylter Ellenbogen und die Lister Bucht. 15 exklusive, lichtdurchflutete Apartments mit Galeriegeschoss und zwei Balkonen sowie weitere geräumige Doppelzimmer und Suiten mit eigener Terrasse oder großem Panoramafenster ermöglichen einen entspannten Urlaub zu jeder Jahreszeit. Besonderes Highlight: das vielfältige Sport- und Erholungsangebot mit allem von Aqua Cycling über Ocean Kajak und Surfreviere bis hin zu Unterwasser-Shootings und Yoga. Und wer es im Urlaub etwas ruhiger angehen mag, kann sich in die stylishen Sessel kuscheln oder es sich in den frei stehenden Badewannen gemütlich machen und das Meer aus der Ferne betrachten.



Hotel Strand am Königshafen
Hafenstr. 41 · D- 25992 List / Sylt
Tel. +49 (0)4651 889750
www.hotel-strand-sylt.de
Preis pro DZ / Nacht ab 160 Euro



Must-have für den Sommer 2018



Passend zum Tag am Strand: die nachhaltigen Boho-Beachtowels von SYLT-BOHEME. Mit ihrem hohen Bambusanteil (30 Prozent) werden sie besonders schnell trocken. Weiterer Vorteil: Sie sind besonders weich und äußerst angenehm auf der Haut. Übrigens: Mit den stylishen Tüchern setzt man nicht nur auf Optik und Komfort, sondern auch auf Nachhaltigkeit. Erhältlich in angesagten Farben wie Koralle und Titangrau, ab 60 Euro.

Weitere Infos unter:
<https://sylv-boheme.de/strandtuecher/strandtuch>

Ankommen, durchatmen und sich wohlfühlen



Das Severin*s Resort & Spa liegt direkt am Wattenmeer und wurde im Friesenhausstil mit typischem Reetdach gebaut. 62 Zimmer und Suiten, 22 Studios und Apartments sowie fünf Villen laden in hellen Naturtönen und modernem Design ein, sich an der Nordsee zu entspannen. Das gelingt am besten im 2000 Quadratmeter großen Spa-Bereich. Hier kommen Wellness-Liebhaber auf ihre Kosten, denn mit drei Themensaunen, einer separaten Damen- und Familiensauna sowie einem orientalischen Hamam hat man genügend schöne Plätzchen, sich vom Ballast zu befreien.



Volle individuelle Aufmerksamkeit wird einem im Treatment-Bereich zuteil. Um direkt die richtige Behandlung zu finden, wurde der Sylter Kräfterkompass mit den vier Sylter Naturlandschaften entwickelt. Die Dünenlandschaft im Norden steht für die Schönheitskraft, die Heidelandschaft im Osten für die Naturkraft, der Strand im Süden für die Sonnenkraft und das Meer im Westen für die Wasserkraft. Der Gast wählt im Analysegespräch nun zunächst die Landschaft aus, der er sich persönlich am meisten verbunden fühlt. Die zweite Frage zeigt, ob seine Bedürfnisse eher auf eine klärende, belebende, stimulierende oder entspannende Behandlung abzielen. Auch diese Effekte sind, ebenso wie die Raumdüfte, den Himmelsrichtungen bzw. den Sylter Naturland-



schaften zugeordnet. Gemäß seiner Navigation werden dem Gast nun passgenaue Treatments vorgeschlagen. Wie z.B. die Signature-Behandlungen, wie die Chakra-Stein-Behandlung mit sieben speziellen Chakra-Ölen aus eigener Serie, die auf einer Quarzsandliege durchgeführt werden. Mit dieser Liege sind vor allem wohltuende und entspannende Therapieformen möglich, da die perfekte Anpassung an die Körperform möglich ist. Neben den Quarzsandliegen-Treatments ergänzen Erlebnisbehandlungen wie die Abhyanga (ayurvedische Ganzkörperölmassage) oder Lomi Lomi Nui (Traditionsganzkörpermassage aus Hawaii) das Spa-Programm. Für entschlackende Körperbehandlungen gibt es wahlweise Körperpeelings, Hamam-Erlebnisse, Cellulitebehandlungen und klassische Massagen.

