



# DIE HAUT

Tipps für die richtige Pflege

KÖNIG  
APOTHEKEN 



## Verehrte Kundin, verehrter Kunde,

unsere Haut als größtes Sinnesorgan hat so vielfältige Aufgaben zu erfüllen, dass wir ihr ganz besondere Aufmerksamkeit schenken sollten. Sie reguliert unsere Körpertemperatur, bildet zusammen mit dem Sonnenlicht Vitamin D und schützt unseren Körper vor Strahlung, Krankheitserregern, Chemikalien und vor dem Austrocknen.

Über die Haut werden zahlreiche Sinneseindrücke wie Wärme und Kälte, Schmerzen oder Berührungen an das Gehirn weitergeleitet. Damit diese äußeren Einflüsse unserer Haut nicht allzu stark zusetzen, benötigt sie eine sorgsame Pflege. Schließlich gilt unsere Haut als Spiegelbild der Seele und trägt wesentlich zu unserem äußeren Erscheinungsbild bei.

In dieser Hautbroschüre stellen wir Ihnen die verschiedenen Hauttypen vor, geben Tipps zur Reinigung und Pflege für jeden Hauttyp und informieren Sie über die am häufigsten auftretenden Hautprobleme. Unser Test auf Seite 6 verrät Ihnen, welcher Hauttyp Sie sind. Damit Sie dann die beste Pflege für Ihren Hautzustand erhalten, haben wir in den KÖNIG APOTHEKEN eine eigene Kosmetikserie entwickelt. Darüber hinaus führen wir auch individuelle Hautanalysen durch und beantworten Ihre Fragen rund um das Thema Hautgesundheit.

Mit einer auf Sie persönlich abgestimmten Pflege unterstützen wir Sie dabei, Ihre Haut gesund zu erhalten, denn wir möchten, dass Sie sich wohlfühlen in Ihrer Haut.

*Tobias König*

Ihr Tobias König


## Inhalt

- 3 **KÖNIG APOTHEKEN Experten**  
Die Hautspezialisten stellen sich vor.
  - 4 **Die Haut**  
Wissenswertes über unser größtes Organ.

---

  - 6 **Hauttypen**  
**Erfahren Sie, welcher Hauttyp Sie sind.**

---

  - 12 **KÖNIG APOTHEKEN**  
Wir beantworten die häufigsten Fragen zum Thema Haut.
  - 15 **Hand & Fuß**  
Ratschläge zur richtigen Pflege.
  - 15 **Produkte**  
Lernen Sie die KÖNIG APOTHEKEN Kosmetiklinie kennen.
- 
- 16 **Hautprobleme**  
Was Sie dagegen tun können.
  - 18 **Wirkstoffleitfaden**  
Die wichtigsten Wirkstoffe bei der Hautpflege.



**Larissa Kovács**  
Fachkosmetikerin

## Ihre Expertin für gesunde Haut

Nachdem ich als ausgebildete Fachkosmetikerin bereits viele Jahre Erfahrungen im Bereich Dermokosmetik sammeln konnte, bin ich 2012 zum Team der KÖNIG APOTHEKEN gestoßen. Die individuelle Betreuung unserer Kunden liegt mir hier besonders am Herzen, denn jeder Mensch und jede Haut ist einzigartig. Deshalb stehe ich Ihnen nicht nur bei der richtigen Auswahl, sondern auch bei der Anwendung von Hautpflegeprodukten mit Rat und Tat zur Seite. Ich unterstütze Sie dabei Ihr persönliches Pflegeprogramm zu erstellen, auch wenn Sie zu empfindlicher, allergischer oder unreiner Haut neigen. Suchen Sie Tipps zur Linderung diverser Hautprobleme wie Neurodermitis, Rosacea, Couperose oder Psoriasis, dann können Sie sich vertrauensvoll an mich wenden.

Es macht mir zudem sehr viel Freude, mithilfe verschiedener kosmetischer Anwendungen für Ihr persönliches Wohlbefinden zu sorgen. Ich freue mich darauf, Sie zu beraten.

## Ihre Expertinnen für Rezepturen

Seit vielen Jahren arbeiten wir in den KÖNIG APOTHEKEN als Pharmazeutisch-technische Assistentinnen. Dabei stehen Sie als Kunde immer im Mittelpunkt unserer Arbeit. So freuen wir uns sehr, wenn wir Ihnen durch unsere Beratung helfen können, möglichst schnell wieder gesund zu werden bzw. gesund zu bleiben.

