

SCHÖNE HAUT AB 40

Tag- & Nachtpflege

MACHT DEN UNTERSCHIED

Warum braucht unsere Haut nachts eigentlich eine andere Pflege als am Tag? Ab 40 wird sie oft trockener, verliert an Spannkraft und regeneriert sich langsamer. Deshalb reicht eine einzige Creme häufig nicht mehr aus. Eine gezielte Tag- und Nachtpflege kann die Haut besser unterstützen.

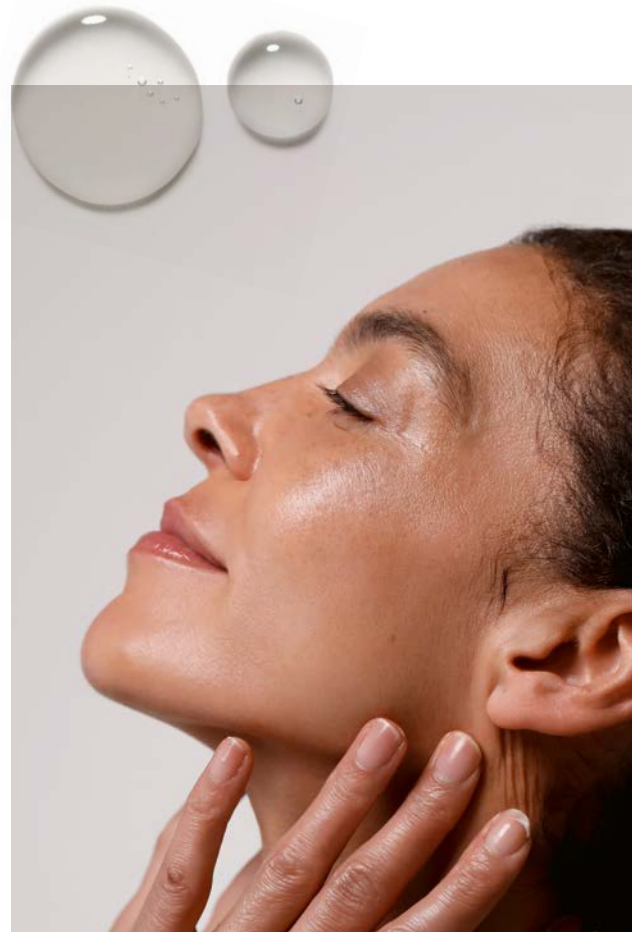
Mit zunehmendem Alter verlangsamt sich die Zellerneuerung. Kollagen, Elastin und Lipide werden in geringerer Menge gebildet. Auch die Fähigkeit, Feuchtigkeit zu speichern, nimmt ab. Die Haut wird dadurch oft trockener, dünner und weniger elastisch. Feine Linien, Spannungsgefühle oder ein unruhiger Teint können erste Anzeichen sein. Außerdem reagiert sie häufig empfindlicher auf äußere Einflüsse.

SCHUTZ UND PFLEGE AM TAG Tagsüber ist die Haut vielen Belastungen ausgesetzt. UV-Strahlen, trockene Luft, Temperaturschwankungen und Umwelteinflüsse fordern sie zusätzlich. Gleichzeitig verliert sie Feuchtigkeit. Trockenheit und Spannungsgefühle können die Folge sein. Wichtig ist deshalb eine Pflege, die die Hautbarriere stärkt und Feuchtigkeit bewahrt. Antioxidative Wirkstoffe können die Haut zusätzlich vor Umweltstress schützen. Eine milde Reinigung am Morgen und anschließende feuchtigkeitsspendende Pflege bereiten die Haut gut auf den Tag vor.

REGENERATION IN DER NACHT Nachts regeneriert sich die Haut. Sie verarbeitet Belastungen des Tages, erneuert Zellstrukturen und stärkt ihre Barriere. Ab 40 laufen diese Prozesse jedoch langsamer ab. Deshalb ist die abendliche Reinigung besonders wichtig. Sie entfernt Make-up, Talg und Umweltrückstände. Eine anschließende Nachtpflege mit regenerierenden Wirkstoffen unterstützt die Haut gezielt in ihrer nächtlichen Erholungsphase. So können Elastizität und Spannkraft länger erhalten bleiben und erste Zeichen der Hautalterung gemildert werden.

LEBENSSTIL ZEIGT WIRKUNG Auch der Lebensstil hat Einfluss auf die Haut. Ausreichend Schlaf, weniger Stress, eine ausgewogene Ernährung und konsequenter UV-Schutz tragen dazu bei, sie langfristig gesund und widerstandsfähig zu halten.

KLEINE ROUTINE, GROSSE WIRKUNG Eine gute Pflegeroutine muss nicht aufwendig sein. Schon wenige, passend ausgewählte Produkte können viel bewirken: eine Tagespflege, die schützt und Feuchtigkeit spendet, und eine Nachtpflege, die die Regeneration unterstützt. Wer die Haut ab 40 in beiden Phasen gezielt pflegt, unterstützt ihre natürlichen Funktionen und fördert ein frisches, gesundes Hautbild.



WAS DIE HAUT SCHNELLER ALTERN LÄSST

- ✓ UV-Strahlung schädigt Kollagen.
- ✓ Oxidativer Stress belastet die Zellen.
- ✓ Feuchtigkeitsverlust nimmt mit dem Alter zu.
- ✓ Chronischer Stress kann die Haut schwächen.