Wer es lieber etwas aktiver mag, kann seine Bahnen im 16 mal 9 Meter



großen Schwimmbad ziehen. Besonderes Highlight: das große Glasdach, welches tagsüber den Raum lichtdurchfluten lässt und nachts die Sterne auf dem Wasserspiegel einfängt. Oder Workouts im Fitnessbereich machen – im modernsten „TechnoGym“ mit Cardio-Ausdauer- und Kraftgeräten sowie einem täglich wechselnden Kursprogramm. Auch Yoga-freunden wird das Resort gerecht.

Die unterschiedlichen Ausrichtungen der Yogalehre werden zusätzlich zu den speziell ausgebildeten Yogis des Severin*s Resort & Spa im Sommer auch von der bekannten Yogi Ann Hintzpeter unterrichtet. Drei Spa-Mitarbeiterinnen des Severin*s, die als international anerkannte Yogalehrerinnen der American Yoga Alliance® ausgezeichnet sind, bieten Personal Yoga Training auch im Freien an. Auf der Terrasse und im Garten des Resorts schweift der Blick über die malerische Landschaft und Dünen Richtung Nordsee.

Die Verbundenheit zum Ort und dessen hohe Relevanz für die Entwicklung der Spa-Philosophie spiegelt sich auch in den verwendeten Materialien und Produkten wider, alle Beläge und Wandverkleidungen sind aus deutschem Jurastein und Hölzern gefertigt. Natürlich wird dem Gast auch kulinarisch viel geboten. Das Fünf-Sterne-Superior-Resort ist gekennzeichnet durch echte Leidenschaft für die feine Sylter Küche. Zur Auswahl stehen das legere Abendrestaurant Tipken's mit seinem „Wine & Dine“-Konzept oder das Hoog, in der man unkomplizierte und regionale Küche serviert bekommt.

Severin*s Resort & Spa

Am Tipkenhoog 18 · D-25980 Keitum/Sylt · Tel. +49 (0)4651 460660
www.severins-sylt.de · Preis pro Person im DZ ab 160 Euro

Gewinnen Sie ein Traum-Wochenende für zwei Personen:

Schnuppern Sie die frische Brise der Nordsee, spazieren Sie im Wattenmeer und genießen Sie exklusive Wellness-Treatments. Der Gewinn umfasst 2 Übernachtungen für 2 Personen im Doppelzimmer inklusive Frühstück, sowie 1 Abendessen für 2 Personen im Restaurant Hoog und Nutzung des exklusiven Spa-Bereiches.

Reisezeitraum auf Anfrage und nach Verfügbarkeit in Saison A und B. Der Gutschein ist nicht übertragbar und nicht auszahlbar.

Senden Sie uns dazu bitte eine E-Mail an gewinnspiel@reviderm.com und teilen Sie uns mit, von welchem Kosmetikinstitut Sie care erhalten haben.

Teilnahmeberechtigt sind Personen, die wohnhaft in der Bundesrepublik Deutschland, Österreich, Italien oder der Schweiz sind und das 18. Lebensjahr vollendet haben. Mitarbeiter des Magazins care sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

Teilnahmeschluss: 30.09.2018



haut verstehener

insights people ansichten

Was bringt die Arbeit für eine dermokosmetische Firma wie REVIDERM mit sich? An erster Stelle sehr viel Nähe zu Menschen, denn Haut ist alles – außer oberflächlich



Vielleicht kennen Sie das: Wenn wir etwas Schönes häufig erleben, verlieren wir bisweilen den Blick für das Besondere an diesem schönen Etwas, finden es angenehm, aber sind nicht mehr so recht mit dem Herzen bei der Sache. Und dann kommt wie aus dem Nichts plötzlich ein großes Gefühl, eine Ergriffenheit, weil wir das Besondere wieder sehen. Genau so ging's der Redaktion bei der Arbeit an den folgenden Seiten. Als die REVIDERM-Mitarbeiter aus verschiedenen Abteilungen Einblicke in ihre Arbeit gewährt haben (ab Seite 64), Dr. Sabine Gütt die komplexen Ursachen für die sogenannte sensible Haut aufgedeckt (ab Seite 66), Sabrina Hüner, Eventmanagerin bei REVIDERM, von ihren Er-

lebnissen im Hautversther-Bus berichtet (ab Seite 68) und die Hamburger Hautexpertin Jana Dobric von den Begegnungen in ihrem REVIDERM skinmedics-Insitut erzählt hat (ab Seite 70), da wurde uns wieder mit jeder Faser klar, wie unglaublich dicht Haut und Seele verbunden sind, und welche fundamentale Bedeutung gute Hautpflege haben kann.

