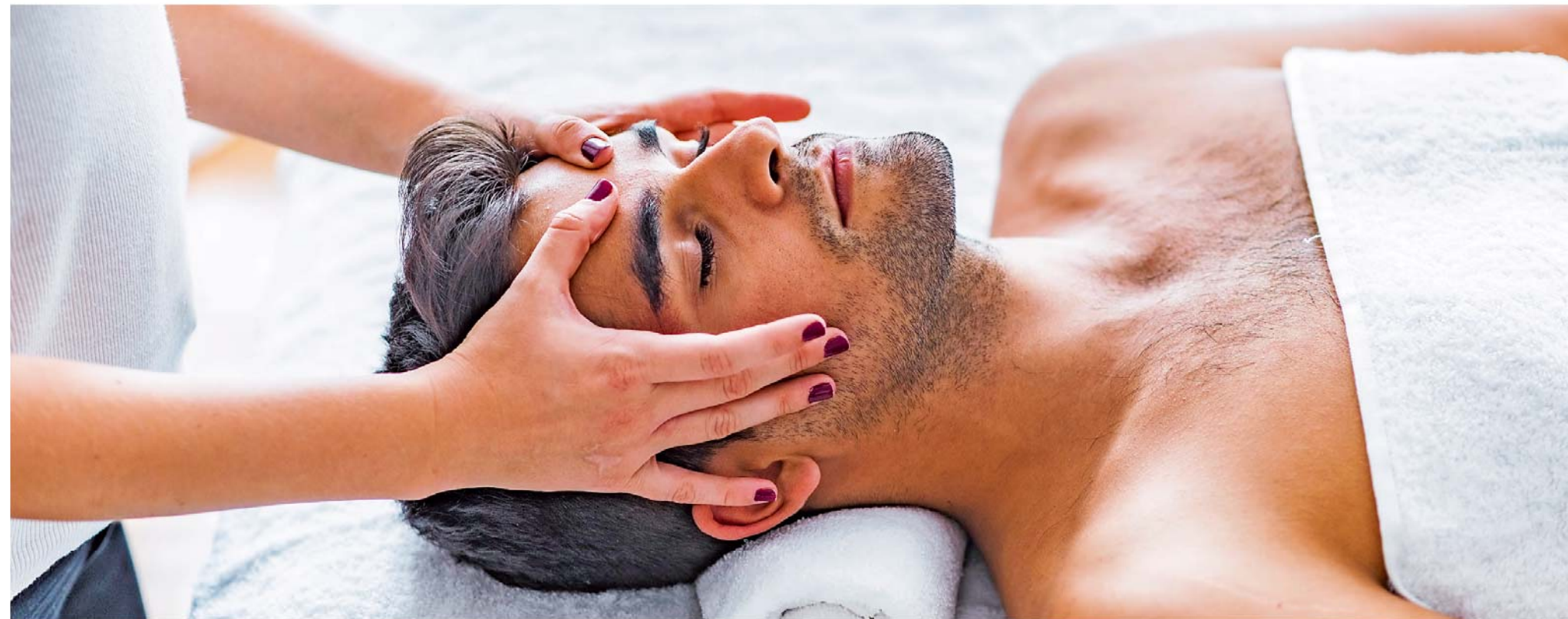


Auch die männliche Haut braucht Pflege

Wellness-Hotels bieten spezielle Anwendungen, die Herren zum Entspannen und Regenerieren einladen.



Wellness-Angebote gibt es auch für Männer. Die speziellen Programme sollen für Erholung und Entspannung sorgen. Bei diesem Hotelgast steigert eine Gesichtsmassage das Wohlfühl.

FOTO: ISTOCK

VON KATHARINA ROLSHAUSEN

KARLSRUHE 16 Prozent der Männer hierzulande nutzen Anti-Falten-Cremes, zwölf Peelings und neun Gesichtsmasken. Das ergab eine Umfrage im Auftrag der Schwemninger Krankenkasse. Die Vergleichszahlen der Frauen lagen bei diesen Produkten zwischen 45 und 59 Prozent, also deutlich höher. Dass auch männliche Haut Pflege braucht, bestätigt Dr. Dirk Meyer-Rogge. Zwar sei sie aufgrund des höheren Fettgehaltes meist anspruchsloser als die weibliche Haut, „allerdings führt dies speziell bei jüngeren Männern verstärkt zu Akne-Pickeln“, erklärt der Dermatologe aus Karlsruhe. Das erfordere in jüngeren Jahren eine intensivere Reinigung der Haut, um sie zu entfetten.

