

# Heute weiss ich, was meine Haut braucht.

Unsere Haut und die Pflanzen haben für die Autorin von Gartenbüchern, **Simone Quast** (43), vor allem eine Gemeinsamkeit: Beide brauchen regelmässige Pflege, um ihre Schönheit zu entfalten und zu bewahren.

«Meine Haut und ich wissen heute viel genauer, was wir wollen und brauchen», sagt Simone Quast. «Natürlich ist die Haut nicht mehr ganz so straff wie früher.» Deshalb muss die Pflege für sie vor allem eines sein: konsequent. Frauen, die abends ins Bett gehen, ohne sich abzuschminken, kann sie nicht verstehen. «Die Haut reagiert so sensibel wie eine Pflanze: Wird sie zu oft vernachlässigt, leidet sie, und das hinterlässt Spuren.»

Für sie ist vor allem wichtig, dass ihre Pflege ein gutes Hautgefühl hinterlässt: «Überparfümiertes mag ich nicht, ich bevorzuge zurückhaltende, natürliche Düfte. Und ich lege Wert auf einen medizinischen Background, das schafft für mich ein gewisses Vertrauen.» Deshalb kauft Simone Quast ihre Pflege in der Apotheke und probiert gerne die Neuheiten von VICHY aus: «Mir gefällt, dass alle Produkte auf der Basis von Thermalwasser entstehen.»

Wasser ist für sie ohnehin das Beauty-Rezept Nummer 1: «Morgens trinke ich als Erstes ein grosses Glas warmes Wasser, das bringt den Organismus in Schwung.» Dass Schönheit auch von innen kommt, ist für die Gartenbuchautorin nicht nur eine Redensart: «Je älter die Leute werden, desto besser kann man in ihren Gesichtern sehen, wie zufrieden und ausgeglichen sie leben.» Deshalb hat sie vor ein paar Jahren ihr Hobby zum Beruf gemacht. Früher war die Gartenarbeit ein wichtiger Ausgleich, heute geniesst sie es, dass ihr Alltag viel mehr von unmittelbaren Sinneseindrücken geprägt ist. Natürlich geht auch das nicht ohne Stress. Deshalb pflegt Simone Quast gewisse Rituale so regelmässig wie ihre Haut: «Neben meinem Bett ist immer ein Sträusschen mit duftendem Lavendel. Anstatt morgens gleich loszurennen, versuche ich noch einen Moment liegen zu bleiben, das beruhigende Aroma einzuatmen und mich auf den Tag einzustellen.»



SIE PFLEGT IHRE HAUT MINDESTENS SO GUT WIE IHRE LIEBSTEN PFLANZEN: GARTENBUCHAUTORIN SIMONE QUAST.

## «SEIEN SIE DIE ERSTE – EXKLUSIVES GESCHENK»

100 SI-Style-Leserinnen können das neue Serum LIFTACTIVPRO von VICHY testen, noch bevor die Intensivpflege in der Apotheke erhältlich ist. Einfach eine Postkarte senden an: Cosmétique Active Suisse SA, Stichwort «LIFTACTIVPRO», Industriestrasse 9, 5432 Neuenhof



# Ab 40 steigen die Ansprüche der Haut.

Wann setzt die Hautalterung ein und wie kann man diesen Prozess beeinflussen? Der Dermatologe **Dr. Mario R. Graf** gibt Antworten.



## Wie verändert sich die Haut ab 40?

«Die Hautalterung ist ein dynamischer Prozess der, abhängig von unterschiedlichen Faktoren wie genetischen Voraussetzungen, Lebensstil und Umwelteinflüssen, bereits viel früher einsetzt. Mit 40 werden erste altersbedingte Hautveränderungen deutlicher sichtbar. Es entstehen verstärkt Falten und Pigmentflecken, das Hautrelief wird gröber und die Poren werden grösser.»

## Wie kann man der Hautalterung zu diesem Zeitpunkt am besten vorbeugen?

«Idealerweise sollte man damit beginnen, bevor die Alterungszeichen sichtbar sind. Dazu gehört eine ausgewogene, gesunde Lebensweise, also UV-Schutz, Sport, gesunde Ernährung, Meiden von Genussmitteln, besonders Rauchen und Alkohol. Ab dem 40. Lebensjahr steigen die Ansprüche der Haut, umso mehr braucht sie eine situationsgerechte Pflege.»

## Kann die Pflege die Hautalterung beeinflussen?

«Sie kann. Die biologische Uhr zu stoppen, das vermag sie allerdings nicht. Was beeinflusst werden kann, hängt primär von den in die Pflegeprodukte eingearbeiteten Wirkstoffen, aber auch vom Feuchtigkeits- und Fettgehalt ab. Und es kann Sinn machen, bestimmte Pflegeprodukte zu bestimmten Tageszeiten anzuwenden. Da der Hautzellumsatz vor allem während der Nacht stattfindet, können entsprechende Wirkstoffe diese Regenerationsvorgänge unterstützen.»