Giovanni Fasiello, Make-up Artistic Director von REVIDERM, geht wie immer aufs Ganze. Auf Seite 74 fasst er aus persönlicher Sicht zusammen, was auch Forscher betonen: Echtes Glück kommt aus unserer Mitte.

Es lebe die Abwechslung

Bei der REVIDERM AG dreht sich alles um die Hautgesundheit und um dermokosmetische Pflege. So einzigartig wie die Produkte und Technologien sind auch die Berufsbilder und Jobs des Münchener Unternehmens. Höchste Zeit, mal ein paar Insights zu erhalten und vier Arbeitsbereiche genauer unter die Lupe zu nehmen

Customer Service: Die Kundenflüsterer



Gemeinsam im Team bespricht der Customer Service, welche News es in Sachen Produktlieferungen und Kundenzufriedenheit gibt. Der regelmäßige Austausch ist für den offenen und direkten Dialog mit den Kunden essenziell.

„
An meinem Job
liebe ich, dass ich
tagtäglich Men-
schen weiterhelfe.“

Doris Fellner,
Customer Service Mitarbeiterin



Immer ein offenes Ohr. Doris Fellner widmet sich mit großem Engagement den Anliegen der REVIDERM-Kunden.

Welche Produkte können das Pflegesortiment ergänzen und erweitern? Zu den Aufgaben des Produktmanagements gehört auch das kontinuierliche Sourcing neuer Produktideen.

Produktmanagement: Die Wirkstoff-Experten



Gemeinsam auf bessere Ideen kommen. Für kreatives und zielorientiertes Brainstorming zieht sich das Produktmanagement auch öfter zurück.

„
Mein größtes Erfolgserlebnis ist es,
wenn ich miterlebe, dass ein in
unserem Team entwickeltes Produkt
beim Kunden gut ankommt und ein
echtes Bedürfnis befriedigt.“

Heike Scharmann,
Leitung Produktmanagement

Immer mobil. Um das gesamte Gebiet Bayern-Süd abzudecken und ihre Kunden stets zu besuchen, fährt Ervina Dizdarevic im Monat ca. 8.000 Kilometer



Keinerlei Berührungsängste. Als REVIDERM Area-Managerin oder Area-Trainerin klopft man immer wieder an verschiedene Türen.



**Außendienst:
Die Unermüdlichen**

” Im Vertrieb gleicht kein Tag dem anderen. Immer wieder komme ich mit neuen Menschen in Kontakt, fahre in unbekannte Städte und erfahre neue Stories. Das fasziniert mich und motiviert mich.

Ervina Dizdarevic,
Außendienstmitarbeiterin Region Bayern

C
A
R
E
C
O
N
T
R
I
B
U
T
E

” Meine große Leidenschaft ist, dermokosmetisches Wissen weiterzugeben.

Dagmar Schuflla,
Trainer national



Auf die Kombination kommt es an: Die Schulungen der REVIDERM academy bestehen stets aus Theorie- und Praxisteil.



**Academy:
Die Wissens-
vermittler**

Tolles Vorbild: Hautnah zeigt die Trainerin in den Schulungen, wie die Behandlungen Schritt für Schritt ablaufen und worauf es zu achten gilt.

Auch Interesse an einem wahrlich schönen Job?

Dann informieren Sie sich auf der REVIDERM Website zu den derzeit gesuchten Angeboten: <https://www.reviderm.com/unternehmen/karriere/angebote.html> oder bewerben Sie sich initiativ und senden Sie eine Mail an karriere@reviderm.com. Jetzt Teil der REVIDERM Familie werden!

