



Braune Beine aus der Sprühpistole



Bräunungsnebel ist eine Alternative zu schädlichem UV-Licht - Tipps für längere Haltbarkeit

Gegen blasse Winterhaut hilft Selbstbräuner. Mit ungeübten Händen aus der Tube aufgetragen, entsteht auf der Haut jedoch schnell ein fleckiges Ergebnis. Sprühbräune, sogenanntes „Airbrush Tanning“, kann Unebenheiten ausgleichen.

Von unserer Mitarbeiterin Daniela Schulz

Stuttgart. Ganzjährig gebräunt zu sein, das ist der Traum vieler Schönheitsfans. Doch auch Stars aus Hollywood müssen für ihren vermeintlich perfekten Sommerteint nicht ständig in die Karibik fliegen. Sie setzen meist auf „Tanning“, eine Selbstbräunungsmethode, oft auch „fake tan“ genannt, also falsche Bräune. Denn sie wird lediglich auf die Haut aufgesprüht und verblasst von alleine, wenn sie nicht regelmäßig wieder aufgefrischt wird.

Vorreiter England

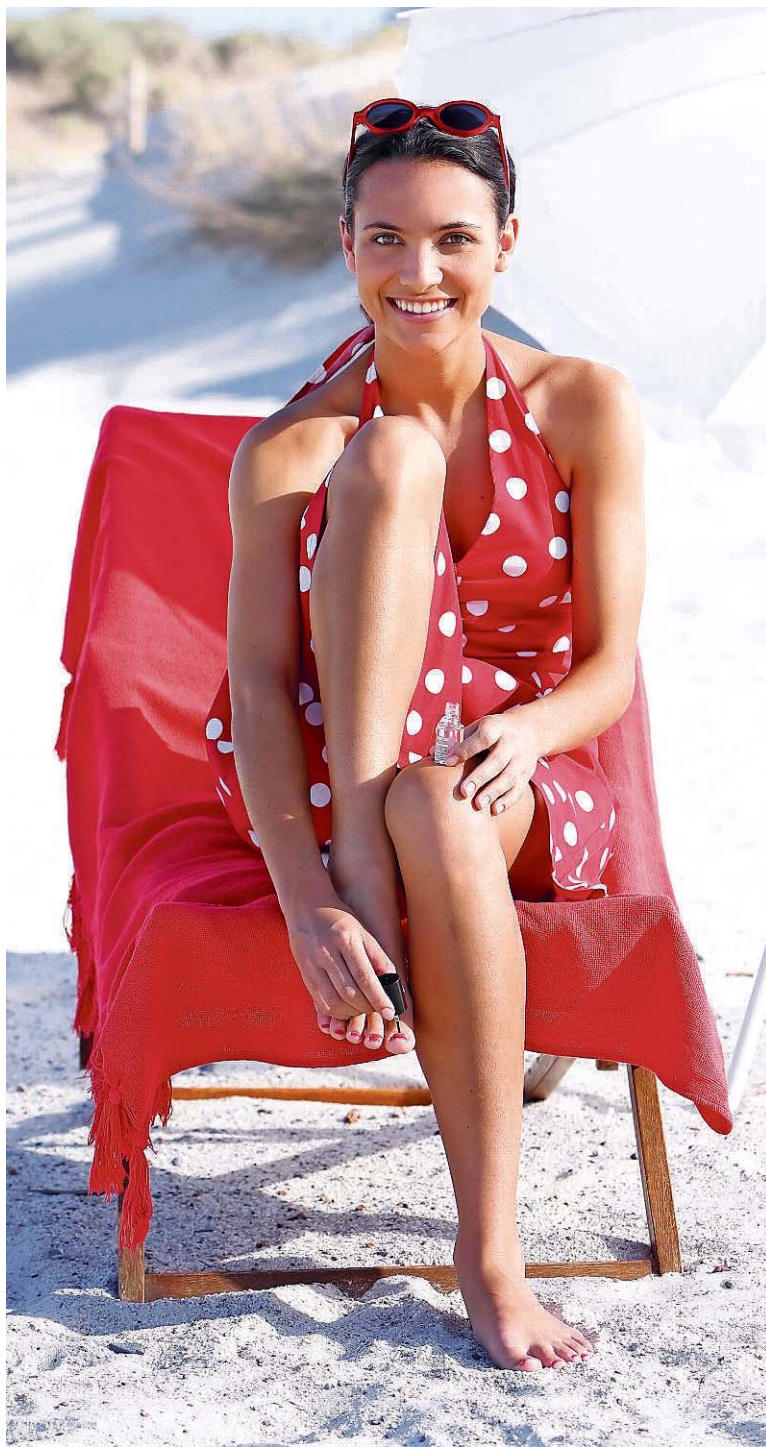
„Bei uns ist das Tanning noch nicht so verbreitet wie in England, den USA oder Australien“, berichtet Bettina Müller, die in Stuttgart zwei Airbrush-Tanning-Studios betreibt. „In Australien geht wegen der gefährlichen UV-Strahlung keiner mehr in die Sonne, da gibt es Tanning an jeder Ecke.“ Doch wie die englische Zeitung „The Guardian“ berichtet, ist es weniger die Angst vor Hautkrebs, die zum Beispiel viele Engländer vom Sonnenbaden oder dem Besuch im Solarium abhält: Es ist eher die Gefahr einer vorzeitigen Hautalterung, die UV-Licht bewirken kann. Engländerinnen gelten als besonders verliebt in braune Haut. Laut einer Studie der britischen Kaufhauskette Debenhams nutzen 43 Prozent aller Frauen in England Selbstbräuner, manche bis