Ein wichtiger Beratungsschwerpunkt bedeutet für uns das Thema Hautgesundheit, denn der Schutz der Haut vor Umwelteinflüssen dient auch dem persönlichen Wohlbefinden. Sie erhalten von uns Ratschläge und Tipps, was Sie Ihrer Haut Gutes tun können und welche Produkte für Ihren Hauttyp besonders geeignet sind. Darüber hinaus stellen wir im Apotheken-Labor neben individuellen Arzneimitteln auch spezielle Hautpflegeprodukte für unsere Kunden her.



**Carmen Festin und  
Manuela Schmid**  
Pharmazeutisch-technische  
Assistentinnen

## IMPRESSUM

### Herausgeber

KÖNIG APOTHEKEN, Waldluststraße 1, 85540 Haar,  
www.koenigapotheken.de

### Konzept, Redaktion & Gestaltung

public:news, Agentur für Kommunikationsberatung GmbH

### Druckerei

WIRmachenDruck GmbH

### Bildnachweis

KÖNIG APOTHEKEN Haar, Baldham, UNIFARCO S.p.A.  
Santa Giustina Bellunese, fotolia.com, shutterstock.de

© Copyright by public:news, 2017

# Ein Wunder der Natur

# Unsere Haut

**Straff, prall und rosig: Für ein makelloses Körperkleid können Sie viel tun. Der richtige Lebensstil, gutes Essen und nützliches Wissen helfen Ihnen dabei.**

Mit fast zwei Quadratmetern Fläche ist die Haut nicht nur das größte Sinnesorgan unseres Körpers, sie hat auch viele wichtige Funktionen. So stellt unsere Haut die schützende Hülle zur Umwelt dar, sie verhindert das Eindringen von Keimen und reguliert wie eine Klimaanlage unsere Körpertemperatur. Als eines der wenigen menschlichen Organe kann sich die Haut sogar selbst reparieren. Und nicht nur das: Sie schützt sich vor UV-Strahlen mit Bräune oder verdickt sich bei großer Belastung mit einer Hornhaut.

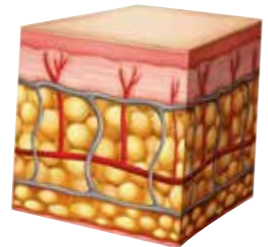
## **Das Spiegelbild unserer Seele**

Die Haut übernimmt jedoch nicht nur viele Aufgaben für den Körper, sondern ist immer auch das Spiegelbild unserer Seele. Sie zeigt deutlich, wie wir uns fühlen, wie wir leben und wie wir uns pflegen. Zu wenig Schlaf, eine ungesunde Ernährung oder schlichtweg eine falsche Pflege führen häufig zu Hautproblemen.

## **Äußere Faktoren beeinflussen die Haut**

Das Aussehen der Haut und ihre Beschaffenheit sind

nämlich nur zum Teil genetisch bestimmt. Ob fettig oder trocken: Neben der Veranlagung zu einem Hauttyp bestimmen auch Krankheiten, Hormone und Umwelteinflüsse die Beschaffenheit unserer äußeren Hülle. Unausgeglichenheit, oxidativer Stress oder entzündliche Prozesse im Körper finden ihren Ausdruck in unreiner oder unebener Haut. Mit der richtigen Ernährung können wir jedoch unserem größten Organ gut unter die Arme greifen.



Unsere Haut besteht aus drei Schichten: Ober-, Leder- und Unterhaut.

## Das nährt die Haut

**Den Spruch „Du bist, was du isst“ sollten Sie ruhig wörtlich nehmen. Das fängt beim Trinken an: Viel hilft viel.**

Pro Tag sind mindestens zwei Liter Wasser oder ungesüßter Tee wichtig, dies reinigt und hilft, schädliche Stoffe aus dem Körper zu spülen. Zusätzlich können Sie mit einer bewussten und ausgewogenen Ernährung Ihre Haut von innen unterstützen, gesund und frisch auszusehen.

## **Die richtige Ernährung**

Achten Sie dabei auf eine basenüberschüssige Kost mit viel Obst und Gemüse. Sie liefert mit Vitaminen und Mineralien die optimale Grundlage für einen fitten Körper und eine schöne Haut. Neue Studien belegen, dass Sie mit gesundem Essen viel

für die Haut bewirken können. Grund dafür sind unter anderem so genannte Antioxidantien. Sie fangen freie Radikale, die durch Sonnenstrahlen, Stress oder Zigarettenrauch entstehen und für den Alterungsprozess im ganzen Körper verantwortlich sind – auch für vorzeitige Faltenbildung.