Eine Welt voller Sensibelchen?

Bereits im Jahr 2012 konstatierte das *International Journal of Cosmetic Science*, dass 60 bis 80 Prozent der europäischen Bevölkerung ihre Haut als sensibel einschätzen. Wie verhält es sich heute, ab wann leidet man unter neurogener Haut? Antworten hat Dr. Sabine Gütt, Kosmetologin und Cosmetic Consultant

Kann man von einem Boom der neurogenen Haut sprechen?

SG: Ja, ich erlebe jährlich auf Kongressen, dass Hautirritationen und -entzündungen zunehmen. Gespräche mit Medizinern oder Fachkosmetikerinnen stützen diese Beobachtung und bestätigen diese Entwicklung.

Wird jede Haut, die juckt oder brennt, als sensible Haut bezeichnet?

SG: So einfach und pauschal kann man das nicht sagen. Es bedarf bei der Bestimmung des Hautzustandes immer einer genauen Analyse. Bei dieser werden die unterschiedlichen Faktoren berücksichtigt, die alle Einfluss auf den Hautzustand haben, wie z.B. Lifestyle, Schlafverhalten, Ernährung und Trinkverhalten, Umwelttoxine, verwendete Pflegeprodukte, Medikamente, aber auch Stress.

Kann ich selbst diagnostizieren, ob ich unter einer sensiblen Haut leide?

SG: Die meisten Menschen sind sehr schnell im Urteilen, was ihren Hautzustand betrifft. Ich erlebe häufig, dass leichtfertig von sensibler Haut gesprochen wird, obwohl noch gar keine konkrete Analyse stattgefunden hat. Generell bevorzuge ich den Begriff der „neurosensitiven Haut“, was beschreibt,

dass die Haut eine übersteigerte Reaktivität aufweist und damit wenig Toleranz hat. Bei neurosensitiver Haut spielen proinflammatorische Botenstoffe – sogenannte Zytokine – eine wichtige Rolle. Diese übermäßig exprimierten Neuropeptide verursachen Veränderungen an den Blutgefäßen mit den bekannten Folgeerscheinungen: Sie stellen die Hautkapillare weit (Vasodilatation), wodurch die Haut rot wird (Erythem), erhöhen die Durchlässigkeit der Gefäßwände (Permeabilität) der Blutgefäße mit der Folge einer Schwellung oder eines Ödems und induzieren Juckreiz.

Rötungen und Schwellung, das klingt nach einer Allergie, oder?

SG: Nein, nicht jeder Überempfindlichkeit der Haut liegt eine Allergie zugrunde. Bei einer Allergie führt ein spezieller Auslöser stets zur Hautreaktion, für diesen Fall muss das Allergen ausfindig gemacht und künftig strikt gemieden werden. Bei einer Überempfindlichkeit, die neurosensitiver Haut zugrunde liegt, ist die Toleranz gegenüber bestimmten Reizstoffen erniedrigt, und es kommt zu den beschriebenen sicht- oder wahrnehmbaren Symptomen. Ob es sich um eine allergische Reaktion, etwa auf einen Inhaltsstoff einer Creme handelt,

oder „nur“ um hypersensible Haut, ist für Betroffene schwer zu unterscheiden. Daher ist die Analyse durch einen Hautexperten auch so immens wichtig.



Zur Person – Dr. Sabine Gütt

Die promovierte Kosmetologin bietet international Beratung für Produktentwicklung von Hautpflegeprodukten und Marketing an, dermatokosmetische Ausbildung sowie Konzeption und Durchführung von Fachschulungen. Ihre fundierte Expertise basiert auf einer außergewöhnlichen Kombination aus Theorie und Praxis. Seit 2001 ist Frau Dr. Gütt Mitglied im wissenschaftlichen Beirat der REVIDERM AG und maßgeblich an der Produktentwicklung beteiligt.

Wie genau sieht solch eine Analyse aus?

SG: Bei der Analyse erfasst z.B. die ausgebildete Fachkosmetikerin objektive Symptome. Kennzeichnend sind reduzierte Menge an schützenden Lipiden und Verlust an Feuchtigkeit, was auf einen erhöhten transepidermalen Wasserverlust hinweist, Weiterhin Rötung und Schuppigkeit der Haut. Darüber hinaus werden subjektive Symptome erfragt: ob und wann die Haut spannt, juckt, prickelt, brennt oder generell zu Missempfindungen neigt.