Dr. med. Mario R. Graf  
Facharzt FMH f. Dermatologie und Venerologie  
Seefeldstr. 214  
8008 Zürich  
Tel. 043 488 55 77  
www.die-haut.ch

## LIFTACTIVPRO

Belebt die jugendlichen Ressourcen der Haut

Junge Haut ist schön und straff, weil sie von Kollagen- und Elastinfasern gestützt wird. Mit dem Alter werden diese Fasern jedoch weniger und ihre natürliche Regenerationsfähigkeit über Nacht nimmt ab. Das Resultat sind immer tiefere Falten, die Haut verliert an Festigkeit und wird schlaffer. Besonders betroffen sind die empfindlichen Partien um die Augen: 800 feinste Fältchen zieren einen Krähenfuss in der Augenfalte einer 40-jährigen Frau.

Mit **Fibrocyclamide™** hat Laboratoires VICHY den ersten Wirkstoffkomplex entwickelt, der die Elastin- und Kollagenfasern wieder aufbaut und gleichzeitig vor Altersschädigungen schützt. Das macht **LIFTACTIVPRO** zur idealen Pflege für die Haut ab 40. Sie wirkt wie aufgepolstert, straffer und die Falten werden geglättet.

Für eine optimale Wirkung ist eine auf den Hauttyp abgestimmte, regelmässige Pflege unerlässlich. Dazu umfasst die Anti-Aging-Linie **LIFTACTIV-PRO** die passenden Produkte für jedes Hautbedürfnis.



Für die Nacht, die Augen, die normale Haut, die trockene Haut, mit Lichtschutzfaktor 15.



## Neu ab Januar 2008

Um die tägliche Pflege zu optimieren, gibt es neu **LIFTACTIVPRO SERUM C+**. Das Intensiv-Serum mit konzentriertem **Fibrocyclamide™** füllt die Falten auf und lässt die Haut jugendlich strahlen.

Hergestellt mit Thermalwasser aus Vichy. Erhältlich in Apotheken.

## LIFTACTIVPRO GUTSCHEIN Fr. 5.-

Beim Kauf eines **LIFTACTIVPRO**-Produktes 5 Franken Ermässigung – **exklusiv in Apotheken.**

Gültig bis 31. Dezember 2007



# Heute weiss ich, was meine Haut braucht.

Unsere Haut und die Pflanzen haben für die Autorin von Gartenbüchern, **Simone Quast** (43), vor allem eine Gemeinsamkeit: Beide brauchen regelmässige Pflege, um ihre Schönheit zu entfalten und zu bewahren.

«Meine Haut und ich wissen heute viel genauer, was wir wollen und brauchen», sagt Simone Quast. «Natürlich ist die Haut nicht mehr ganz so straff wie früher.» Deshalb muss die Pflege für sie vor allem eines sein: konsequent. Frauen, die abends ins Bett gehen, ohne sich abzuschminken, kann sie nicht verstehen. «Die Haut reagiert so sensibel wie eine Pflanze: Wird sie zu oft vernachlässigt, leidet sie, und das hinterlässt Spuren.»

Für sie ist vor allem wichtig, dass ihre Pflege ein gutes Hautgefühl hinterlässt: «Überparfümiertes mag ich nicht, ich bevorzuge zurückhaltende, natürliche Düfte. Und ich lege Wert auf einen medizinischen Background, das schafft für mich ein gewisses Vertrauen.» Deshalb kauft Simone Quast ihre Pflege in der Apotheke und probiert gerne die Neuheiten von VICHY aus: «Mir gefällt, dass alle Produkte auf der Basis von Thermalwasser entstehen.»

Wasser ist für sie ohnehin das Beauty-Rezept Nummer 1: «Morgens trinke ich als Erstes ein grosses Glas warmes Wasser, das bringt den Organismus in Schwung.» Dass Schönheit auch von innen kommt, ist für die Gartenbuchautorin nicht nur eine Redensart: «Je älter die Leute werden, desto besser kann man in ihren Gesichtern sehen, wie zufrieden und ausgeglichen sie leben.» Deshalb hat sie vor ein paar Jahren ihr Hobby zum Beruf gemacht. Früher war die Gartenarbeit ein wichtiger Ausgleich, heute geniesst sie es, dass ihr Alltag viel mehr von unmittelbaren Sinneseindrücken geprägt ist. Natürlich geht auch das nicht ohne Stress. Deshalb pflegt Simone Quast gewisse Rituale so regelmässig wie ihre Haut: «Neben meinem Bett ist immer ein Sträusschen mit duftendem Lavendel. Anstatt morgens gleich loszurennen, versuche ich noch einen Moment liegen zu bleiben, das beruhigende Aroma einzuatmen und mich auf den Tag einzustellen.»



