

style **BETTER AGING**



HOCH DIE HÄNDE.
 Die Mesotherapie-Sessions haben sich gelohnt: Madonna zeigt ihre verjüngten Hände her.

KEIN



FRAU MIT HANDSCHLAGQUALITÄT.
 Kirstie Alley sieht mit 66 Jahren klasse aus und gibt an, gegen Botox zu sein. Die Schauspielerin pflegt ihre Haut angeblich nur sehr gut – ihre Hände scheint sie zu vergessen ...



ZU HARTE KRITIK.
 Sängerin Madonna wurde oft wegen ihren Händen angegriffen. Von „Gruselhänden“, die gar nicht zu ihrem jugendlich-prallen Gesicht passen, war die Rede. Die 58-Jährige trug deswegen sogar immer wieder Handschuhe.

... an den Händen

DAS PROBLEM. Im Schnitt 13 Mal waschen wir unsere Hände mit Seife pro Tag, wir arbeiten mit ihnen stundenlang, und sie sind zusätzlich Sonneneinstrahlung ausgesetzt. Da unsere Hände derart beansprucht werden, können sie unabhängig vom Alter eine trockene, fleckige Haut aufweisen. Mit den Jahren kommen auch noch Fett- & Feuchtigkeitsverlust dazu. Sie wirken sehniger als bisher.

WAS WIR SELBST TUN KÖNNEN. pH-neutrale Waschyndets schützen vorm Austrocknen & erhalten die Schutzbarriere. Machen Sie's wie Hand-Supermodels: Sie cremen sich mehrmals täglich ein. Wenn die Pflege Retinol enthält, bekämpft sie auch Flecken & Linien. Damit Pigmentflecken sich erst gar nicht bilden, nicht auf den Sonnenschutz vergessen!

PROFI-METHODEN. Wenn es um Saftpfötchen geht, haben Beauty-Docs oft ihre Hände im Spiel: Sie injizieren Mesotherapie-Shots, feuchtigkeitsspendende Hyaluron-Gels oder Eigenfett, wodurch Hände sofort praller wirken.



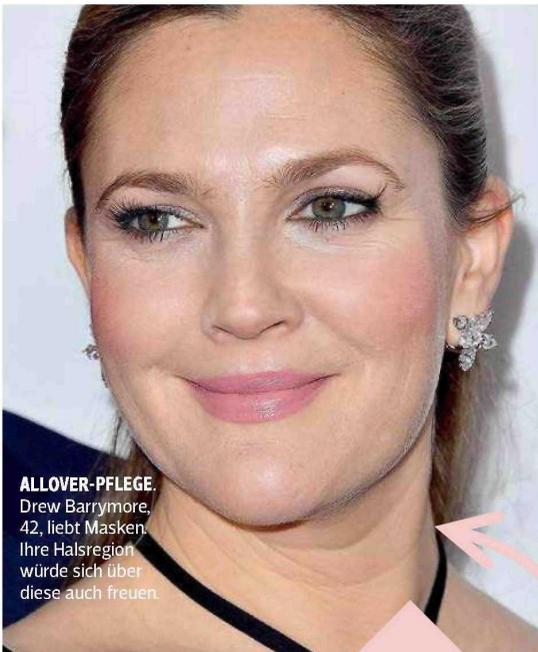
1 _ Retinol-Profi: „Total Age Correction SPF 15“ von **Lancaster**, € 19,95. **2** _ Glättet: „Q10 Hand Creme“ von **Nivea**, € 3,99. **3** _ Hilft beim Feuchtigkeitsaufbau: „Anti-Aging Hand Care“ von **Dr. Kitzinger**, € 24,99, bei **Marionnaud**.



JUNGBRUNNEN. Injektionen von Hyalurondepots (z. B. von **Restylane**) oder auch von Eigenfett sorgen im Handumdrehen für ein glatteres und verjüngtes Ergebnis. Kosten: Hyaluronfiller ab € 400,-, Info: **kuzbari.at**

FOTOS: FACE TO FACE, GETTY IMAGES, VIENNA REPORT.AG, WERK

GRUND, ÄLTER AUSZUSEHEN ...



ALLOVER-PFLEGE. Drew Barrymore, 42, liebt Masken. Ihre Halsregion würde sich über diese auch freuen.

... aber auch Stars tun es manchmal. Und das, obwohl sie einen ganzen Tross an Beauty-Experten haben! Wir zeigen an Promi-Beispielen, welche **GESICHT- & KÖRPERZONEN UNS ÄLTER AUSSEHEN LASSEN**, als wir tatsächlich sind.