Was mache ich, wenn mir bestätigt wurde, dass ich eine neurosensitive Haut habe?

SG: Am wichtigsten ist natürlich, Verstärker, sogenannte Trigger (z.B. Wolle) zu vermeiden und eine barrierefreundliche und -stärkende Basispflege zu verwenden. Dabei sollten Wirkstoffe zum Einsatz kommen, die die natürliche Schutzfunktion der Hornschicht und des Hydrolipidfilms wiederherstellen und die beruhigend auf das Hautnervensystem wirken. Alle möglicherweise reizenden oder allergenen Wirk- oder Hilfsstoffe sind strikt zu vermeiden – allen voran Duftstoffe, künstliche Farbstoffe und stark entfettende Tenside.

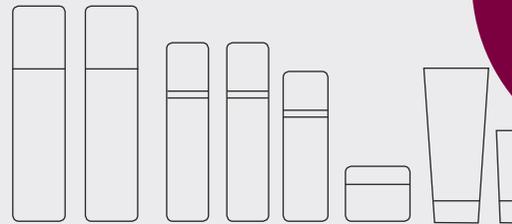
Sie sprechen von Triggern, welche sind das?

SG: Die Trigger sind individuell verschieden und können thermischer Art sein (Hitze, Kälte), es kann eine extrem hohe Luftfeuchtigkeit, aber auch sehr trockene Luft sein. Daneben kommen diverse chemische Stoffe in Frage, innerlich aufgenommen oder äußerlich mit der Haut in Kontakt gekommen. Die Trigger zu identifizieren ist die Kunst bei der Analyse. Daher ist das Gespräch mit dem Hautexperten bzw. der Hautexpertin auch für die Identifikation möglicher Trigger so wichtig.

REVIDERM

de-stress your skin

coming
soon



Neuro Sensitive

Die neue Systempflege für neurosensitive Haut.

Fragen Sie Ihre REVIDERM Hautexpertin.

DERMOKOSMETIK

VERTRÄGLICH
& WIRKSAM

MADE IN GERMANY



[www.reviderm.com/
institute/institutsfinder.html](http://www.reviderm.com/institute/institutsfinder.html)

Tournee mit Tuchföhlung

Der REVIDERM Hautverstehet-Bus lenkt als rollendes Kosmetik-Institut auch im Jahr 2018 wieder den Fokus auf das Thema Hautgesundheit. Im Interview erklärt Eventmanagerin, Sabrina Hüner, wie die Einsätze aussehen und was den Bus so besonders macht

Haben Sie sich im Hautverstehet-Bus schon einmal gelangweilt?

SH: Nein, der Andrang ist immer groß. Da merkt man, wie wichtig Hautaufklärung ist, die allermeisten haben großen Nachholbedarf. Und genau diesem Bedarf werden wir mit dem REVIDERM Hautverstehet-Bus gerecht. Denn hier sind nur professionell ausgebildete Hautexperten im Einsatz – unsere Fachkosmetikerinnen oder natürlich auch der REVIDERM Außendienst. Jeder Besucher erhält im ersten Schritt eine Hautanalyse. Diese gibt z.B. Aufschluss, wie es um den Lipid- oder auch Feuchtigkeitsgehalt der Haut steht. Wenn z.B. eine Gesichtshälfte trockener als die andere ist und man nachfragt, ob man eventuell häufiger auf der trockenen Seite schläft, kommen die Besucher rich-



Nicht nur auf dem BARMER Women's Run sorgt der REVIDERM Hautverstehet-Bus für Begeisterung.

tig ins Staunen. Viele hatten ja noch nie eine professionelle Hautanalyse und wissen nicht, was die Hautgesundheit beeinflusst.

Was ist das häufigste Hautproblem?

