

# GLAMOUR®

DEUTSCHLAND 2,20 € ÖSTERREICH 2,40 €  
SCHWEIZ 4,30 SFR GLAMOUR.DE

JUNI 2018

Lässige Sommerschönheit:  
Isabeli Fontana

## MODE

SPORTY CHIC  
ZARTE KLEIDER  
DIE 4 BASICS  
DES SOMMERS

## BEAUTY

ZU WELCHEM  
TRIBE GEHÖREN SIE?

**+ KNOW-HOW**

Bunte Eyeliner  
Was Sie in Ihrem Gesicht  
lesen können  
Lichtschutz mit Öko-Faktor



IHR EXTRA

Die Shopping-Card,  
die unsere Beauty-Wünsche  
erfüllt



# SO SMART, Miss Sunshine!

Stimmt es, dass man sich jetzt auch vor Blaulicht schützen soll?

Dermatologin Dr. Susanne Steinkraus aus Hamburg: „Unbedingt! Blaulicht ist nach neuesten Studien noch schädlicher für die Haut als Sonnenlicht. Es heißt auch HEV-Licht, das steht für high energy visible, also hochenergetisches, sichtbares Licht. Es kommt ganz natürlich vor als Teil des Sonnenlichts, wird aber auch von Computern, Smartphones und Tablets ausgestrahlt. Und da es bis in die untersten Hautschichten eindringen kann, beschleunigt es durch die Bildung freier Radikale die Hautalterung und schädigt die Zellen. Der Kollagenfaserabbau und die Entstehung von Fältchen werden angekurbelt, außerdem kann HEV-Licht zur Entstehung von Pigmentverschiebungen beitragen. Achten Sie beim Kauf von neuen Cremes ab sofort also auch auf ein Anti-Blue-Light-Siegel.“

## News für die SONNENCREME-SAISON 2018:

Wir haben drei Experten gefragt, wie wir uns und auch das Meer jetzt am besten schützen



Gibt es tolle neue Produkte für die Handtasche?

Klar, zum Beispiel transparente UV-Schutz-Sticks, die man sogar ruck, zuck über dem Make-up auftragen kann. David Bergvall von der Sonnenmarke Isdin: „Auch Puderpinsel mit 100% mineralischen Filtern sind ideal für unterwegs.“



**1 Zum Auftragen:** „Suncare Clear Stick UV Protector SPF 50+“ von Shiseido, um 30 Euro.  
**2 Zum Aufstäuben:** „Photo-protector Sun Brush Mineral“ von Isdin, um 35 Euro

Foto: Getty Images

## Schadet Sonnencreme dem Meer?

„Beim Baden können unter anderem UV-Filter und Stoffe wie Polymere – vom BUND als Mikroplastik bezeichnet – ins Wasser gelangen. Diese werden bei konventioneller Kosmetik z. B. für Wasserfestigkeit eingesetzt“, so Dr. Bernhard Irrgang vom Naturkosmetik-Profi Weleda. „Für Naturkosmetik darf man weder chemische UV-Filter noch Polymere verwenden – dies ist ein grundlegender Unterschied zu herkömmlichem Sonnenschutz. Stattdessen kommen Pigmente wie Titandioxid zum Einsatz, die je nach Größe in der INCI-Liste auf der Verpackungsrückseite als „nano“ deklariert werden müssen – für Kunden die einzige Möglichkeit für einen Check. Wer auf Nummer sicher

gehen möchte, setzt also auf mineralische Non-nano-UV-Filter – hier sind die Partikel größer. Nicht wundern: Diese Produkte lassen sich zäher verteilen und hinterlassen einen weißlichen Schimmer auf der Haut. Auch mit extra wasserfesten Cremes lassen sich Rückstände im Meer minimieren – am allerbesten wäre aber natürlich, nur im UV-Shirt baden zu gehen.“



- 1 Mit Hyaluron und Olivenöl:** „UV-Bronze Body SPF 30“ von Filorga, um 35 Euro.  
**2 Mit Hyaluron und Vitamin E:** „Hyaluron Sonnenpflege Gesicht getönt“ von Medipharm Cosmetics, um 20 Euro

## Meine Haut ist echt empfindlich – und jetzt?

„Die Verträglichkeit von Sonnencremes hängt zwar nicht nur von UV-Filtern ab, sensible Typen vertragen aber mineralische Filter aus Titandioxid oder Zinkoxid oft besser – die reflektieren das Licht nur und lösen keine photoallergischen Reaktionen oder Kontaktallergien aus“, meint Dr. Irrgang von Weleda. „Chemische Filter reagieren auf der Hautoberfläche und wandeln das Licht um. Hier können Molekülverbindungen entstehen, die Allergien hervorrufen. Die Filter sind übrigens auf der Verpackung angegeben.“

- 1 Schützt auch vor Blaulicht** (s. li.): „Your Daily High Protection Sun Cream SPF 30“ von Team Dr. Joseph, um 30 Euro, über spatacular.de.  
**2 Beugt Flecken vor:** „Photoderm M SPF 50+“ von Bioderma, um 19 Euro