## Die drei wichtigsten Mineralien

**Silizium** ist ein Spurenelement und wichtig für unser Bindegewebe. Es sorgt für straffe Haut. Lieferanten sind z.B. Kartoffeln und Mais.

**Magnesium** wirkt entzündungshemmend und beugt Falten vor. Es steckt z.B. in Cashewnüssen und Vollkornprodukten.

**Zink** hilft bei trockener Haut und gegen Pickel. Lieferanten sind unter anderem Fleisch und Eier.

# Welcher Hauttyp bin ich?

## Unser Test verrät es Ihnen

Die auf Sie zugeschnittene Pflege hängt von Ihrem Hauttyp ab. Zu welchem Typ Sie gehören, erkennen Sie daran, welches Symbol Sie bei diesem Test am häufigsten angekreuzt haben. Mehrfachnennungen sind möglich.



### 1. Wie fühlt sich Ihre Haut ohne Creme zwei Stunden nach der Reinigung an?

- ▼ Sie spannt
- Normal
- Sie glänzt
- ▲ Sie glänzt an Nase und Stirn, sonst spannt sie

### 2. Beginnt Ihre Haut im Laufe des Tages zu glänzen?

- Nein
- Ja, im ganzen Gesicht
- ▲ Ja, aber nur an bestimmten Partien
- ▼ Nein, ich muss sie eher häufig eincremen

### 3. Haben Sie Pickel und Mitesser?

- Ja
- ▼ Nein. Selbst dann nicht, wenn ich meine Haut häufig mit einer reichhaltigen Creme versorge
- ▲ Gelegentlich
- Selten

### 4. Wie fühlt sich Ihre Haut an, wenn Sie mit dem Finger über das Gesicht streichen?

- Sehr weich
- Das ganze Gesicht ist ziemlich fettig
- ▲ Relativ glatt, aber es gibt ein paar Pickelchen und Unregelmäßigkeiten
- ▼ An manchen Stellen richtig rau

---

### 5. Sind Ihre Poren deutlich sichtbar?

- Ja, sogar an den Wangen
- ▼ Nein, ich habe ganz feine Poren und insgesamt eher trockene Haut
- ▲ Nur an Nase und Stirn
- Nein

### 7. Schuppt Ihre Haut, wenn Sie Make-up auftragen?

- ▼ Ja
- Manchmal ein wenig
- ▲ Wenn, dann nur an Nase und Stirn
- Nein, so gut wie nie

---

### 6. Haben Sie kleine Fältchen im Gesicht?

- ▼ Ja
- Ganz wenige
- ▲ Einige wenige unter den Augen und am Mund
- Nein



## Auflösung:

Zählen Sie die von Ihnen angekreuzten Kästchen zusammen. Das Symbol, das am häufigsten vorkommt, symbolisiert Ihren Hauttyp. Kommen zwei Symbole auf ähnlich viele Punkte, sind Sie ein Mischtyp und sollten beide Ergebnisse lesen.

■ Normale Haut ▼ Trockene Haut ● Fettige Haut ▲ Mischhaut

# Welcher Hauttyp bin ich?

## Ihr persönliches Ergebnis

Natürlich verhält sich Ihre Haut nicht nach starren Regeln. Aber sie zeigt Tendenzen. Und zwar abhängig davon, wie aktiv Ihre Talgdrüsen sind. Es gibt vier Hauttypen, zu welchem Sie gehören, zeigt das Symbol, das Sie am häufigsten angekreuzt haben.



### ■ Normale Haut

Ihre Haut schuppt und spannt nicht, ist weder großporig noch gerötet, sondern robust und rosig. Normalerweise reicht es aus, wenn Sie zwei Mal täglich ein erfrischendes Reinigungsgel benutzen. Um Ihrer Haut eine Extraportion Feuchtigkeit zu gönnen, sollten Sie morgens und abends das Konzentrierte Hyaluronsäure Gel der KÖNIG APOTHEKEN auftragen. Anschließend verwenden Sie eine zu Ihrem Alter passende Gesichtsscreme.

