

Glücklicher leben

Mit
**GRATIS
DVD**

Die neue Detox- Diät

Leichter, fitter, zufriedener:
der 12-Tage-Plan mit
allen Rezepten
und Motivationstipps

„Ich würde so
gerne ein Buch
schreiben“

Autoren verraten,
worauf Sie achten
müssen und wie Sie
einen Verlag finden

Costa Rica

Eine Traumreise zu
den glücklichsten
Menschen der Welt

freundin Styling-Guide

Die 7 Basics, mit denen Sie immer gut angezogen sind

Toll, was die
neuen
LIPPENSTIFTE
können

Gleich auf
Seite 80 blättern

MEDIZIN-DOSSIER

Wenn es mit dem
Kinderwunsch
nicht klappt



- ✓ Warum Poren so wichtig sind und wie sie unsere Haut schützen
- ✓ Die besten Wirkstoffe und Tipps, um unreiner Haut vorzubeugen
- ✓ Pflegeprodukte, die vergrößerte Poren sofort kaschieren
- ✓ Welche Profi-Behandlungen sich wirklich lohnen und wie sie funktionieren

Fein-Tuning für die POREN

Klein, fein, unsichtbar – so sollen sie sein. Denn Poren entscheiden ganz wesentlich, wie schön und eben unser Teint wirkt. Aber was, wenn die Haut grobporig ist? Ein Experte erklärt, wie man optimal vorbeugt, richtig pflegt und mit Make-up tricksen kann

Text: Julia Jung, Simone Kraft

Allein im Gesicht haben wir über 300 000 Poren. Und sie haben eine wichtige Funktion: Die winzigen Öffnungen leiten Schweiß und Talg an die Oberfläche der Haut. Das hält diese geschmeidig und schützt sie gegen Umwelteinflüsse. Zum Ärgernis werden Poren erst, wenn sie sich vergrößern und unsere Haut dadurch uneben wirkt. Doch wie kommt es eigentlich dazu? „Manche Menschen haben genetisch bedingt eine grobporige Haut, bei anderen wirken sich hormonelle Veränderungen auf das Hautbild aus“, erklärt der Münchner Dermatologe Dr. Timm Golüke. Das passiert in der Pubertät, wenn Talgdrüsen vor allem an Nase, Kinn und Stirn aktiv werden – das kann aber auch während der Schwangerschaft oder der Menopause sein. Wird übermäßig viel Fett produziert, kann es zum Talgstau kommen – die Poren öffnen sich dann mehr und mehr. Laut einer aktuellen Studie sind 38 Prozent aller deutschen Frauen mit ihrer Gesichtshaut unzufrieden. Einer der häufigsten Gründe dafür: vergrößerte Poren. In Asien und Amerika hat sich daraus der Begriff „Porexia“ etabliert: die Angst vor vergrößerten Poren. Für viele Frauen also ein Problem, jedoch kein unlösbares – dank cleverer Beauty-Helfer.