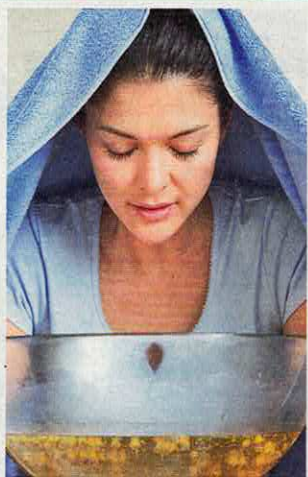


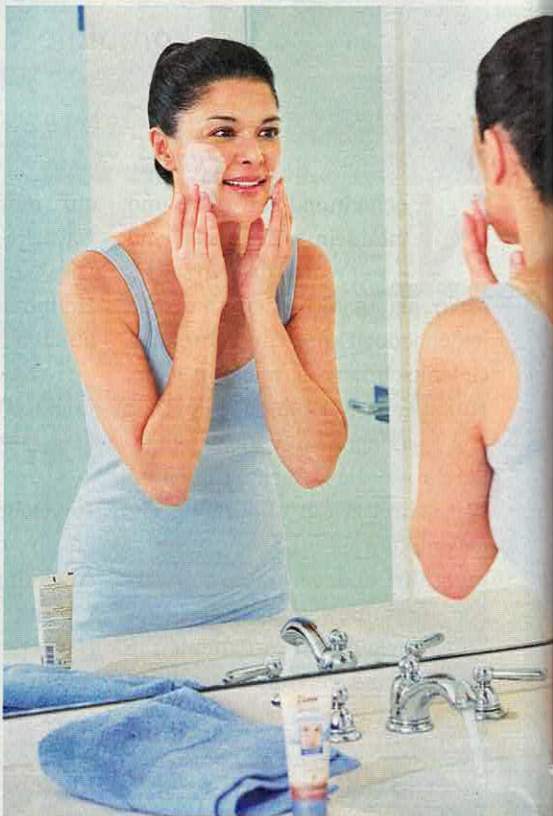
zunehmend unter Pickeln

wieder eine Haut



Poren öffnen

Warmer Dampf sagt verstopften Talgdrüsen, Mitessern und Pusteln den Kampf an. Die nachfolgende Reinigung wirkt effektiver. 3 TL getrocknete Kamille mit 2 l kochendem Wasser übergießen, Kopf ca. 30 cm entfernt über die Schüssel halten. Kamille beruhigt, wirkt Entzündungen entgegen. 1-mal pro Woche.



Sanft reinigen

Unreinheiten entstehen durch Bakterien, daher zweimal täglich mit milden Tensiden das Gesicht reinigen. Anschließend mit alkoholfreiem Gesichtswasser klären.



Natürliche Maskerade

Eine wissenschaftliche Untersuchung der Berliner Charité mit 175 Probanden belegt: Heilerde-Masken lassen Pusteln, Pickel und Mitesser bis zu 70 Prozent abklingen. 5 TL Pulver (z. B. Luvos) mit Wasser oder Aloe-Vera-Saft verrühren, messerdick auftragen, 20 Minuten wirken lassen, bis die Erde angetrocknet ist. 2- bis 3-mal wöchentlich am besten 6 Wochen lang.



Hände

Wie oft am Tag bewusst ins Gesicht der Bakterien-Übersiedelung auf Smartphones tummeln sich Mikroorganismen. Mäßig Hände waschen alle zwei Tage Gesichtsbild Papier

Spezialisten für Unreinheiten

- 1 Pflügt nachts die reife und unreine Haut mit Glycolsäure: DERMASENCE AHA Effects plus C, um 24 €.
- 2 Zum Anrühren von Masken: Luvos Heilerde 2 hautfein, um 6 €.
- 3 Bekämpft gezielt Unreinheiten: Bio:Végane Skinfood Bio Acai SOS-Pickeltupfer, um 5 €.
- 4 Verfeinert über Nacht das Hautbild mit Fruchtsäure: Cice Peeling Serum, um 69 €.
- 5 Reinigt porentief, ohne auszutrocknen: Luvos

heiten: Bio:Végane Skinfood Bio Acai SOS-Pickeltupfer, um 5 €.