SH: Jeder hat seine Haut irgendwann einmal selbst diagnostiziert, aber für Nachfragen fehlt oft das Selbstbewusstsein. Es ist paradox, die Leute sagen, dass Hautprobleme ihre Psyche belasten, aber nennen sie im gleichen Atemzug „Wehwechen“, behandeln sich mit was auch immer und nehmen es hin, wenn sich nichts bessert. In den allermeisten Fällen liegen die Besucher mit ihrer Einschätzung daneben und nutzen falsche Produkte.

Gibt es typische Besucher?

SH: Nein, unsere Gäste sind sehr unterschiedlich. Wir begrüßen zum einen Personen im Bus, die einfach neugierig sind, was sich in unserem schönen Kosmetikinstitut auf Rädern verbirgt, aber natürlich auch Menschen, die die Gelegenheit nutzen, sich zu ihrem Hautzustand unverbindlich beraten zu lassen. Zumeist bleibt es aber nicht nur bei der reinen Beratung, oft zeigen wir, was in Kombination mit apparativen Technologien möglich ist. Die Mikrodermabrasion bietet sich dabei immer sehr an, denn



Im Auftrag der Hautgesundheit: Sabrina Hüner koordiniert zusammen mit dem Außendienst der REVIDERM AG den Tourenplan 2018.

das Hautbild wird nicht nur verfeinert, nachfolgende Wirkstoffe können auch wesentlich besser in tiefere Hautschichten eindringen. Am schönsten ist es natürlich, wenn man für wahre Aha-Erlebnisse sorgt oder wenn sich der Gast so gut beraten und behandelt fühlt, dass er sich am Ende der Testbehandlung mit Tränen in den Augen bedankt. Ich habe wörtlich schon im Bus gehört, wie eine Frau sagte: „Heute habe ich das erste Mal in meinem Leben das Gefühl, dass ich eine Verbesserung meines Hautbildes erreichen kann.“ Wir begegnen oft Menschen, die haben jahrelang Hautprobleme, und in unserem Hautverstehet-Bus bekommen sie zum ersten Mal eine Lösung gezeigt.

Wieso gehen solche Menschen nicht zum Dermatologen, was meinen Sie?

SH: Ich denke, dass die Hürde, sich in ärztliche Hände zu begeben, immer noch recht groß ist. Da ist so ein Besuch natürlich wesentlich unkomplizierter und mit weniger Aufwand verbunden. Und die Dermokosmetik kann mit der Kombination aus apparativer und pflegender Kosmetik großartige Ergeb-



Alles unter einem Dach. Im REVIDERM Hautversteh-Bus können alle Behandlungen getestet werden, wie z.B. das Micro-Needling mit dem REVIDERM SkinNeedler.

nisse erzielen und das Hautbild sichtbar verbessern. Selbstverständlich schicken aber unsere Hautexpertinnen die Busbesucher direkt zum Dermatologen, sollte eine ärztliche Behandlung notwendig und dringend erforderlich sein.

Dann stellt der Bus einen ersten und unkomplizierten Touchpoint mit der professionellen Kosmetik dar, oder?

SH: Ja, so kann man es beschreiben. Die meisten Besucher wissen vorher oft nicht, wo sie überhaupt hingehen können – oder erfinden Ausreden wie Zeitmangel. Einmal den Anstoß gegeben, findet sich dann doch die Zeit dafür. Nach der kostenlosen Probebehandlung wird in der Regel fast immer direkt ein Termin im Institut vereinbart. Und das ist ja auch die Idee dahinter: Man informiert sich, lernt die Fachkosmetikerin kennen und entscheidet sich dann, dem Thema Hautgesundheit mehr Beachtung zu schenken.

Erinnern Sie sich an einen ganz besonderen Gast?

SH: Eine Dame besuchte im Rahmen des BARMER Women's Run in Stuttgart den Bus. Sie hatte eine starke Couperose und litt sichtlich darunter. Ohne gro-

ßes Selbstbewusstsein erzählte sie der Hautexpertin im Bus: „Eigentlich bin ich ein hoffnungsloser Fall.“ Nach der Beratung hat sie die Kosmetikerin und jeden im Bus in den Arm genommen, vor Glücksgefühl darüber, dass sie endlich das Gefühl hatte, auf einem guten Weg zu sein. Das war ein echter Gänsehautmoment, das vergisst man nicht so schnell. Daran erkennt man erst wieder, wie wichtig der Hautzustand für unser Befinden und unser Wohlergehen ist. Wenn jemand die Haut versteht, fühlt sich der ganze Mensch verstanden.