**Tipp:** Bei Stress im Job oder zu wenig Schlaf helfen Masken weiter.

Ein Peeling alle ein bis zwei Wochen befreit von abgestorbenen Hautschüppchen.

**Konzentriertes Hyaluronsäure Gel** spendet intensive Feuchtigkeit und polstert Falten auf.





**Gesichtsmaske mit Hyaluronsäure** spendet trockener Haut Feuchtigkeit.



## ▼ Trockene Haut

Bei trockener Haut sind die Poren fein, Pickel und Mitesser äußerst selten. Allerdings neigt die Haut nach dem Waschen schnell zu Rötungen, sie spannt und juckt. Trockene Heizungsluft, Kälte und Sonne reizen ebenfalls, weshalb trockene Haut eine Pflege braucht, die ihren Hydrolipidfilm wieder ins Gleichgewicht bringt. Trockene Gesichtshaut braucht eine sehr milde Reinigung, die mit wenig oder sogar ohne Wasser abgenommen wird. Seifen wirken alkalisch und sind viel zu aggressiv für den empfindlichen Teint.

**Pflege:** Reinigen Sie das Gesicht morgens und abends mit einer rückfettenden Reinigungsmilch. Diese sollte nur mit dem Wattepad abgenommen werden. Anschließend ein Gesichtswasser zur

Feuchtigkeitsversorgung anwenden. Alkoholfreie Tonics wie das hauseigene regenerierende Geltonikum mit Hyaluronsäure sind gut, weil sie letzten Schmutz gründlich entfernen.

Wählen Sie eine Creme, die Feuchtigkeit spendet und zusätzlich reichhaltige Fette enthält, und gönnen Sie sich öfter eine Feuchtigkeitsmaske, zum Beispiel die KÖNIG APOTHEKEN Gesichtsmaske mit Hyaluronsäure.

Bei ersten Trockenheitsfältchen sind Cremes mit Vitamin A, C und E perfekt. Sie halten die Haut jung und elastisch.

Trockene Haut am Körper braucht Cremes mit Glycerin und Urea.

**Tipp:** Und vergessen Sie nie die Feuchtigkeitsversorgung von innen: Ausreichend Wasser und ungesüßter Tee wirken wahre Hautwunder.



# Welcher Hauttyp bin ich?

## Ihr persönliches Ergebnis

### ● Fettige Haut

Wenn Ihr Gesicht an Nase und Stirn kurz nach dem Waschen gleich wieder glänzt, neigen Sie zu fettiger Haut. Erweiterte Poren, Mitesser und Pickel sind weitere Indizien. Schuld ist eine gesteigerte Talgproduktion.

**Pflege:** Auch fettige Haut braucht Feuchtigkeit und muss eingecremt werden. Benutzen Sie dafür leichte, ölfreie Cremes oder Gele speziell für diesen Hauttyp, zum Beispiel unser Hyaluron Pflegendes Creme-Gel mit Malve.

Wichtig ist, zweimal täglich zu reinigen, um die Haut von überschüssigem Fett zu befreien.

Anschließend den Teint mit einem alkoholhaltigen Gesichtswasser abtupfen, damit sich die Poren ein bisschen zusammenziehen. Achten Sie beim Make-up auf ölfreie Produkte.

Um Mitesser zu vermeiden, ist ein Peeling ein- bis zweimal wöchentlich perfekt. Geeignet wäre zum Beispiel das

Gesichtspeeling mit pflanzlichen Mikroperlen und Allantoin aus der KÖNIG APOTHEKEN Kosmetikserie.

**Tipp:** Bei starken Entzündungen lieber nicht peelen: Die Bakterien verteilen sich so nur im ganzen Gesicht und verschlimmern die Symptome.

Akute Entzündungen mit einem entzündungshemmenden Gel betupfen, das zum Beispiel Zink enthält. Bei hartnäckiger Akne sollten Sie zum Dermatologen gehen. Er kann Ihnen spezielle Therapien anbieten.



**Hyaluron Pflegendes  
Creme-Gel mit Malve** zieht  
rasch ein und schenkt  
strahlenden Teint.



## ▲ Mischhaut

Sie glänzen an Nase, Stirn und Kinn, die Haut ist überwiegend gerötet und sieht sonst fahl aus. Die Poren an den Wangen sind eher klein, in der T-Zone aber vergrößert. Mischhaut ist wie jeder Hauttyp erblich. Durch Alkohol, feuchtes und heißes Wetter oder Stress wird sie jedoch zusätzlich begünstigt.

