



WAS IST EINE TROCKENE HAUT?

Eine der Hauptfunktionen unserer Haut ist es, als Barriere das Ein- und Ausdringen von Feuchtigkeit in den Körper zu regulieren. Wenn die Funktion Ihrer Haut-Lipid-Barriere beeinträchtigt ist, fühlt sie sich rau und gespannt an. Meist reagiert die trockene Haut sehr empfindlich und äußert das durch Juckreiz und Rötungen. Wenn die Haut für längere Zeit trocken ist, sind Falten deutlicher zu sehen. Trockene, schuppige Stellen und feine Fältchen unter den Augen, an den Wangen und am Hals können so besonders hervortreten. Je nachdem, wie stark die Haut-Lipid-Barriere beeinträchtigt ist, können die Anzeichen trockener Haut unterschiedlich stark ausfallen. Hinter den Anzeichen können auch Hautkrankheiten wie Neurodermitis und Psoriasis stecken, welche jedoch gesondert behandelt werden müssen.

WAS SIND DIE URSACHEN FÜR TROCKENE HAUT?

Menschen, die zu trockener, rauer Haut neigen, bringen meist die Anlage dafür mit. Die Ursache liegt häufig in einer gestörten Lipidbarriere, die transepidermalen Wasserverlust zur Folge hat. Viele verstärken das Hautproblem durch ihren Lebensstil und falsche Pflegerituale. Äußere Einflüsse wie Kälte, Hitze, Sonne und Wasser sowie Reizstoffe spielen eine wesentliche Rolle, wenn die Haut anfängt zu spannen. Von innen her wirken sich Flüssigkeitsmangel, einseitige Ernährung, Hormonschwankungen und nicht zuletzt die Psyche auf den Hautzustand aus. Im Alter wird die Haut von Natur aus trockener und bedarf intensiverer Pflege.

WIE PFLEGE ICH TROCKENE HAUT?

Das Hauptproblem der trockenen Haut ist ein Feuchtigkeitsmangel, ggf. verbunden mit Fettmangel. Neben einer feuchtigkeitsspendenden Reinigung müssen Feuchtigkeit und Fett zusätzlich über die Pflege zugeführt werden.

Hyaluronsäure, wie im *ENVIRON Focus Hydrating Serum* enthalten, füllt das Feuchtigkeitsdepot der Haut wieder auf, mildert Trockenheitsfalten und schenkt der Haut Volumen und Spannkraft. Wertvolle Öle, wie z.B. Jojobaöl, pflegen und schützen die Haut. Die Reparatur der Hautbarriere ist essentiell, damit die zugeführte Feuchtigkeit wieder gespeichert werden kann. Hierbei hilft unter anderem der Wirkstoff Revidrate, welcher im *Super Moisturiser* von ENVIRON enthalten ist.

Eine Intensivierung der Pflege können Sie erzielen, indem Sie die *Skin EssentiA Clay Maske* als letzte Schicht über Ihre Nachtpflege geben. Vitamin A, als Herzstück der ENVIRON Pflege hilft bei der besseren Feuchtigkeitsspeicherung der Haut und reguliert die hauteigene Sebumproduktion.

Ansonsten gilt: trinken, trinken, trinken!