

# Männer, drückt auf die Tube!

**Auch Männer brauchen regelmässig einen Klecks Creme im Gesicht. Denn Heizungs- und Frostluft machen ihrem Teint ebenso zu schaffen wie die Rasur.**

Die Frau ist heute nicht mehr das einzige Geschlecht, das gegen faltige Haut ankämpfen will. Auch der Mann will jung und attraktiv erscheinen und die Spuren des Alters so lange wie möglich hinauszögern. Der Griff in den Topf der Gattin reicht da aber nicht aus. Schliesslich brauchen Männeroberflächen eigene Produkte. Denn was Mann wissen muss: «Männerhaut braucht eine etwas andere Pflege als die einer Frau», weiss die dipl. Drogistin **Doris Hermann**, Mitinhaberin der Drogerie Hermann in Unterägeri.

«Die Struktur der männlichen Gesichtshaut ist viel robuster, da sie aus wesentlich mehr Hornschichten besteht. Deshalb enthalten Pflegeprodukte für Männer grundsätzlich weniger Fett.» Zudem altere Männerhaut ab vierzig schneller als bei Frauen, was einen erhöhten Anteil an Feuchtigkeit, Kollagen und Elastin in den Pflegeprodukten nötig mache.

## Rasieren, aber richtig

Was die Männerhaut besonders belastet, ist die tägliche Rasur. «Deshalb sollten unbedingt ein Rasierschaum und eine scharfe Klinge verwendet werden», erklärt Doris Hermann. Nach der Rasur sei ein Balsam oder Gesichtswasser ein Muss. Die Drogistin rät zu einer Aftershave-Creme oder -Emulsion, die zum Beispiel Glycerin oder Hyaluronsäure enthält, um Reizungen zu verhindern und leichte Blutungen zu stoppen. Rasierwasser könne sie allerdings nicht empfehlen, da es häufig brenne und die Haut unnötig austrockne.

## Basisprodukte für den Mann

Aber nicht nur Rasieren reizt die Gesichtshaut. Auch ungesunde Ernährung, Alkohol und Nikotin, Stress, Umwelteinflüsse wie Sonne, Hitze und Kälte – und nicht selten auch die falschen Pflegeprodukte belasten. Die Drogistin

empfiehlt Männern folgende Grundausstattung für die tägliche Pflege:

- ein mildes Waschgel für die Reinigung (nicht das Duschmittel verwenden!)
- einen milden Rasierschaum
- einen Aftershave-Balsam
- eine fettfreie, hauttypgerechte Tagescreme
- eine regenerierende Nachtcreme
- Sonnenschutzprodukte

## Die fünf Hauttypen

Für die Gesichtspflege – ob Mann oder Frau – ist es wichtig zu wissen, mit welchem Hauttyp man es zu tun hat. Grundsätzlich lassen sich fünf unterscheiden: die fettige, die normale, die Misch-, die trockene und empfindliche sowie die allergische Haut. Am einfachsten ist, sich in einer Drogerie über den Hauttyp von einer Fachperson aufklären zu lassen.

# meine-haut.ch

Ganz egal, ob Sie Ihrer Haut einfach nur Gutes tun wollen oder ob Sie Hilfe bei Hautproblemen brauchen: unter [www.meine-haut.ch](http://www.meine-haut.ch) finden Sie alles, was Sie zum Thema Haut wissen müssen. Hier können Sie sich informieren, austauschen und den Rat von Fachexperten holen. Besuchen Sie uns noch heute – Ihre Haut wird es Ihnen danken!



Ein lückenloses Sortiment an hochwertigen, pH-neutralen und hypoallergenen Produkten: Besser können Sie Ihre Haut nicht pflegen! Sibonet – seit 1952 Ihr Spezialist für sensible Haut.

**sibonet**  
pH 5.5 HYPOALLERGEN

**20%**

Rabatt auf alle Produkte von Sibonet.  
Gültig vom 1. – 30.11.2013,  
einzulösen in Drogerien und Apotheken.



**Gesichtspflege ist auch Männersache.**

### **Fahrplan für die tägliche Gesichtspflege**

– **Reinigung:** Befreien Sie die Haut mit einem Reinigungsgel von Schmutz. Dazu einfach Hals und Gesicht mit Wasser anfeuchten, einen etwa haselnussgrossen Klecks des Gels in der Hand zusammen mit etwas Wasser aufschäumen, und den Schaum gleichmässig auf Gesicht und Hals verteilen. Wer mag, kann das Auftragen des Gels mit einer kleinen Gesichtsmassage verbinden, indem mit Zeige- und Mittelfinger und leichtem Druck kleine Kreise aufs

Gesicht gezeichnet werden. Danach das Gel gut abspülen.