**Pflege:** Reinigen Sie Ihr Gesicht mit einer milden, pH-neutralen Reinigungslotion. Tupfen Sie anschließend mit einem desinfizierenden Gesichtswasser nur die fettige Haut an Stirn, Nase und Kinn ab.

In diesem Bereich können Sie Masken mit Heilerde und Peelings für fettige Haut verwenden.

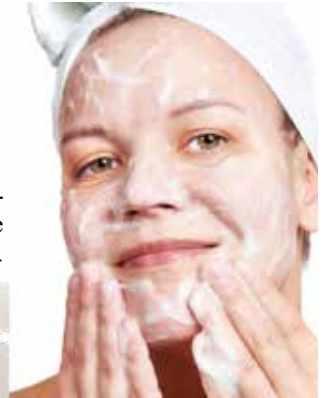
Lassen Sie sich darüber hinaus regelmäßig von einer Kosmetikerin Mitesser und Pickelchen entfernen.

Zur Pflege eignen sich in der T-Zone leichte ölfreie Lotionen und Gele.

**Prokollagen Energiespendende Creme** schützt die Haut vor Schadstoffen.



**Tipp:** Wollen Sie Ihre Haut vor Smog, lichtbedingter Hautalterung und Umweltstress schützen, können Sie unsere Prokollagen Energiespendende Creme mit Vitamin C anwenden.



## Hautzustand: Reifer werdende Haut

Im Laufe des Lebens verändern sich Hormone und der Stoffwechsel läuft langsamer. Dadurch ist die Haut weniger funktionsfähig als in jungen Jahren. Elastizität und Widerstandskraft lassen nach, weil sich Bindegewebsfasern verringern. Flüssigkeitsreserven können nicht mehr so effektiv gespeichert werden, weshalb die Haut spröder und trockener wird. Ständige UV-Strahlen können Pigmentflecken verursachen und die Haut wird insgesamt dünner.

**Pflege:** Die Haut muss nun gut durchfeuchtet werden. Am besten geht das mit Cremes, die Hyaluronsäure enthalten.

Cremes mit Vitamin C oder Retinol schützen die Hautzellen vor Umwelteinflüssen.

Reifere Haut benötigt eine reichhaltigere Pflege als junge Haut.

Legen Sie regelmäßig feuchtigkeitsspendende Masken auf.

Peptide wirken straffend. Diese Wirkstoffe stecken entweder in Anti-Aging-Cremes oder hochkonzentriert in Seren.

**Tipp:** Bei zu Fältchen neigender Haut sind regelmäßige, sanfte Peelings gut. Wer die Tendenz zu trockener Haut hat, sollte damit vorsichtig sein.

Für ein ebenmäßiges Hautbild empfehlen wir eine Zwei-Wochen-Kur mit unserem Fluid zur Hauterneuerung.

# Wissenswertes für die richtige Hautpflege

So vielfältig wie die Bedürfnisse Ihrer Haut sind auch die Hautpflegemöglichkeiten. Wir beantworten die häufigsten Fragen und zeigen, wie einfach die richtige Pflege sein kann.



## Tages- und Nachtcremes

Unsere Haut arbeitet in der Nacht bis zu sieben Mal intensiver als am Tag. Das bedeutet, dass sie nachts mehr Unterstützung benötigt und deshalb reichhaltigere Cremes verwendet werden sollten. Tagsüber beginnt die Haut mit der Selbstreinigung und schüttet über-

flüssigen Talg aus. Hierfür ist eine begleitende Pflege ausreichend. Der Unterschied zwischen Tages- und Nachtcremes liegt also hauptsächlich in den Inhaltsstoffen, die auf den jeweiligen Arbeitsprozess der Haut abgestimmt sind.



**Prokollagen Nährende Creme mit Coenzym Q10** festigt und strafft die Haut.

# Sommer- und Winterpflege

Viele Menschen wissen im Sommer nicht, wie sie ihren Sonnenschutz bestmöglich auftragen. „Für den optimalen UV-Schutz sollten Sonnencreme und -spray unter der täglichen Pflegecreme aufgetragen werden – es sei denn, es werden medizinische Cremes angewendet. Diese müssen selbstverständlich immer zuerst aufgetragen werden“, rät das Team der KÖNIG APOTHEKEN. Außerdem gilt: Jeder Hauttyp braucht im Sommer mehr Feuchtigkeit und im Winter mehr Fett. Also je kälter die Außentemperatur, desto reichhaltiger das Pflegeprodukt.



