

ALT MARZAHNER APOTHEKE

Ausgabe November 2018

Hautpflege und Schutz im Winter



Im Winter ist die Haut besonders schutzbedürftig. Wer sich jetzt viel im Freien aufhält, sollte seine Haut deshalb gut pflegen, allen voran unbedeckte Partien wie **Gesicht, Lippen und Hände**. Ansonsten sind sie der Kälte schutzlos ausgeliefert.

Ab Temperaturen von 8°C lässt die **Talgproduktion** nach. Das von den Talgdrüsen ausgeschiedene Fett legt sich normalerweise als dünner Film über die Hautoberfläche. Fehlt dieser Film, dann trocknet die Haut schneller aus, Schad- und Reizstoffe dringen leichter ein. Und da kalte Luft zudem noch trocken ist, entzieht sie der Haut zusätzlich Feuchtigkeit. Ein Teufelskreis, der durch richtige Hautpflege durchbrochen werden kann.

Dabei geht es primär nicht um das Zuführen von Feuchtigkeit, sondern darum, den übermäßigen Wasserverlust der Haut zu reduzieren.

Man sollte versuchen, das Wasser in der Hornschicht einzuschließen. Dies erreicht man durch Anwendung von **reichhaltigen Fettsalben** oder von verschiedenen Ölen wie Jojobaöl, Mandelöl oder auch Nachtkerzenöl.

Sind in den Hautpflegeprodukten z.B. Harnstoff, Glycerin, Kollagen oder Hyaluronsäure enthalten, kann Wasser besser in der Haut gebunden werden.

Sie können auch Ihre **reichhaltige Nachtcreme am Tag** und die Tagescreme in der Nacht verwenden.



20ml Iberogast®
34,75€/100ml
PZN 00514644

6,95€*



Aspirin® 500mg**
20 Tabletten
PZN 10203603

4,50€*

** Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben!

Alt Marzahner Apotheke

Inhaber Martin Pöhlmann e.K.
Allee der Kosmonauten 198
12685 Berlin Marzahn

Telefon (030) 54397720
Telefax (030) 54397721
info@alt-marzahner-apotheke.de

Öffnungszeiten
Mo – Fr 08:00 – 19:00 Uhr
Sa 08:00 – 13:00 Uhr

Rundum gut versorgt - auch online unter www.alt-marzahner-apotheke.de

* Preise inklusive Mehrwertsteuer, nur gültig im Angebotsmonat, nicht kombinierbar mit anderen Rabattierungen und nur solange der Lagervorrat reicht. Abbildungen ähnlich. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Bildnachweis: Fotolia #95432797 | Urheber: darkfrea