Wagen sich auch Männer in den Bus?

SH: Durchaus, wobei der weibliche Anteil wesentlich höher ist. Kosmetik wird von vielen Männern eben doch als etwas Weibliches angesehen. Völlig zu Unrecht, denn Haut trägt schließlich jeder! Ich kann mich zum Beispiel an einen Herrn erinnern, der saß erst ganz schüchtern da. Als die Expertin ihn ansprach, rückte er damit heraus, dass er Hautsorgen hat. Nach der Behandlung sagte er ganz klar, dass er auch nicht versteht, wieso er so lange gewartet hatte. Daher sage ich immer: Nicht lange zögern, einfach einsteigen!



facts

Der Hautversteh-Bus

- April 2017: Der Hautversteh-Bus geht erstmals auf Tour
- 47 Mal hat er zwischen April 2017 und April 2018 in Städten und auf Messen Halt gemacht
- Bis zu 15 Behandlungen können täglich im Bus stattfinden
- Über 200 Hautberatungen an einem Tag sind der Rekord (erzielt auf dem BARMER Women's Run Frankfurt)
- 20 REVIDERM-Kosmetikerinnen sind schon mitgereist
- Rund 5200 Hautberatungen fanden im ersten Jahr statt

Bitte einsteigen!

Der Bus kommt auch in Ihre Nähe. Alle Termine unter:

www.reviderm.de/hautversteh/



Zur Person – Sabrina Hüner

Sabrina Hüner ist passionierte Eventmanagerin bei der REVIDERM AG. Im April 2017 hat sie den REVIDERM Hautversteh-Bus erstmals erfolgreich auf die Straße gebracht und erobert gemeinsam mit ihrem Team die Straßen in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Mit viel Engagement setzt sie sich dafür ein, dass jeder Stopp zum perfekten Event wird, egal, ob beim BARMER Women's Run, auf Messen oder Marktplätzen.



über den teller-rand

Auf der Suche nach dem wahren Glück zieht es mich dieses Mal magisch nach Nordeuropa. Schließlich leben dort angeblich die glücklichsten Bewohner unseres Planeten, wie es zumindest die Wissenschaftler der New York Columbia im World Happiness Report, der seit 2012 rausgegeben wird, konstatieren. Sieger des unangefochtenen Glücks sind die Dänen. Aber auch die Norweger, Schweden und Finnen rangieren in puncto Glückseligkeit ganz vorne.

Sind die Nordlichter etwa wirklich so viel glücklicher als wir? Oder definieren unsere europäischen Nachbarn nur das Glück anders? Bei der Frage nach der Definition könnte vielleicht Google weiterhelfen. Und tatsächlich, sucht man nach den Wortbedeutungen für „Glück“, verbirgt sich dahinter eine weitaus tiefere Bedeutung. Denn hierbei wird der Fokus auf das richtige Maß gesetzt. Wikipedia spricht von „gerade richtig, eben nicht zu viel und nicht zu wenig, die ideale Balance und Ausgewogenheit“.

Doch wie sieht die ideale Balance aus? Ich denke, dass es vor allem die Abkehr vom rein Materialistischen ist. Denn das allein macht uns nicht glücklich. Betrachtet man zum Beispiel diejenigen, die viel Geld haben, wird oftmals das Paradoxe sichtbar: Mit viel Geld kann man sich zwar viel leisten, die Garantie zum Glückseligkeit geht damit aber nicht einher. Zumeist werden nur noch sehr kurze Momente des Glücks empfunden. Und zwar genau in dem Augenblick, in dem ein weiteres Konsumgut erworben wird, das in der nächsten Sekunde bereits als unnütz abgetan oder vergessen ist. Von Euphorie oder gar innerer, tiefer Zufriedenheit kann dabei nicht mehr die Rede sein.