zu fünf Mal im Monat.

Airbrush-Tanning funktioniert mit Hilfe einer Sprühpistole. Bettina Müller erklärt: „Mit einem eigens abgestimmten und entwickelten Sprühsystem wird hochkonzentrierter Selbstbräuner von geschultem Fachpersonal auf die Haut aufgetragen. Durch das sehr gleichmäßige Auftragen entsteht nach etwa sechs bis acht Stunden ein einheitliches Bräunungsergebnis.“ Anders als bei Bräunungsduschen, die sich in zwischen beispielsweise viele Sonnen- oder Kosmetikstudios leisten, können durch die Sprühpistole Unregelmäßigkeiten in der Haut besser korrigiert werden. Müller: „Beim Airbrush-Tanning kann man stärker und leichter sprühen, je nachdem, wie hell der Hauttyp ist.“ Vorteilhaft ist das variable Sprühsystem nach Erfahrung der Stuttgarterin auch für Menschen mit Körperbehaarung oder mit Pigmentstörungen, also weißen Flecken auf der Haut. Bettina Müller arbeitet mit Hautärzten zusammen und hat, wie sie erzählt, schon Patienten, die unter der Weißfleckenkrankheit leiden, erfolgreich behandeln können.

Nicht einatmen

Der Wirkstoff im Sprühnebel, der die Bräune hervorruft, heißt Dihydroxyaceton, kurz DHA. Der Stoff wird in geringer Konzentration meist als unbedenklich eingestuft. Er reagiert mit den freien Aminogruppen der Eiweiße in der äußeren Hornschicht der Haut und färbt sie bräunlich-gelblich ein. Doch wie das Magazin Ökotest herausgefunden hat, zerfällt die Substanz unter Wärmeeinwirkung: „Wenn sie über längere Zeit gelagert wird, entsteht Formaldehyd.“ Der Stoff gilt als



Viele Menschen helfen etwas nach, um den perfekten, dunkleren Sommerteint zu erhalten. Bräunungsspray ist dabei vor allem in England sehr verbreitet. FOTO: LA ROCHE-POSAY/BEAUTYPRESS

krebserregend. Die Stiftung Warentest bezeichnet die Mengen, die bei Überlagerung entstehen, dagegen aber als so gering, dass keine Gesundheitsgefahr besteht. Auch ihren Tests zufolge ist DHA „die gesündeste Art, braun zu werden“. Allergien kämen kaum vor.

Bleibt jedoch die Gefahr, den Sprühnebel einzusatmen. US-Forscher warnen davor, dass DHA Gesundheitsprobleme verursachen kann, wenn sich der Stoff auf der Lunge festsetzt. Bettina Müller hat sich in ihrem Studio deshalb mit einer eigens eingerichteten Absauganlage gegen dieses Problem gewappnet. „Denn nicht nur die Kunden, sondern auch das Personal müssen geschützt werden“, sagt sie.