## Seren

Hautseren stellen eine gute Ergänzung zur Creme dar, weil sie in hohem Maße Feuchtigkeit enthalten. „Die Moleküle sind kleiner als in den meisten anderen Hautpflegeprodukten. Dadurch ist ein höherer Wirkstoffanteil gegeben und ein tieferes Eindringen in die Haut möglich“, so Manuela Schmid, Rezepturspezialistin der KÖNIG APOTHEKEN. Seren bereiten die Haut somit optimal auf die Pflege mit

Cremes vor und sorgen für ein strafferes Hautbild. Die Anwendung erfolgt ein- bis zweimal am Tag. Das Serum muss vollständig eingezogen sein, bevor die Creme aufgetragen wird.

**Lifting-Serum**  
regeneriert die Haut und mindert Mikrofältchen.



## Augencreme

Ab einem gewissen Alter sind gezielte Anti-Aging-Produkte zur Faltenprävention empfehlenswert. Unabhängig davon sollte beachtet werden, dass die Haut unter den Augen und am Dekolleté schon früher zu altern beginnt als am restlichen Körper. An diesen Stellen sind nämlich keine Talgdrüsen vorhanden. Deshalb wird dort kein Fett produziert, das der Faltenentstehung vorbeugt.

### Reichhaltige Cremes

Wir können die Haut jedoch an den trockenen Hautpartien mit reichhaltigeren Cremes bei der Faltenprävention unterstützen. Perfekt dafür geeignet sind zum Beispiel die Hyaluronsäure-Creme Augen und Lippenkontur und die belebende Augengel-Creme mit Wassernabel und Peptiden.



**Belebende  
Augengel-Creme**  
mit Wassernabel und Peptiden mindert Augenringe und Tränensäcke.





## Must-haves

Eine Feuchtigkeitscreme und ein individuell abgestimmtes Reinigungsprodukt stellen eine gute Pflegebasis für jeden Hauttyp dar. Unabhängig davon sollte einmal die Woche eine Gesichtsmaske mit Hyaluronsäure angewendet werden.

Für trockene Haut liefert die KÖNIG APOTHEKEN Kosmetiklinie eine Hyaluronsäure-Gesichtsmaske sowie für fettige und normale Haut die klärende Gesichtsmaske. Ergänzend hilft das Gesichtspeeling der KÖNIG APOTHEKEN Kosmetikserie bei jedem Hauttyp gegen Hautunreinheiten.

## Gesichtsreinigung

Damit die Hautpflege ihre optimale Wirkung entfalten kann, ist eine regelmäßige Reinigung des Gesichts, idealerweise morgens und abends, unverzichtbar. Verwenden Sie auch hierbei die passenden Produkte für Ihren individuellen Hauttyp. So sollte zum Beispiel trockene und sensible Haut von Wirkstoffen wie Seife und Alkohol verschont bleiben.



## Bodylotion und Shampoo

Fettige, trockene und Mischhaut findet sich am ganzen Körper und muss überall entsprechend gepflegt werden. Deswegen bietet die KÖNIG APOTHEKEN Kosmetikserie verschiedene Bodylotions und Shampoos an, die an den jeweiligen Hauttyp angepasst sind.



Rezepturspezialistin Carmen Festin erklärt: „Für fettige Haut haben wir die Avocado Körperlotion entwickelt sowie das talgregulierende Physio-Shampoo XP. Zur Pflege von normaler und Mischhaut eignet sich zum Beispiel unsere Hyaluronsäure-Körperlotion hervorragend.“

**Regenerierende Reinigungsmilch** versorgt die Haut mit Feuchtigkeit und entfernt Make-up.

# Das hat Hand und Fuß

## Ratschläge für die richtige Pflege

**Unsere Hände und Füße sind jeden Tag enormen Belastungen ausgesetzt. Deshalb hat unsere Haut an diesen Stellen eine sorgsame Pflege verdient.**

Rötungen, schmerzhaft Risse, Bläschen, dicke Hornhaut und Juckreiz sind keine Seltenheit an Händen und Füßen. Grundsätzlich gilt: Nässe schadet gereizter Haut. Bei trockenen Händen hilft die tägliche Pflege mit einer feuchtigkeitsspendenden Creme, wie zum Beispiel unserer Hand- & Nagelcreme. Wenn Sie eine schwerwiegendere Hautkrankheit wie etwa einen Hautpilz, eine Kontaktallergie oder Neurodermitis haben, sprechen Sie gerne unser geschultes KÖNIG APOTHEKEN Team an oder suchen Sie einen Dermatologen auf.