Mit zunehmendem Alter werde Männerhaut trockener. Dann müsse die Pflege entsprechend angepasst werden. „Man sieht langfristig einen gravierenden Unterschied

zwischen den Gesichtern, die regelmäßig gepflegt werden, und denjenigen, denen die Pflege vorenthalten wird“, sagt der Hautarzt.

Er beobachtet, dass das Interesse der Männer an Gesichts- und Körperpflege zwar langsam, aber kontinuierlich wachse. „Hier findet gerade ein Generationenwechsel statt, der dazu führt, dass auch Männer zunehmend merken, dass Hautpflege nicht ‚wehtut‘“

Bei Frauen fühlt sich die Haut nach einer intensiven Behandlung oftmals weicher und sanfter an. Männer erleben das meist nicht in diesem Ausmaß. „Deswegen ist der Druck, eine Schönheitsbehandlung durchführen zu lassen, beim männlichen Geschlecht deutlich geringer“, erklärt Meyer-Rogge.

Dass trotzdem viele Wellness-Hotels Anwendungen für Herren anbieten, hat seiner Meinung nach einen anderen Grund: „In der heutigen Zeit steht der Stressabbau im Vordergrund. Und eine entspannende Gesichts- oder Körperbehand-

lung wirkt nicht nur auf die Haut, sondern lässt auch die Seele entspannen.“

Ein steigendes Interesse der Männer an Wellness stellt auch Melinda Skofitsch fest, Beauty-Leiterin im Hotel Allgäu Sonne in Oberstaufen. „Grundsätzlich wollen die meis-

„Eine entspannende Gesichts- oder Körperbehandlung wirkt nicht nur auf die Haut, sondern lässt auch die Seele entspannen.“

Dr. Dirk Meyer-Rogge
Dermatologe aus Karlsruhe

ten Herren nicht so viel Chichi. Sie möchten eher alles komprimiert und in kurzer Zeit ein gutes Ergebnis sehen. Wenn sie aber einmal da waren, kommen sie zu 90 Prozent wieder.“

In dem Fünf-Sterne-Hotel wird eine speziell auf die Männerhaut ab-

gestimmten Pflegeserie verwendet. „Diese ist hocheffektiv. Daher kann auch bei einer kurzen Behandlung das Maximum an Wirkung erzielt werden“, sagt Skofitsch. Sie empfiehlt unter anderem das „Gentlemen's Package“, das von allem etwas beinhaltet. „Für den Körper das Ganzkörperpeeling, nach dem sich die Haut streichelart anfühlt, für Hände und Füße eine extra Anwendung sowie für das Gesicht eine 30-minütige Behandlung mit einem feuchtigkeitsspendenden Serum und einer Maske, welche in die Haut einmassiert wird.“

Zu einem „Wellnesstag für Männer“ lädt der Peterhof in der Tiroler Gemeinde Kössen ein. Neben einer Gesichtsbehandlung, einer Ganzkörpermassage mit einer Fußreflexzonenmassage sowie wahlweise einer Maniküre oder Pediküre beinhaltet er ein Basensalzpeeling in der Thalassowanne.

„In dem weichen, fast milchig anmutenden basischen Vollbad findet der Gast Erholung und Regenerati-

on. Es reinigt und pflegt die Haut und entspannt zudem den gesamten Organismus“, erklärt Daniel Tamegger, Spa-Leiter des Vier-Sterne-Superior-Wellnesshotels an der Grenze zu Bayern. Das Bad in der Thalassowanne sei eine jahrhundertalte Therapiemethode. Durch die Verwendung von Meerwasser werde die Heilkraft der enthaltenen Mineralien und Spurenelemente genutzt. Der Körper werde entschlackt und der Stoffwechsel angeregt.

„Strapazierte Männerhaut wird glatter und fester. Regelmäßige basische Bäder können die Erholung und Regeneration fördern“, sagt der Wellness-Experte.

Frauen und Männern hätten ähnliche Erwartungen an eine Wellness-Behandlung, erklärt Daniel Tamegger. Es sei jedoch wichtig, die Anwendungen für jeden Gast nach dessen Vorlieben zu gestalten. „So ist es möglich, speziell für den Mann einen Schönheitstag zusammenzustellen, bei dem er Erholung und Regeneration findet.“

MELDUNGEN

Warnung vor unseriösen Aloe-Vera-Anbietern

DÜSSELDORF (tha) Der Saft der Aloe Vera entfaltet in vielen Kosmetikprodukten seine hautpflegende Wirkung. „Es soll feuchtigkeitsspendend und glättend wirken“, berichtet der Deutsche Wellness-Verband über das Gel, das unter anderem Cremes zugesetzt wird. Er warnt zugleich aber vor dem „diffusen Vertrieb von Aloe-Vera-Produkten im Internet“. Verbraucher sollten auf das Siegel des „International Aloe Science Council“ (IASC) oder das Bio-Siegel achten.