**Extratipp:** Wer auf Effizienz setzt, der kann die Reinigung beim Duschen einbauen. Wer es gerne noch gründlicher hat, kann ein- bis zweimal pro Woche ein Peeling anwenden. Achtung: Direkt nach einem Gesichtspeeling sollte nicht rasiert werden, denn die Gefahr, sich zu schneiden, ist dann erhöht.

– **Entfetten:** Reinigen Sie allenfalls mit einem Tonic nach, um die Haut etwas zu entfetten. Vor allem, wenn sie glänzt

oder unrein ist, sollte zur Nachreinigung ein Tonic eingesetzt werden. Denn solche Gesichtswasser wirken entzündungshemmend und entfetten die Haut zusätzlich. Am einfachsten das Tonic auf ein Wattepad geben und dann das Gesicht, ausgenommen die Augenpartie, reinigen. Wer unter trockener oder besonders empfindlicher Haut leidet, sollte auf ein beruhigendes, alkoholfreies Produkt achten.

**Extratipp:** Ein Dreitagebart ist keine Ausrede dafür, auf ein Tonic zu verzichten. Anstelle des Wattepads kann das Reinigungs-



höheren Lichtschutzfaktor, zusätzlichen Vitaminen oder glättendem Antifalteneffekt ermöglichen eine individuelle Pflege.

### Trockene und kalte Luft schadet der Haut

Im Winter, wenn die Luft kalt und trocken ist, braucht die Haut mehr Zuwendung. «Die Gesichtsschmierung kann einen leicht höheren Fettanteil enthalten, und die empfindliche Augenpartie sollte zusätzlich gepflegt werden», so die Drogistin Doris Hermann. Ein guter Sonnenschutz sei im Schnee und beim Sport draussen wichtig, allenfalls auch ein Kälteschutz. Mit Balsam können die Lippen zudem vor kleinen Rissen geschützt werden.

Text: Anania Hostettler

Foto: Corinne Futterlieb

#### Mann, ist der stur

Was tun, wenn sich der Partner jeglichen Cremes verweigert und seine Haut wieder einmal so trocken, schuppig und spröde ist, dass das Küssen nur noch halb so viel Spass macht? Doris Hermann kennt diese Fragen aus dem Drogeriealltag: «Dann gilt es, mal mit ein, zwei Produkten anzufangen und ihn nicht gleich von einer kompletten Pflegeausstattung überzeugen zu wollen. Praktische Two-in-one-Produkte vereinfachen die Pflege und sparen Zeit, das mögen Männer.»

wasser genau gleich wie ein Aftershave mit sauberen Händen aufgetragen werden.

– **Pflegen:** Versorgen Sie die Haut dann mit einer feuchtigkeitsspendenden Pflege. Denn Umwelteinflüsse wie Wind, Sonne und Kälte strapazieren die Haut, Eincremen macht die Haut widerstandsfähiger. Wichtig dabei ist, ein auf den Hauttyp abgestimmtes Produkt zu verwenden, sei dies eine Creme, ein Fluid, eine Emulsion oder ein Gel.

**Extratipp:** Produkte mit wertvollen Zusatzfunktionen wie beispielsweise einem

#### Mehr Wissen:



[vitagate.ch/schoenheit/gesichtspflege/maenner](http://vitagate.ch/schoenheit/gesichtspflege/maenner)

[vitagate.ch](http://vitagate.ch) – Jeden Tag einen Klick gesünder!

Weitere Tipps zu den drei Reinigungs- und Pflegeschritten finden Sie hier.



## Excipial Kids®

Beruhigt und regeneriert die Haut

Innovative Waschlösungen für trockene und juckende Baby- und Kinderhaut

Dank **besonders milder Tenside** und der innovativen Kombination der drei Inhaltsstoffe **SymCalmin®**, **Dexpanthenol** und **Glycerin** wird die Haut besonders schonend gereinigt und bereits beim Waschen beruhigt und befeuchtet.

**NEU**  
Jetzt auch als  
Wasch-Schaum  
und Shampoo



Excipial Kids®  
Wasch-Schaum

Excipial Kids® Shampoo