Glück kann man nicht kaufen, man spürt es. In jeder Zelle seines Körpers. Es ist ein Gefühl der inneren Zufriedenheit, das länger andauert als nur ein Urlaub, ein spontaner Produktkauf oder der Verzehr von Schokolade. Vielmehr sollte man sich aller Faktoren bewusst werden, die das Glückseligkeit beeinflussen: An oberster Stelle steht dabei die Gesundheit, an zweiter die Liebe und an dritter die persönliche Freiheit. Diese drei Glücks-Booster sind völlig unabhängig von meinem Kontostand. Es ist das emotionale Konto, auf das man stets einzahlen sollte. Mit schönen Augenblicken, mit dem Bewusstsein, was einem geschenkt wird. Rechnet man Einnahmen und Ausgaben auf unserem emotionalen Konto gegeneinander, so wird deutlich, es ist die Balance, die uns glücklich sein lässt. Es ist das Geben und Nehmen!

Finde die Mitte ... zwischen Freizeit und Arbeit, Freunde und Familie, Luxus und Verzicht. Zelebriere die kleinen Wohlfühlmomente und sei dankbar für alles, was dir geschenkt wird, ob materialistisch oder rein emotional.

Als Make-up Artistic Director führe ich mir diese Ausgewogenheit auch beim Styling vor Augen. Das Make-up muss stets ausgeglichen wirken. Betone ich sehr stark die Augen, so nehme ich mich bei den Lippen zurück. Und auch bei der Auswahl der Produkte gilt es, die Mitte zu finden. Weniger ist oftmals mehr. Natürlich kann ich schon für 20 Euro eine ganze Lidschatten-Palette erwerben, die dann unglaubliche 50 Nuancen beinhaltet. Aber meistens verwendet man dann eben doch nur drei Farbtöne, und ob die perfekt auf dem Lid halten und ihre volle Strahlkraft entfalten, bleibt fraglich. Viel zielführender ist da doch die Variante, einen hochwertigen Lidschatten in ausgewählten Farben zu kaufen.

Balance sollte sich aber nicht nur bei der dekorativen Pflege finden, sie geht weit darüber hinaus. Denn nur eine ausgeglichene Haut stellt die Basis für das perfekte Finish dar. Sie ist uns dankbar, wenn wir unseren Stress unter Kontrolle haben, wenn wir uns gesund ernähren und uns ausreichend bewegen.

Ist es nicht an der Zeit, dass auch wir der Welt beweisen, dass wir glücklich sein können? Und wäre es nicht ein schönes Ziel, statt des Bruttoinlandsprodukts den Glücksindex zu steigern? Im hohen Norden ist man sich der Tragweite des Glückseligkeit bewusst. Hier weiß man um die richtige Balance zwischen Geben und Nehmen. Denn wahres Glück ermöglicht nicht nur, dass wir Höchstleistungen erbringen, es steigert auch das Wohlbefinden und die Gesundheit. Wie Voltaire bereits im 18. Jahrhundert wusste: „Da es sehr förderlich für die Gesundheit ist, habe ich beschlossen, glücklich zu sein.“ Diesen Worten möchte ich folgen, denn sie haben bis heute nicht an Gültigkeit verloren.



Zur Person – Giovanni Fasiello

Der Make-up Artistic Director kreiert zusammen mit REVIDERM das skincare-inspired make-up. Der gebürtige Münchener möchte mit seinen Looks und Farben die Seelen der Frauen zum Strahlen bringen. Deshalb betont er stets die individuelle Schönheit seiner Modelle und schminkt sie niemals nach Schema F. Giovanni Fasiello bietet eigene Seminare zu Visagistenbildungen an, in denen er seine langjährige Expertise gerne weitergibt. Er war bereits für Marken wie Dolce & Gabbana sowie Cartier tätig.

Erfah-
rung
heißt, das
Gute zu
bewahren
und
Neues
zu
perfek-
tionieren.

Dominik Bauermeister

Vorstand REVIDERM AG

REVIDERM



DERMOKOSMETIK
VERTRÄGLICH
& WIRKSAM
MADE IN GERMANY

CARE
TRUE

Individuelle
Pflege für sicht-
bare Ergebnisse.

Art.-Nr. 40113