Pop-Ikone Madonna versteckte ihre Hände noch bis vor Kurzem unter Handschuhen, Schauspielerin Sharon Stone hingegen zieht ihre Röcke runter, damit ihre Beine nicht zu sehen sind. Auch Hollywood-Beautys stört also die eine oder andere völlig natürliche (!) Alterserscheinung. Dabei gibt es ein paar Zonen – wie Hals, Hände, Knie oder Augen –, die schnell mal unser Alter verraten. Wir zeigen, wie diese mit verwöhnenden Pflege-Einheiten schöner aussehen können. Für Spezialfälle helfen auch Kosmetikstudio oder Beauty-Doc. Sind Sie bereit zur Entfaltung?

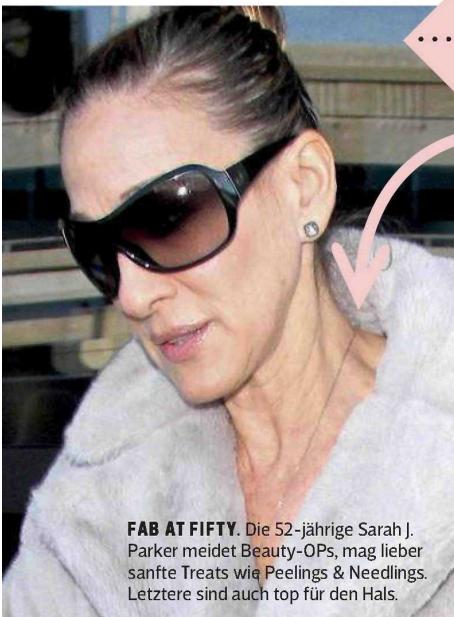
SERMIN KAYA ■

... am Hals

DAS PROBLEM. Nicht das Gesicht, sondern vor allem der Hals verrät, wie viele Jährchen wir schon am Buckel haben. Doch auch bei jungen Frauen kommen Neckline-Lines (Halsketten-Falten) und Schalfalten öfter vor. Erstere deshalb, weil wir bis zu 88 Mal am Tag auf unsere geliebten Smartphones runtergucken und die Pflege dieser delikaten Zone nicht besonders berücksichtigen.

WAS WIR SELBST TUN KÖNNEN. Die Haut an Hals und Dekolleté hat weniger Unterhautfettgewebe als das Gesicht. Darum sind hauterneuernde Peelings sowie Pflegeeinheiten mit lipid- & feuchtigkeitspendenden Wirkstoffen sehr hilfreich. Spezielle Halsprodukte enthalten zudem Wirkstoffe, die eine Produktion von festigendem Kollagen ankurbeln und das Geweberüst stützen. Wichtig: Pflege von unten nach oben und von der Mitte nach außen hin verstreichen und ein paar Minuten lang massieren.

PROFI-METHODEN. Um die faltige Halsregion zu glätten, greifen Profis – je nach Bedürfnis – zu Laser-Treatments, Mikroinjektionen von Hyaluronsäure oder Botulinumtoxin.



FAB AT FIFTY. Die 52-jährige Sarah J. Parker meidet Beauty-OPs, mag lieber sanfte Treats wie Peelings & Needlings. Letztere sind auch top für den Hals.

1. Macht die Haut an Hals & Dekolleté ebenmäßiger: „Clearly Corrective Dark Spot Solution“ von Kiehl's, € 47,95.
2. Wirkt entknitternd: „Neck Cream“ von La Prairie, € 202,-.
3. UV-Schutz ist Pflicht: „Face SPF 50+ Mattierendes Fluid“ von Daylong ab € 29,50.

style BETTER AGING



WALK THE LINES.
 Catherine Zeta-Jones hat mit 47 den Körper einer 20-Jährigen. Nur die Knie verraten ihr wahres Alter.



VERSTECKSPIEL. Von Sharon Stones (59) Figur können wir nur träumen! Sie scheint mit ihren Beinen aber nicht ganz zufrieden zu sein.



... an den Beinen

DAS PROBLEM. Schon ab Mitte 20 lässt die Produktion von Kollagen nach, unsere Haut ist weniger prall. Mit fortschreitendem Alter verliert sie an Elastizität, weshalb sich an Beinen & Knien erschlaffte Haut zeigt. Auch Hollywood-Beautys fürchten sich vor den besagten „Kninkles“ (Knee-Wrinkles), Demi Moore etwa soll bei Profis über 8.000 US-Dollar für neue Knie bezahlt haben.

WAS WIR SELBST TUN KÖNNEN. Körperpflege-Goodies enthalten einen Mix an Feuchtigkeit wie Hyaluron sowie Lipiden (z. B. in Ölen), also täglich gut von unten nach oben eincremen. Plus: Her mit dem Bürsten oder Peelen zur Durchblutung – genauso wie knackige Sporteinheiten! Was jedoch vom Speiseplan gestrichen gehört: Zucker.

PROFI-METHODEN. Bei den Beinen ist, um ehrlich zu sein, viel Einsatz gefragt. Mit der Hilfe von Hightech geht's aber deutlich schneller. Zum Beispiel mit Radiofrequenz, die unliebsame Pölsterchen zerstört und zeitgleich durch die Wärme das Gewebe „zusammenzieht“ und strafft.