Shampoo nur für Kopfhaut und Ansatz

BERLIN (tha) Star-Friseur Dennis Kreuzberg, der unter anderem Schauspielerinnen Charlize Theron, Sänger James Blunt und Unterhaltungskünstlerin Desirée Nick zu seinen Kunden zählt, rät, beim Haarewaschen nur die Kopfhaut und den Ansatz einzuschäumen. Längen und Spitzen würden beim Ausspülen automatisch mitgewaschen. Zudem sollten die Haare niemals über Kopf gewaschen werden, da dies eine unnatürliche Haltung für das Haar sei, das im massen Zustand besonders empfindlich sei.

Pflegestifte trocknen die Lippen nicht aus

DARMSTADT (tha) Dem Mythos, dass Stifte zur Lippenpflege den Eigenschutz der Haut reduzieren, widerspricht www.haut.de. Die Expertenplattform rund um Hautpflege und Kosmetik erklärt dazu: „Wenn die Wirkung der Pflegestifte nachlässt, mag der Eindruck entstehen, die Lippen seien trockener als vorher. Doch das ist ein Trugschluss, denn die Lippenhaut verfügt anders als die übrigen Hautzellen des Körpers nicht über Talgdrüsen, die üblicherweise für die Fettversorgung der Haut zuständig sind.“ Deshalb sei es ratsam, die Lippen bei besonderen Beanspruchungen durch Wind, Kälte oder Sonne zu schützen.

Produktion dieser Seite:
Katharina Rolshausen
Martin Lindemann

Baldrian hilft beim Entspannen

FRANKFURT (tha) Die beruhigende Wirkung von Baldrian wurde bereits in vielen Studien bestätigt. Noch stärker wirke das Kraut in Kombination mit Melisse, Hopfen und Passionsblume, erklärt Dr. Theodor Dingermann, Professor für Pharmazeutische Biologie an der Universität Frankfurt. Baldrian-Präparate sollten mehrmals täglich über einige Wochen eingenommen werden, da sich ihre Wirkung auf Gehirn und den Organismus erst mit der Zeit entfalte. Die Anwendungsdauer ist nicht begrenzt.

Schminkexperten verraten ihre Make-up-Tricks

MÜNCHEN (tha) „Wir Frauen haben eine klaren Vorteil gegenüber Männern: Die können nichts machen, wenn sie unausgeschlafen aussehen. Wir haben Concealer und Rouge.“ Dieses Zitat stammt von Bobbi Brow, einer der bekanntesten Make-up-Expertinnen der USA.

Schminktipp von ihr gibt es unter anderem in Büchern und Workshops. Darin verrät sie zum Beispiel, wie sich eine passende Foundation, die Grundierung fürs Make-up, finden lässt: „Man muss den Ton auf seiner Wange probieren. Wenn die

Foundation dort verschwindet, ist es die richtige Farbe.“ Für den Ausgleich dunklerer Partien eigne sich ein Bronzer. Mit dem dunklen Gesichtspuder können Konturen betont werden. Außerdem „zaubert“ er auf Wunsch einen sonnengeküssten Teint.

Ebenso zur internationalen Visagisten-Elite zählt der Münchner Horst Kirchberger, der bereits in Rom, Mailand, Paris und New York Top-Models für den Laufsteg schminkte. Er erklärt unter anderem, wie Wimpern richtig getuscht

werden: Zuerst sollten die feinen Härchen mit einer Wimpernzange in Form gebracht werden, dann sorgt eine gebogene Wimpernbürste für Schwung.

Mit Volumen-Mascara lassen sich die Wimpern optisch verdichten. Sie wird vom Wimpernansatz zur Spitze sowie vom inneren Augenwinkel nach außen aufgetragen. „Ruckeln Sie dabei leicht, das macht die Wimpern länger“, lautet der Proftipp. Mit Mascara in Burgunderfarben bekommen die Augen eine ganz besondere Strahlkraft.

Star-Visagistin Serena Goldenbaum, die unter anderem schon für das Make-up von Claudia Schiffer, Eva Padberg und Helene Fischer verantwortlich war, hat für das Lippen-schminken jede Menge Ratschläge. Für volle Lippen empfiehlt die Hamburgerin natürliche, helle Farben wie Rosa und Rosenholz. Schmale Lippen sollten mit einem Konturenstift umrandet werden, bevor sie mit einem Glanzlippenstift betont werden. Für eine bessere Haltbarkeit können die Lippen vorab mit Make-up grundiert werden.

