

Pressemitteilung

Wärmstens zu empfehlen – guter Hautschutz bei Kälte

Frankfurt, 27. Februar 2018 – Strahlen blauer Himmel und sibirische Kälte. Kalte Wintertage bedeuten für unsere Haut Stress. Denn sie ist durch den häufigen Wechsel zwischen überheizten Räumen und trockener Kälte stark gefordert und kann schnell austrocknen. Trotzdem gilt bei der Hautpflege nicht automatisch: einfach mehr cremen. Entscheidend ist die Wahl des richtigen Produkts.

Die Ansprüche unserer Haut verändern sich nicht nur mit zunehmendem Alter, sondern, abhängig von der Jahreszeit, auch im Verlauf eines Jahres. „Im Winter benötigt unser größtes Organ besonders viel Pflege. Das richtige Produkt zu finden, das der Haut Feuchtigkeit spendet und ihr hilft, diese auch einzuschließen, ist allerdings bei dem großen Angebot nicht immer einfach“, meint Dr. Utta Petzold, Dermatologin bei der BARMER.

Wer die Wahl hat...

Das Angebot ist vielfältig: In den Regalen stehen unterschiedliche, teils stark parfümierte Produkte in Form von Körperbutter, Körperlotionen oder Gesichtscremes. Steht der Pflegeaspekt im Vordergrund, rät Petzold auf die Zusammensetzung der Creme zu achten. Für die Hautpflege im Winter empfiehlt die Expertin reichhaltige Cremes und Lotionen in einer Kombination aus Wasser und Öl, sogenannte Wasser-in-Öl- oder, aus dem englischen water-and-oil abgekürzt, W/O-Emulsionen. Diese Angabe kann auf der Verpackung vermerkt sein, zusätzlich bieten aber auch Hinweise wie „intensive Pflege“ oder „für trockene oder beanspruchte Haut“ eine gute Orientierung. „Im Winter sollte man mindestens einmal pro Woche den ganzen Körper eincremen, je nach Hautzustand auch häufiger. Der beste Zeitpunkt ist direkt nach dem Duschen“, rät Petzold. Um Belastungen der Haut zu verringern, sollte man außerdem nicht zu lang und zu heiß duschen, nur milde Duschgels oder Seifen verwenden und diese nur sparsam einsetzen.

Wer sich länger in der Kälte aufhält kann die besonders empfindliche Gesichtshaut mit einer Kälteschutzcreme schützen. Sie sollte allerdings nur dünn und nicht täglich aufgetragen werden, weil sie die Haut aufgrund des hohen Fettanteils sonst zu sehr abdichtet. Richtig geschützt steht einem winterlichen Tag an der frischen Luft nichts im Weg.

BARMER

**Landesvertretung
Hessen**

Pressestelle

Erlenstraße 2 • 60325 Frankfurt

www.barmer.de/presse
www.twitter.com/BARMER_HE
presse@barmer.de

Brigitte Schlöter
Tel.: 0800 33 30 04 35 2230
brigitte.schloeter@barmer.de