

Beauty



1. Handschuhe

Wer lange nichts für seine Hände getan hat, sollte kurz vorm Zubettgehen die Hände eincremen und danach in pflegende Schlaf-Handschuhe schlüpfen (z. B. „Sensai Treatment Gloves“, ca. 19 €, Kanebo).

2. Unterlack auftragen

Damit unschöne Verfärbungen gar nicht erst entstehen, sollten Fingernägel vor dem Lackieren immer mit Unterlack bepinselt werden. Weiterer Vorteil: Unterlack lässt die eigentliche Farbe intensiver leuchten.

3. Feilen wie ein Profi

Absolutes No-go: hin und her raspeln. Dadurch können sich die Nägel spalten. Richtig: mit kleinen Bewegungen von außen nach innen schmirgeln. Wichtig ist, dass die Nägel dabei trocken sind.

4. Weg mit den Flecken

Die Ursache für dunkle Sonnen- bzw. Altersflecke ist UV-Strahlung. Die beste Vorsorge: Handcremes mit Lichtschutzfaktor oder Sonnenschutzcremes.

5. Reinigungs-Programm

Komisch, aber wahr: Wer seine Nägel zu oft reinigt, hat schneller dunkle Ränder. Feilen und Scheren hinterlassen Risse und Rillen – perfekter Unterschlupf für Dreck und Staub. Besser: Schmutzhände weich bürsten.

6. Peeling

Spröde Haut ist verrückt danach. Kein Wunder, Peelings entfernen trockene Hautschüppchen und bereiten die Haut sanft auf die Pflege vor. Danach die Hände dick eincremen und einwirken lassen. („Handcare Peeling“, ca. 5 €, Catherine).



7. Nägel pflegen

Das Feintuning übernehmen mit wertvollen Ölen angereicherte Nagelpflege-Pinsel. Sie werden über den unlackierten Nagel und die feine Nagelhaut gestrichen, wirken kraftspendend. („Nagelpflege-Stift“, 2,95 €, Alverde).



8. Entspannende Handmassagen

Da unsere Hände jeden Tag den unterschiedlichsten Belastungen standhalten müssen, freuen sie sich über wohltuende Verwöhn-Massagen. Dadurch wird die Handmuskulatur gelockert und die Fingerfertigkeit im Alltag gestärkt.

9. Eincremen

Was Hände wollen! Regelmäßiges Eincremen versorgt die Haut mit Feuchtigkeit und beruhigt strapazierte Hände („my hands love me“-Handcreme, 15 €, Odd Molly).



10 Tipps

für SCHÖNE HÄNDE

Sie sind die perfekte Visitenkarte. Doch gerade jetzt, zur kalten Jahreszeit, brauchen sie besonders viel Aufmerksamkeit

10. Seifenwechsel

Pflege für zarte Hände beginnt schon bei der Wahl der Seife. Sie sollte mild und vor allem pH-neutral sein. Plus: trockene Hände am besten nach jedem Waschen eincremen.