Lockere Kleidung tragen

Eine Airbrush-Sitzung im Studio dauert etwa 30 Minuten. Die Anwendung kostet je nachdem, wie viele Körperteile eingesprüht werden, zwischen 15 und 40 Euro. Während der etwa sechsstündigen Einwirkzeit empfiehlt Bettina Müller dunkle, lockere Kleidung zu tragen, damit nichts abfärben kann. Etwa sieben bis zehn Tage hält die Bräune aus der Pistole, dann muss sie aufgefrischt werden. Übermäßiges Schwitzen und Chlorwasser können der Bräune zusetzen. Müller sagt: „Für den Urlaub ist es daher empfehlenswert, sich ordentlich einzucremen und die Bräune wasserfest zu versiegeln.“

Überhaupt gilt Sonnenschutz als Muss, denn durch die künstliche Bräune wird der reale Hautton lediglich überdeckt. Müller: „Wer künstlich gebräunt ist, fühlt sich in der Sonne schnell sicher, dabei kann man sich sehr verschätzen und sich verbrennen.“

NACHRICHTEN

Essen mit Vitamin H sorgt für schönes Haar

Bonn. Vitamin H kann für schöne Haare sorgen. Es hilft beim Aufbau von Keratin, was ein Hauptbestandteil der Haare ist. Aber der Körper kann Vitamin H nicht selber produzieren, sondern muss es über die Nahrung aufnehmen. Darauf weist die Deutsche Haut- und Allergiehilfe hin. Enthalten ist es in Leber, Haferflocken, Champignons, Eigelb und Sojabohnen. Bei stark strapazierten Haaren hilft eine Kur mit Vitamin H. Daneben beeinflussen vor allem Vitamin B, Eisen, Kalzium und Eiweiß den Haarwuchs. *dpa*

Lippenstift hält auf trockener Basis besser

Hamburg. Damit die Farbe des Lippenstiftes besser hält, sollten Frauen vor dem Schminken darauf verzichten, einen Lippenpflegestift zu verwenden. Das empfiehlt die Zeitschrift Brigitte. Die Lippen sollten glatt, trocken und fettfrei sein. Noch haltbarer und gleichmäßiger wird das Lippen-Make-up, wenn man vorher eine beigefarbene Spezialgrundierung aufträgt. *cjo*

Richtige Pflege strafft das Dekolleté

München. Da die Haut der Frauen um die Brust herum sehr dünn ist, verliert sie schnell an Festigkeit. Das Magazin Elle hat einige Tipps, wie das Dekolleté dennoch straff bleibt: Pflegeprodukte mit Algenextrakten oder Vitamin C sind geeignet, um die Haut mit Nährstoffen zu versorgen. Wichtig ist aber, die Creme vorsichtig einzustreichen und nicht einzumassieren, um das Gewebe nicht zu überdehnen. Auch tägliche Wechselduschen festigen die Haut. *cjo*

Sonnenbrille sollte viele UV-Strahlen abhalten

Düsseldorf. Die Gläser einer guten Sonnenbrille sollten möglichst viele Wellenlängen des Lichts unterhalb von 400 Nanometern von den Augen abhalten. Nur so schützen sie ausreichend vor schmerzhaften Entzündungen der Binde- und Hornhaut, erläutert der Zentralverband der Augenoptiker. Verbraucher erkennen solche Sonnenbrillen an der Bezeichnung UV-400. *dpa*

Cranberry-Saft frischt rote Haarfarbe auf

Wernigerode. Cranberry-Saft verleiht roten Haaren eine stärkere Leuchtkraft. Das berichtet das Internetportal cosmoty.de. Der naturreine Saft wird einfach nach dem Duschen gut in die Haare eingeknetet und nach drei Minuten Einwirkzeit gründlich ausgespült. Neben einem frischeren Farbton wird durch den Cranberry-Saft zusätzlich die Haarstruktur gestärkt. *cjo*

Bad in Olivenöl pflegt die Fingernägel

Bonn. Ein Bad in Oliven-, Mandel- oder Jojobaöl tut den Fingernägeln und Händen gut. Sie erhalten so Fett und Feuchtigkeit zurück. Etwa einmal pro Woche sollte man die Hände in das lauwarme Öl halten, rät die Deutsche Haut- und Allergiehilfe in Bonn. Danach werden vor allem brüchige und trockene Nägel am besten mit speziellem Nagelöl massiert. *dpa*