**Hand- & Nagelcreme**  
zieht schnell ein und schützt  
Hände und Nägel.

# KÖNIG APOTHEKEN Kosmetik

## Die auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Pflegeserie

**Diese Kosmetiklinie besteht aus über 40 sorgfältig entwickelten Produkten, die für jeden Hauttyp und jede Körperpartie die richtige Pflege bieten.**



Egal ob Serum, Gesichtspeeling, Maske, Handcreme, Körperlotion oder Anti-Pigment-Fluid – bei jedem Produkt setzt die KÖNIG APOTHEKEN Kosmetiklinie auf maximale Wirksamkeit, hohe Verträglichkeit und eine unkomplizierte Anwendung. Für die verschiedenen Hautzustände gibt es drei unterschiedliche Pflegeserien, die Hyaluron-, die Prokollagen- und die Ceramide-Serie. Außerdem werden Gesichtereinigungsprodukte wie die lindernde Anti-Rötungen Spraylotion und auch Cremes und Shampoos, z. B. das Dusch-Shampoo-Sport, angeboten.

# Was kann ich bei Hautproblemen tun?

Hautprobleme können sich auf ganz unterschiedliche Art und Weise bemerkbar machen. Hier erhalten Sie wertvolle Tipps, wie Sie mit Hautveränderungen am besten umgehen können.



Gerne führen wir bei Ihnen eine Hautanalyse durch und erstellen danach gemeinsam mit Ihnen einen passenden Pflegeplan mit entsprechenden Produkten. Vereinbaren Sie dafür einfach einen Termin. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Tel: 08106/3034980 | E-Mail: [info@elchapo.de](mailto:info@elchapo.de)



## Was tun, wenn die Haut schuppt?

Sowohl Kälte als auch Hitze können bewirken, dass sich Schuppen sichtbar von der Hautoberfläche lösen. Eigentlich gehört das zum natürlichen Erneuerungsprozess der Haut. Lösen sich allerdings größere Schuppenmengen, hängt das meistens mit einer mangelnden Rückfettung der Haut nach einer starken Austrocknung zusammen. Auch hier gilt es, „scharfe“ Inhaltsstoffe, wie zum Beispiel Seife, zu meiden und die Haut durch reichhaltige Pflege bei der Rückfettung zu unterstützen.

## Wie erkenne ich eine periorale Dermatitis?

Eine periorale Dermatitis entsteht durch die übermäßige und oft wechselnde Nutzung von Pflegeprodukten, sodass die Haut von den Wirkstoffen überfordert wird und gereizt reagiert. Die Beschwerden treten in Form von Rötungen und roten Pusteln auf. „Das Problem ist leicht in den Griff zu bekommen, indem die Betroffenen nur eine milde Reinigung anwenden und auf den Einsatz von Pflegeprodukten bis auf Weiteres verzichten oder ihn zumindest stark reduzieren“, wissen die Hautexpertinnen der KÖNIG APOTHEKEN.

## Woran erkenne ich Rosazea?

Rosazea beginnt mit leichten Rötungen der Gesichtshaut und kann im fortgeschrittenen Stadium bis zu Wucherungen führen. Auslöser für das Hautleiden können verschiedene Faktoren sein, darunter sowohl Stress als auch Alkohol- und Kaffeegenuss. Allen Betroffenen ist deshalb neben einem gesunden Lebensstil auch eine kontinuierliche Pflege der Haut mit milden, entzündungshemmenden Produkten ans Herz zu legen. „Zusätzlich sollten Stoffe wie Seife und Alkohol an den betroffenen Stellen vermieden werden“, empfiehlt Larissa Kovács aus den KÖNIG APOTHEKEN. Hat die Erkrankung ein fortgeschrittenes Stadium erreicht, sollten Sie einen Arzt aufsuchen. Gerne beraten wir Sie ausführlich in einem persönlichen Gespräch.