- 1 _ Mollig & regenerierend: „Skin Revolution Body“ von Judith Williams, € 29,99, hse24.at
- 2 _ Strafft mit Algenextrakten: „Body Cream“ von Demarés, € 89,- bei Nägele & Strubell.
- 3 _ Super nach dem Workout, versorgt die Haut mit Magnesium: „Skin Fitness Firming Body Recovery Emulsion“ von Biotherm, € 32,50.

... im Gesicht

DAS PROBLEM. Da wir schon ab dem ca. 25. Lebensjahr von Jahr zu Jahr weniger Kollagen produzieren, werden die Wangen flacher. An Stirn, Augen- und Mundzone zeigen sich (auch durch die mimische Bewegung) Linien und Falten. Aber auch die Augen verraten unser Alter: Selbst wer vorher keine hängenden Lider hatte, kann diese ab dem Dreißiger im Spiegelbild bemerken.

WAS WIR SELBST TUN KÖNNEN. Zwei ganz, ganz große Faktoren für schöne Haut sind: konsequente Reinigung und 365 Tage im Jahr Sonnenschutz! Denn UV-Strahlung und Umweltschmutz sind DIE Feinde der Hautzellen. Nicht rauchen, Alkohol reduzieren, sich viel bewegen und weniger in Computer & Handy schauen, sind übrigens auch förderlich für einen Strahlteint.

PROFI-METHODEN. Auch hier lockt eine Bandbreite an möglichen Treatments. Laser, die die Haut erneuern, Injektionen von Hyaluron oder die neueste Maßnahme für einen offenen Blick: eine Lidstraffung ganz ohne Schnitt (s. rechts).



SPRITZEN-JO-JO. Meist viel zu viel: Renée Zellweger (47) ist durch ihre Liebe zu Fillern oft nicht mehr wiederzuerkennen.

BEAUTY-FAN. Demi Moore, 54, checkt in Beauty-Kliniken ein & pflegt ihre „sensible Haut“ aber nur mit Feuchtigkeitspflege.



- 1 _ Kapseln mit Vitamin C: „Hautdichte“ von Innéov, € 32,50.
- 2 _ Entspannt die Gesichtszüge: „Time-Filler Creme“ von Filorga, € 64,99 bei Marionnaud.
- 3 _ Tolle, mollige Augenpflege, die Linien glattbügelt: „Extra Intensive Eye Cream“ von Sensai, € 187,-.



LIDSTRAFFUNG OHNE SCHNITT. Sanft und ohne Schmerzen: Die neue Plasmatechnologie Plexr „vaporisiert“ überflüssige Haut einfach. Oberlid ab € 750,-. Info: kiprov.com



1 _ CATE BLANCHETT. Die Aktrice ist 47 Jahre alt und strahlt. Ihr Geheimnis: hoher Sonnenschutz, Oxygen-Facials & kein Kaffee – mehr verrät sie nicht.
2 _ GWEN STEFANI. Die Sängerin (47) ernährt sich hauptsächlich vegan und absolviert „viele, quälende Sporteinheiten, die für einen Mann sein könnten“.
3 _ JULIANNE MOORE. Die 56-jährige glaubt an die positive Wirkung von Yoga und verwendet, seit sie 23 ist, täglich Sonnenschutz.
4 _ JENNIFER ANISTON. Für den Glow trinkt die 48-jährige „extrem viel“ Wasser, macht täglich 30 Min. Cardio-Training & Yoga-Sessions.

... und SIE machen alles richtig

NATÜRLICHERE WIRKUNG. Wir wissen zwar nicht genau, ob diese Ladies bei ihrer Schönheit nicht etwas nachhelfen. Aber sie scheinen die ideale Dosis für ihre Treatments gefunden zu haben. Für ihr Aussehen tun sie trotzdem einiges – und das täglich. Das Beste daran ist, dass wir ihren Schönheitsplan quasi gratis kopieren können! Sie schwitzen bei Cardio-Einheiten wie z. B. Joggen oder Cardio-Einheiten am Crosstrainer (bereits 30 Min. reichen!) und regen damit die Durchblutung an (sorgt für pralle Haut). Zudem schwören sie auf Yoga, Pilates und Meditation. Das sorgt für ein inneres Leuchten (das man tatsächlich sieht!). Auch ihre „Clean Diet“ kostet nicht die Welt. Bei dieser steht vorrangig Gemüse und Obst auf dem Speiseplan. Außerdem: genug Schlaf, mindestens 7 Stunden täglich. Fixes Pflegeprogramm ist tägliches Abschminken und Sonnenschutz. Geht gar nicht: Rauchen und zu viel Alkohol – macht alt!

FOTOS: VIENNA REPORTAGE, SPLASHNEWS.COM, GETTY IMAGES, WWW.PPS.AT, REX FEATURES, WERK