PRODUKTION DIESER SEITE:
CHRISTINA JOHN
MARTIN LINDEMANN

Tief liegende Stützhaare verleihen kurzer Frisur mehr Volumen

Worms. Sogenannte Stützhaare sorgen in einer Kurzhaarfrisur für mehr Volumen. Unter Stützhaar verstehen Friseure, dass an bestimmten Stellen das Haar ein-



Durch eine bestimmte Schneidetechnik kann eine Kurzhaarfrisur locker und reich an Volumen wirken. FOTO: KERALOCK/BEAUTYPRESS

geschnitten wird. Das erläutert Jens Dagné von der Friseurvereinigung Intercioiffure Deutschland: „Dabei werden die unter dem Deckhaar liegenden Haare mit einer speziellen Schneidetechnik zwischendurch gekürzt. Weil sie sich gegenseitig abstützen, gibt das einen wunderbaren Halt und sorgt für noch mehr Volumen.“ Aber: „Dieser Volumenhaarschnitt darf nur in ganz bestimmten Intervallen geschehen“, sagt der Friseurmeister aus Worms. Sonst werde die Frisur insgesamt sehr kurz. Auch für mittellanges Haar gibt es einen Trick für mehr Volumen – mit Hilfe einer Art Klinge. „Der Calligraph schneidet das Haar durch seine leicht gekippte Klinge schräg an, vergleichbar mit dem behutsamen Schnitt eines Blütenstängels“, sagt Dagné: „Das Haar wird nicht verletzt, vielmehr gelingt durch eine betont sanfte Führung der Klinge eine sichtbare Bewegung im Haar, die es voller erscheinen lässt.“ *dpa*

Bodylotion zum Duschen ersetzt die Seife nicht

Frankfurt/Main. Neue Bodylotions können schon auf der nassen Haut verwendet werden. Teilweise müssen Verbraucher sich nach dem Auftragen aber noch mal abduschen, erläutert Birgit Huber vom Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel (IKW) in Frankfurt am Main. Ein Duschgel oder eine Seife ersetzen die Bodylotions jedoch nicht. Der Grund ist, dass die Produkte nicht reinigen können und nicht schäumen. Stattdessen versorgen sie die Haut mit

Feuchtigkeit und schützen sie vor dem Austrocknen.

Das Produkt zieht sofort ein und wird deshalb beim Abtrocknen mit dem Handtuch nicht wieder von der Haut wegwischt. Und im Gegensatz zu einer klassischen Bodylotion enthält sie noch eine extra pflegende und reichhaltige, gewöhnliche Bodylotion nach dem Duschen auftragen. *dpa*

Länger, dichter, schwungvoller

Serum lässt Wimpern wachsen – Ursprung liegt im medizinischen Bereich

Der Traum vieler Frauen sind lange Wimpern mit vollem Volumen. Spezielle Wimpernseren können helfen: Sie kräftigen die Härchen und sorgen für besseres Wachstum. Doch vollkommen unbedenklich ist der neue Trend nicht.

Berlin. Dicht, schön geschwungen und geformt wie ein zarter Fächer: So wünschen sich Frauen ihre Wimpern. Doch die Realität spricht bisweilen eine andere Sprache. Viele Frauen finden ihre Wimpern zu kurz, zu spärlich, zu dünn. Dagegen kann man etwas tun. Die Maßnahmen reichen über die Implantation echter Härchen bis hin zum Ankleben von Kunstwimpern. Daneben erobert nun jedoch eine andere Methode die Badezimmer der Frauen: sogenannte Wimpernseren.