Spätestens seit seinen Auftritten als Jury-Mitglied bei der Fernsehshow „Germany's Next Top Model“ ist der in Memmingen geborene Visagist Boris Entrup hierzulande bekannt. Auch Naomi Campbell, Veronica Ferres und die Kronprinzessin Mary von Dänemark vertrauten seinen Künsten bereits. Sein Rezept fürs Make-up: „Man sollte mit dem anfangen, was man schön findet am eigenen Gesicht. Das kann man dann herausarbeiten und betonen. Für den Rest reichen ein paar Sekunden.“

MELDUNGEN

Harnstoff erhält die Feuchtigkeit der Haut

MÜNCHEN (tha) Manche Pflegeprodukte für trockene Haut enthalten Harnstoff, auch Urea genannt. „Er ist ein natürliches Mittel zum Feuchthalten“, erklärt die Münchner Apothekerin Ursula Kindl. Die Substanz stabilisiere die Hautbarriere, indem sie in die oberste Hautschicht eindringt und Feuchtigkeitsverlust verhindere. Harnstoff wird aus Kohlendioxid und Ammoniak synthetisch gewonnen.

Rizinusöl ist gesunde Alternative in Lippgloss

FRANKFURT (tha) Im Auftrag von Öko-Test wurden Lippgloss auf bedenkliche Inhaltsstoffe überprüft, sowohl Naturkosmetika als auch konventionelle Produkte. Kein herkömmlicher Lippgloss wurde besser als „ausreichend“ bewertet. Grund

dafür sind die enthaltenen Paraffine oder paraffinähnliche Stoffe, die in Kosmetikpflegende Öle ersetzen, meist aus Erdöl hergestellt werden und sich im Körper anreichern können. Naturkosmetikanbieter nutzen unter anderem Rizinusöl als gesunde Alternative.

Tipps gegen dunkle Augenringe

WANGEN (tha) Gegen bläuliche Schatten unter den Augen empfiehlt Anne Burth, Apothekerin und Kosmetikfachberaterin aus Wangen, Pflegeprodukte mit Wirkstoffen, die die Mikrozirkulation der Haut anregen. Bei Schwellungen in diesem Bereich können kühlende Augen-Roll-ons und -gele mit Extrakten aus Rosskastanie für Linderungen sorgen. Auch Hausmittel wie das zehnmütige Auflegen kalter Löffelrücken oder Schwarzteebeutel können abschwellend wirken.

Die Trendfrisuren für Herbst und Winter

„Metropolis“ heißt die aktuelle Kollektion des Zentralverbandes des Deutschen Friseurhandwerks.

KÖLN (tha) Mut, Entschlossenheit und Selbstvertrauen sollen die Frisuren ausstrahlen, die der Zentralverband des Deutschen Friseurhandwerks (ZV) als aktuelle Herbst- und Winterkollektion vorgestellt hat. Sie trage den Titel „Metropolis“ und lasse Technologie, Fashiontrends sowie die menschliche Fantasie verschmelzen. Auffallend seien die klaren Formen, die zugleich wandelbar seien.

Für die trendbewusste Dame wird unter anderem ein „grafischer Box-Bob“ mit akkurat geschnittenem Pony empfohlen, der weiche Struktur mit harter Kontur vereint. Er komme besonders gut in einem kühlen Blondton zur Geltung, in dem dunkle Strähnen spannende Akzente setzen.

Auch feine Mini-Wellen und deutlich erkennbare Stufenschnitte mit



Die Trendfrisuren für Damen und Herren kombinieren weiche Strukturen mit harten Konturen. FOTO: ZENTRALVERBAND DES DEUTSCHEN FRISURHANDWERKS/MARIO NAEGLER

kompakten Ponypartien sind nun angesagt.

Bei den Herren entfaltet kühles Silberblond seine futuristische Wirkung. Die Konturen sind kurz gehalten, das Deckhaar hingegen länger gestuft. Somit sind unterschiedliche Stylings möglich.

Eine pflegeleichte Variante ist der „Buzz-Cut“, der nach ZV-Angaben „bereits halb Hollywood erobert hat“. Die markante Kurzhaarfrisur wird mit einer fülligen, runden Ponypartie kombiniert. Der Verband rät bei dieser Frisur zu einem glänzenden Kupferton.

Männer können ihr Modebewusstsein auch mit einer dreieckigen Frontansicht, bei der der Pony einseitig spitz bis zur Wange verläuft, oder mit dynamischen Wellen und Locken am Oberkopf zum Ausdruck bringen.