

## Pflegetipps für die Winterhaut



1.	<i>Reihhaltige Gesichts- und Körpercremes</i> können Abhilfe schaffen, den jahreszeitlich bedingte Fett- und Feuchtigkeitsverluste auszugleichen.
2.	<i>Handcremes</i> nicht vergessen. Wer viel mit Wasser und Seife hantiert, löst Fette und feuchtigkeitsbindende Substanzen aus der Haut.
3.	<i>Milde Reinigungslotionen sowie Hand- und Körperwaschöle</i> , die bereits während des Waschens rückfetten und pflegen, sind gute Alternativen zu herkömmlichen Seifen. So wird die Haut in der kalten Jahreszeit nicht unnötig belastet.
4.	<i>Öl- und Meersalzbäder</i> pflegen die strapazierte Winterhaut. Einfach mal abtauchen und die Seele baumeln lassen.
5.	<i>Lippenpflegestifte</i> sind in der kalten Jahreszeit praktisch ein „Muss“. Denn die Lippen gehören zu den empfindlichsten Hautpartien überhaupt. Ohne schützende Hornhaut ist ihre Oberfläche dünn, UV-Strahlen abschirmende Pigmente fehlen ebenso wie Schweiß- und Talgdrüsen, die mit ihren Absonderungen Fett- und Feuchtigkeitsverlust vorbeugen.
6.	<i>Cremes mit UV- und Kälteschutz</i> . Auch im Winter sollte man auf die schädlichen Sonnenstrahlen achten. Gerade beim Wintersport sind besonders reichhaltige und gut haftende Schutzcremes von Bedeutung, um gerade die empfindlichen Gesichtspartien wie Nase, Stirn und Lippen vor Sonnenbrand und Erfrierung zu schützen.