### Warum bekomme ich trotz aller Vorsicht Pigmentflecke?

#### Wie kann ich mich noch besser vor Hautalterung in Acht nehmen?

„Ich rate bei Sonnenschutz zur Kombination ausgewählter Inhaltsstoffe“, sagt David Bergvall von der Kosmetikmarke Isdin. „Denn so sehr wir die Sonne genießen, sie ist auch für Fältchenbildung verantwortlich. Besorgen Sie sich einen Lichtschutz, der nicht nur vor allen Strahlen-Arten schützt, sondern z. B. auch Hyaluronsäure für die Feuchtigkeitsspeicher der Haut enthält oder antioxidative Wirkstoffe wie beispielsweise das Coenzym Q10 oder die Vitamine C und E. Sie können die durch das UV-Licht entstandenen freien Radikale neutralisieren.“

Dermatologin Dr. Steinkraus: „Zum einen ist der Schutz durch Sonnencreme nie 100-prozentig. Andererseits entstehen Pigmentflecke auch häufig auf vorgeschädigter Haut, die in Kindheit und Jugend zu viel Sonne abbekommen hat – hier trifft der Spruch ‚die Haut vergisst nie‘ zu. Hormonelle Schwankungen können das Auftreten von Pigmentverschiebungen begünstigen, sodass häufig schon wenig UV-Strahlung ausreicht, um Flecke zu verursachen. Achten Sie weiterhin auf wirklich täglichen Lichtschutz und angemessene Kleidung.“



- 1 Verträglich dank weniger Inhaltsstoffe:** „Sun Sensitive Softening Body Milk SPF 50“ von Lancaster, um 30 Euro.  
**2 Mit mineralischem Non-Nano-Filter:** „Edelweiss Sonnencreme Gesicht LSF 30“ von Weleda, um 14 Euro


## Schadet Sonnencreme meiner Vitamin-D-Produktion?

Dr. Steinkraus: „Sie verringert diese, wobei noch unklar ist, in welchem Umfang. Das Bundesamt für Strahlenschutz empfiehlt für eine ausreichende Vitamin-D-Produktion, zwei- bis dreimal pro Woche unbedeckt in die Sonne zu gehen, ohne dass dabei ein Sonnenbrand entsteht. Bei einem Hauttyp II bedeutet das z. B. bei einem sonnenbrandwirksamen UV-Index von 7 eine Bestrahlungszeit von ca. 12 Minuten.“



**1 Trocknet sofort:** „Fotoprotector hydrO<sub>2</sub> Lotion“ von Isdin, um 25 Euro. **2 Ohne Rückstände:** „Sensitive Protect Sun Spray Transparent LSF 50“ von Eucerin, um 20 Euro. **3 Leichte Formel:** „Ambre Solaire UV Water Spray LSF 30“ von Garnier, um 9 Euro. **4 Spendet Feuchtigkeit:** „Idéal Soleil Hyaluron Sonnenspray LSF 30“ von Vichy, um 20 Euro

## Wie frischst man UV-Schutz auf?

„Erst mal gilt: Sonnencreme verlängert die hauttypabhängige Eigenschutzzeit“, sagt Dermatologin Dr. Steinkraus. „Beträgt der Eigenschutz bei einem Hauttyp II-III also ca. zehn Minuten, so kann man theoretisch durch Auftragen von LSF 30 ganze 300 Minuten (10 x 30) oder 5 Stunden in der Sonne bleiben. Nutzen sollte man davon aber nur zwei Drittel und auch dann wegen Schwitzen oder Wasserkontakt jede Stunde nachcremen. Wer unsicher ist, kann seinen Hauttyp z. B. unter [haut.de](http://haut.de) bestimmen. Neu und easy in der Anwendung sind Sprays, die einen flächigen Schutz bieten und nur leicht verrieben werden müssen.“ 

Nr. 1  
Produkt  
bei Narben und  
Dehnungsstreifen

(Quelle: Nielsen +  
IMS Health 2017)\*



Neue Verpackung, bewährte Formulierung

„Ich benutze Ihr Produkt jetzt fast schon ein halbes Jahr und muss Ihnen sagen, dass ich noch nichts Besseres gefunden habe. Ich habe seit meiner Jugend enorme Wachstumstreifen am Rücken und an den Beinen. Und dank Ihres Produkts hat sich das Erscheinungsbild völlig verändert. Die Narben sind kaum noch zu spüren ... Wahnsinnsprodukt. Machen Sie weiter so.“  
Nancy, Deutschland

Bi-Oil® ist ein spezielles Kosmetikum zur Hautpflege, entwickelt, um das Erscheinungsbild von Narben, Dehnungsstreifen und ungleichmäßiger Hauttönung zu verbessern. Die einzigartige Formulierung mit dem speziellen Bestandteil PurCellin Oil™ eignet sich darüber hinaus zur Anwendung bei reifer und trockener Haut. Für weitere Informationen zum Produkt und Detailinformationen zu Wirkungsstudien besuchen Sie bitte [bi-oil.com](http://bi-oil.com). Ergebnisse sind individuell verschieden. Bi-Oil® ist überall erhältlich in gut geführten Drogeriemärkten, Apotheken und im Lebensmitteleinzelhandel.

\*Quelle: Nielsen Handelspanel; Artikel nach Absatz / Umsatz 2017