**Anti-Rötungen  
Creme LSF 15**  
schützt gereizte Haut.



## Wie pflege ich unreine Haut und Akne?

Entzündungen der Haut sowie Unreinheiten kennt jeder und nicht wenige Betroffene hadern mit der optischen Erscheinung ihres Hautbildes. Rezepturexpertin Carmen Festin erklärt, wodurch die lästigen Hautprobleme entstehen und wie sie sich behandeln lassen: „Unreinheiten wie zum Beispiel Akne entstehen oft durch Bakterien, die sich bei erhöhter Talgbildung leicht vermehren. Ärztliche Hilfe und eine gute Reinigung der Haut stellen aber eine optimale Grundlage für eine Besserung dar. Meine Empfehlung: unsere hausgegene Grapefruit-Creme.“

# Wirkstoffleitfaden

## Die wichtigsten Wirkstoffe bei der Hautpflege

**Darauf sollten Sie beim nächsten Einkauf achten: Diese Beauty-Inhaltsstoffe sind erprobt und nachweislich gut für die Haut.**

### Omega-Fettsäuren

Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren sind essentielle Fettsäuren, das bedeutet, unser Körper kann sie nicht selbst erzeugen. Wir nehmen sie stattdessen beim Verzehr vor allem von Fisch und Pflanzenölen auf. In Cremes für trockene Haut wirken die mehrfach ungesättigten Fettsäuren Wunder. Sie beeinflussen das Gleichgewicht der hauteigenen Fette positiv, unterstützen die Barrierefunktion der Haut und wirken zudem noch antibakteriell.

### Aminosäuren

Als Eiweißbaustein sind Aminosäuren ein wesentlicher Bestandteil unserer Haut- und Haarzellen. Sie eignen sich hervorragend als Cremewirkstoffe, weil sie den Säureschutzmantel der Haut stabilisieren. Das bedeutet, dass sie nicht unmittelbar Wasser in der Haut binden, sondern vielmehr die hauteigene Barriere verstärken. Indirekt helfen sie so der Haut Feuchtigkeit besser zu speichern.

### Glycerin

Die farb- und geruchlose Flüssigkeit ist der Klassiker unter den Hautbefeuchtern. Sie bindet Feuchtigkeit an sich, wirkt positiv auf die hauteigenen Lipide und soll Verhornungen verhindern. Eine Creme kann bis zu 30 Prozent Glycerin enthalten, ohne Hautreizungen auszulösen.





## Urea

Hinter diesem Begriff verbirgt sich Harnstoff. Er gilt als eines der besten Mittel zur Hautbefeuchtung. Von Natur aus in der Hornschicht enthalten, bindet Urea Wasser und fördert den Erneuerungsprozess der Epidermis. In trockener Haut befindet sich nur halb so viel Harnstoff wie in normaler Haut, bei Neurodermitikern sinkt der Anteil auf ein Fünftel.

## Vitamine

Sie spielen bei der Hautpflege eine große Rolle. In Cremes schützen sie vor Umweltgiften (Vitamin C, E und Q10) und haben nachweislich eine verjüngende Wirkung (Vitamin A). Trockene und gereizte Haut ist besonders dankbar für das B-Vitamin Panthenol: Es befeuchtet und beruhigt, etwa nach einem Peeling.

## Hyaluronsäure

Diesen Wirkstoff produzieren wir normalerweise selbst: Hyaluronsäure polstert mit winzigen Wasserkissen die Haut zwischen unseren Bindegewebsfasern auf und lässt den Teint strahlend aussehen. Ein Gramm dieser Zuckerart kann beachtliche drei Liter Feuchtigkeit binden. Und das sieht man auch. Moderne Varianten mit unterschiedlichen Molekülgrößen können oberflächlich und tief in der Haut wirken. Dadurch wird die Haut straff und gut durchfeuchtet.

# KÖNIG APOTHEKEN



---

**ANKER**  APOTHEKE

24 Stunden Abholservice  
Waldluststr. 1 · Haar · 089/4546180

**MARGARETHEN**  APOTHEKE

im Ärztehaus Baldham  
H.-Marschner-Str. 70 · Baldham · 08106/7055

**ELCH**  APOTHEKE

durchgehend geöffnet  
Marktplatz 7 · Baldham · 08106/3034980

**POST**  APOTHEKE

direkt an der Post Baldham  
Neue Poststr. 7 · Baldham · 08106/7090

---

Ein starkes Team für Ihre Gesundheit!

[www.koenigapotheken.de](http://www.koenigapotheken.de)