

# Was hilft gegen Falten?



*Meine Haut im Gesicht wird immer faltiger. Ich creme sie regelmäßig ein, doch das bringt nicht viel. Was kann ich noch gegen die Veränderung tun?*

Astrid W., Siegburg

**N**eben der natürlichen Alterung beeinflussen Umweltfaktoren wie Sonnenlicht und Feinstaub sowie unser Verhalten, etwa in Bezug auf Zigarettenrauch, Stress oder zu wenig Schlaf, die Spannkraft und Elastizität der Haut negativ und fördern so Fältchen. „Eine gute Reinigung morgens wie abends und ein angemessener Schutz vor Sonnenlicht sind effektive Maßnahmen gegen Falten“, rät Dr. Streker. Cremes mit Wirkstoffen wie Hyaluronsäure oder Vitamin E liefern von außen Feuchtigkeit. „Um aber auch

die tiefen Hautschichten nachhaltig von innen zu versorgen, gibt es heute sogenannte Nutricosmetics, also Kosmetik von innen“, erklärt die Expertin. Sie ergänzen Cremes optimal. Bewährt haben sich hier spezielle Trink-Kollagene (z. B. in *Elasten*, rezeptfrei, Apotheke). Sie unterstützen die natürliche Herstellung von Kollagen. Dadurch wird die Haut nachweislich straffer und elastischer. Auf diese Weise reduzieren sich auch Falten. „Ich habe kürzlich eine klinische Studie mit dem Trink-Kollagen begleitet. Die Ergebnisse im Gesicht und am Körper waren sehr positiv“, berichtet Dr. Streker.

**Wichtig: die Haut sowohl morgens als auch abends reinigen**



Dr. Meike Streker, Kosmetikwissenschaftlerin, Hamburg

Fotos: PR, iStock

## Soventol®

Von gereizter Haut empfohlen.



SPRÜHEN  
PFLEGEN  
KÜHLEN  
LINDERN

## Insektenstiche?

DIE PRAKTISCHE ALTERNATIVE

SOVENTOL® ANTI-JUCK SPRAY

- Pflegt und beruhigt gereizte Haut
- Kühlt und lindert den Juckreiz
- Lässt sich ohne Berührung auftragen



NEU

in Ihrer Apotheke