

Wie Falten kommen – und gehen

Linien im Gesicht haben unterschiedliche Ursachen und brauchen deshalb auch unterschiedliche Pflege – die einen Entspannung, die anderen mehr Feuchtigkeit

Bei Mimikfalten hilft Relaxen

Durch die Muskulatur wird die Haut an einigen Stellen stärker zusammengezogen – beim Lachen, beim Stirnrunzeln. Auf Dauer entstehen so Mimikfältchen, sogenannte „dynamische Falten“. Das schnellste Gegenmittel sind Botox-Injektionen, die die entsprechenden Muskeln lähmen. Nicht jedermanns Sache ... Wer lieber cremt: Spilanthol aus der Parakresse und muskelentspannende Peptide wie Argireline können betroffene Partien entspannen. Auch gut: Gesichtsmassagen und Anti-Falten-Patches.

Mit Spilanthol: *hautengel* Zistrose und Parakresse für die Nacht, um 28 €; *Spilanthox therapy Direct Wrinkle Stop*, um 29 €



Vor Knitterfalten schützt UV-Creme

Aktinische Falten, die Knitterfältchen, zeichnen feine, vertikale Linien an Wangen, Lippen, Augen, Hals und Dekolleté. Überall dort, wo die Haut dünn und UV-Strahlen ausgesetzt ist. Das A und O ist konsequenter Sonnenschutz – auch im Winter. Sind sie schon da, lassen sie sich mit Feuchtigkeitspflege und Fruchtsäure-Peelings glätten.

Fruchtsäure-Peeling: *derma-logica Rapid Reveal Peel*, um 79 €; **Feuchtigkeits-Boost:** *Dalton Hydrogel Lifting Augenpads*, um 15 €



Bei Trockenheit Hydrogel-Produkte

Die hautteigene Hyaluronsäure, Hauptbestandteil im Bindegewebe und für den Feuchtigkeitsgehalt zuständig, nimmt schon ab 25 Jahren kontinuierlich ab. Der Teint wird trockener, Trockenheitsfältchen, zuerst an der Augenpartie und später auch rund um den Mund, werden sichtbar. Die gute Nachricht: Sie lassen sich mit Feuchtigkeitspflege gut aufpolstern. Hydrogel-Masken, Seren und Ampullen mit Hyaluron sind hier erste Wahl.

Intensive Feuchtigkeit:

Dr. Biechle Hyaluron Shot, um 40 €; *Eucerin Hyaluron-Filler + 3 x Effect*, um 33 €



Statische Falten brauchen Kollagen

Mit der Zeit lassen Kollagen- und Elastinproduktion nach. Die Haut verliert an Spannkraft, „statische Falten“ an den Wangen, die Nasolabial- und Marionettenfalten („Merkel-Falten“) entstehen. Leichte Effekte verspricht Pflege, die gegen den Kollagenverlust wirkt, z. B. mit Retinol, Peptiden, Antioxidantien (Vitamin C). Entscheidende Änderungen sind sonst nur durch flächige Unterspritzung möglich.

Aufpolsternd: *sebamed Anti Ageing Falten-Filler*, um 13 €; *Neutrogena Retinol Boost Nachtcreme*, um 13 €



FreeStyle Libre 3

112 mg/dL



NEU mit Lesegerät*

Einfach mehr Lebensqualität¹ und Sicherheit^{2,3} im Umgang mit Diabetes

Mit FreeStyle Libre 3 sehen Sie mit einem Blick Ihren aktuellen⁵ Zuckerwert und wie er sich entwickelt – ganz ohne Scannen.

Kein routinehaftes Fingerstechen⁶

Reduktion des HbA1c Wertes⁷

Kleinster Sensor der Welt⁸

Sprechen Sie mit Ihrem Diabetesteam. Oder testen Sie direkt unter www.FreeStyleLibre.de/testen

Einfach Mehr Wissen



Agenturfoto. Mit Model gestellt. Glukosdaten dienen zur Illustration, keine echten Patientendaten. 1. Fokkert M. et al., BMJ Open Diab Res Care.2019. 2. Buckingham, B. Journal of Diabetes Science and Technology. 2008; 2 (2): 300-306. 3. Pickup, John C. et al. Diabetes Care 2015; 38: 544-550. 4. Das Lesegerät ist sowohl in mg/dL als auch in mmol/L erhältlich. 5. Der Sensor ist 60 Minuten nach der Aktivierung für die Glukosemessung bereit. 6. Das Setzen eines Sensors erfordert ein Einführen des Sensorfilaments unter die Haut. Der Sensor kann bis zu 14 Tage lang getragen werden. Eine zusätzliche Prüfung der Glukosewerte mittels eines Blutzucker-Messgeräts ist erforderlich, wenn die Symptome nicht mit den Messwerten oder den Alarmen des Systems übereinstimmen. 7. Eeg-Olofsson K et al. ADA 2020, 74-OR LB. 8. Im Vergleich mit anderen vom Patienten selbst anzubringenden Sensoren. Daten liegen vor. Abbott Diabetes Care. Die FreeStyle Libre 3 App kann beim initialen Setup sowohl auf mg/dL als auch mmol/L eingestellt werden. Apple und das Apple Logo sind eingetragene Marken von Apple Inc., in den USA und anderen Ländern. App Store ist ein Warenzeichen von Apple Inc. FreeStyle, Libre und damit verbundene Markennamen sind eingetragene Marken von Abbott. © 2022 Abbott | ADC-61763 v1.0 | Leo Burnett GmbH