Einige kräftigen und pflegen die feinen Härchen mit Vitaminen, Ginseng, Keratin oder Biotin. Andere versprechen sogar Wachstum und mehr Fülle durch einen Wirkstoff, der ursprünglich aus der Augenheilkunde kommt. Dabei handelt es sich um sogenannte Prostaglandine. „Das sind Gewebshormone, die unter anderem in der Behandlung des Grünen Stars eingesetzt werden“, erklärt Erik Wölfel, Facharzt für Augenheilkunde bei Care Vision Germany, einem Unternehmen für Laseroperationen. „Genau dabei wurde beobachtet, dass die Wimpern derjenigen Patienten, die mit Prostaglandinen behandelt wurden, stärker wachsen.“

Bei der Behandlung des Grünen Stars sorgt dieses Hormon dafür, dass sich die Kanäle für die Augenflüssigkeit weiten. Es kann wieder abfließen und der Augeninnendruck sinkt. Der Nebeneffekt des verstärkten Wimpernwachstums machte die Kosme-

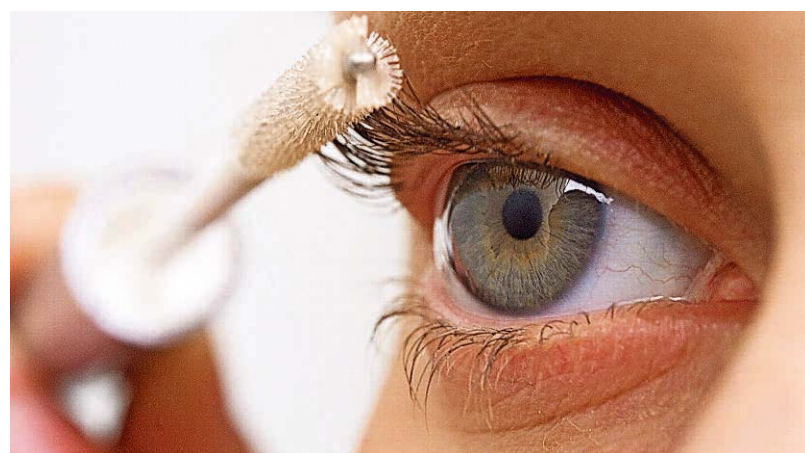
tikbranche hellhörig. Und so begannen findige Wissenschaftler vor einigen Jahren damit, Prostaglandine in Wimpernseren einzusetzen – in veränderter Form. Grund ist die Kosmetikverordnung, die eine klare Grenze zwischen medizinischen und kosmetischen Wirkstoffen zieht. Nach einigen chemischen Tüfteleien wurde das Hormon schließlich zur Fettsäure, die in Kosmetika eingesetzt werden kann.

Uta Schlossberger, Dermatologin aus Köln, warnt aber vor anderen Stoffen, die sich in einigen Seren verbergen, darunter Acrylat. „Dieses Material kann auch in Lacken vorkommen und Allergien auslösen.“ Nebenwirkungen haben auch Augenärzte beobachtet – und zwar bereits bei der Behandlung des Grünen Stars mit Prostaglandinen. „Bei einigen Patienten kann es zu Verfärbungen der Wimpern oder des Augenlids kommen“, erklärt Erik Wölfel. „Auch farbliche Veränderungen der Iris wurden beobachtet.“

Wer sich für ein Wimpernseserum entscheidet, kann zwar in den meisten Fällen mit längeren, dichteren Wimpern rechnen –

der Effekt tritt den Angaben zufolge vielfach ab einer Behandlungsdauer von rund acht Wochen ein. Allerdings sollten Verbraucher vorsichtig damit umgehen. Vor allem müssen sie darauf achten, dass das Mittel nicht in die Augen gelangt. Bei Rötungen und gereizter Haut, die länger anhalten, sollte man das Serum absetzen. Viele Augenärzte raten zur jährlichen Kontrolle bei dauerhafter Nutzung des Produktes. „Immerhin kann das Mittel den Innendruck senken, wenn es ins Auge gerät“, sagt Wölfel.

Wem das zu risikoreich ist, sollte auf die gute alte Wimperntusche zurückgreifen. Mittlerweile gibt es Mascara in verschiedenen Texturen, die den Wimpern optisch mehr Länge, Schwung oder Volumen schenken. „Wichtig dabei ist, dass man ein dickes Wimpernbürstchen verwendet, mit dem man die feinen Härchen von der Wurzel bis zur Spitze mit Farbe umhüllen kann“, sagt Visagist Peter Arnheim aus Berlin. „Auch Kajalstift oder flüssiger Eyeliner, der direkt am Wimpertrand aufgetragen wird, zaubert den Eindruck von mehr Volumen.“ *dpa*



Wimpernseserum sorgt für mehr Volumen. FOTO: WARNECKE/DPA