SIE PFLEGT IHRE HAUT MINDESTENS SO GUT WIE IHRE LIEBSTEN PFLANZEN: GARTENBUCHAUTORIN SIMONE QUAST.

# Ab 40 steigen die Ansprüche der Haut.

Wann setzt die Hautalterung ein und wie kann man diesen Prozess beeinflussen? Der Dermatologe **Dr. Mario R. Graf** gibt Antworten.



## Wie verändert sich die Haut ab 40?

«Die Hautalterung ist ein dynamischer Prozess der, abhängig von unterschiedlichen Faktoren wie genetischen Voraussetzungen, Lebensstil und Umwelteinflüssen, bereits viel früher einsetzt. Mit 40 werden erste altersbedingte Hautveränderungen deutlicher sichtbar. Es entstehen verstärkt Falten und Pigmentflecken, das Hautrelief wird gröber und die Poren werden grösser.»

## Wie kann man der Hautalterung zu diesem Zeitpunkt am besten vorbeugen?

«Idealerweise sollte man damit beginnen, bevor die Alterungszeichen sichtbar sind. Dazu gehört eine ausgewogene, gesunde Lebensweise, also UV-Schutz, Sport, gesunde Ernährung, Meiden von Genussmitteln, besonders Rauchen und Alkohol. Ab dem 40. Lebensjahr steigen die Ansprüche der Haut, umso mehr braucht sie eine situationsgerechte Pflege.»

## Kann die Pflege die Hautalterung beeinflussen?

«Sie kann. Die biologische Uhr zu stoppen, das vermag sie allerdings nicht. Was beeinflusst werden kann, hängt primär von den in die Pflegeprodukte eingearbeiteten Wirkstoffen, aber auch vom Feuchtigkeits- und Fettgehalt ab. Und es kann Sinn machen, bestimmte Pflegeprodukte zu bestimmten Tageszeiten anzuwenden. Da der Hautzellumsatz vor allem während der Nacht stattfindet, können entsprechende Wirkstoffe diese Regenerationsvorgänge unterstützen.»

Dr. med. Mario R. Graf  
Facharzt FMH f. Dermatologie und Venerologie  
Seefeldstr. 214  
8008 Zürich  
Tel. 043 488 55 77  
www.die-haut.ch

## LIFTACTIVPRO

Belebt die jugendlichen Ressourcen der Haut

Junge Haut ist schön und straff, weil sie von Kollagen- und Elastinfasern gestützt wird. Mit dem Alter werden diese Fasern jedoch weniger und ihre natürliche Regenerationsfähigkeit über Nacht nimmt ab. Das Resultat sind immer tiefere Falten, die Haut verliert an Festigkeit und wird schlaffer. Besonders betroffen sind die empfindlichen Partien um die Augen: 800 feinste Fältchen zieren einen Krähenfuss in der Augenfalte einer 40-jährigen Frau.

Mit **Fibrocyclamide™** hat Laboratoires VICHY den ersten Wirkstoffkomplex entwickelt, der die Elastin- und Kollagenfasern wieder aufbaut und gleichzeitig vor Altersschädigungen schützt. Das macht **LIFTACTIVPRO** zur idealen Pflege für die Haut ab 40. Sie wirkt wie aufgepolstert, straffer und die Falten werden geglättet.

Für eine optimale Wirkung ist eine auf den Hauttyp abgestimmte, regelmässige Pflege unerlässlich. Dazu umfasst die Anti-Aging-Linie **LIFTACTIV-PRO** die passenden Produkte für jedes Hautbedürfnis.



Für die Nacht, die Augen, die normale Haut, die trockene Haut, mit Lichtschutzfaktor 15.

## Neu ab Januar 2008

Um die tägliche Pflege zu optimieren, gibt es neu **LIFTACTIVPRO SERUM C+**. Das Intensiv-Serum mit konzentriertem **Fibrocyclamide™** füllt die Falten auf und lässt die Haut jugendlich strahlen.

Hergestellt mit Thermalwasser aus Vichy.  
Erhältlich in Apotheken.



## LIFTACTIVPRO GUTSCHEIN Fr. 5.-

Beim Kauf eines **LIFTACTIVPRO**-Produktes 5 Franken Ermässigung - **exklusiv in Apotheken.**

Gültig bis 31. Dezember 2007

