# Beauty-Geheimnis aus Fernost

Schönheit in Schichten – die Pflege-Technik asiatischer Frauen verspricht unvergleichlich makellose Haut. Lesen Sie hier, worauf es dabei ankommt

iele mögen es in Sachen Schönheit schnell und praktisch. Sie greifen gerne zu All-in-one-Produkten. wie BB-, CC- oder DD-Cremes, die gleich mehrere Bedürfnisse erfüllen. Wer hingegen auf individuelle Pflege Wert legt, sollte es mit einem Schönheits-Programm aus Asien probieren. Die Asiatinnen sind für ihren ebenmäßigen Porzellanteint bekannt – porenlos, ebenmäßig, faltenfrei und mit wunderschönem Glow. In Japan und Korea schenkt man seinem Körper viel Aufmerksamkeit und nimmt sich Zeit, denn ein intensives Schönheitsritual gehört zum kulturellen Erbe.

Makellose Haut ist das Resultat eines aufwändigen Pflegeprogramms, welches jeden Tag angewendet wird – und das schon ab dem Teenager-Alter. "Skin Care Layering" heißt dieser Kosmetik-Trend, der sich auch bei uns immer mehr etabliert.

## Zeit für eine Auszeit

Der Begriff Layering kommt aus dem Englischen und bedeutet soviel wie "schichten". Das Besondere daran ist, dass viele verschiedene Produkte in einer bestimmten Reihenfolge aufgetragen werden. Die Idee dahinter: Wenn ausgewählte Pflegeartikel mit unterschiedlichen Wirkungen kombiniert werden,

ergänzen sie sich nicht nur perfekt, sondern die Wirkstoffe potenzieren sich. Für Alexandra Kopold-Schütz von der Age Attraction Kosmetik GmbH ist Layering mehr als Pflege. Es ist ein Ritual und eine kleine Auszeit für die Schönheit. Ihre Erfahrung: "Es gibt nichts Besseres als Layering mit hochdosierten Spezialprodukten. Man kann gezielt Produkte dort einarbeiten, wo man sie braucht. Die Haut strafft sich, Poren verfeinern sich, das gesamte Hautbild wird ebenmäßiger."

## Weniger ist mehr

Entscheidend beim Lagen-Look ist die Reihenfolge der Pflegeprodukte. Layering funktioniert nach der TRT-Regel: T wie Toning (reinigen und klären), R wie Regeneration (etwa mit Seren, Ampullen) und T wie Tuning (Make-up, Sonnenschutz).

Bei den Pflegeprodukten werden immer erst durchsichtige, klare Produkte auf Wasserbasis aufgetragen, die gut einziehen und daher auch in den tieferen Hautschichten wirken. Danach kommen ölhaltige Produkte. Die falsche Reihenfolge würde nicht nur den Effekt beeinträchtigen, sondern kann auch zu Krümeln auf der Haut führen. Das passiert etwa, wenn man erst eine fettlösliche Creme, dann eine wasserlösliche Lotion aufträgt.

Das Besondere an der Schichtarbeit ist, dass verschiedene Produkte in einer bestimmten Reihenfolge aufgetragen werden



Beim Layering ist weniger mehr: Es geht als ersten Feuchtigkeitsspender, der die Haut nicht darum, eine große Menge Creme auf auf die anschließende Pflege vorbereitet. Der das Gesicht zu packen, sondern vielmehr durch die vielen Schritte individuell auf die Bedürfnisse der Haut einzugehen. Alle Schichten werden nur hauchdünn aufgetragen und jedes Produkt sollte gut eingezogen sein, bevor das nächste an die Reihe kommt.

### Porentief rein

Am Anfang des Lagen-Looks steht die gründliche Reinigung, in Asien oft als "Double Cleansing" bezeichnet. Die Haut wird erst mit Öl 1 und einer leichten Massage angeregt, anschließend nochmals mit einem Schaum 2 oder Gel gründlich gereinigt. Der Anteil der Tenside sollte gering sein, damit der Säureschutzmantel der Haut nicht leidet.

Für trockene Haut eignet sich eine Milch oder Reinigungscreme, für Misch- und unkomplizierte Haut auch Schaum, Gel oder Mizellenwasser. Am Abend ist die Reinigung noch viel wichtiger als morgens.

#### Sieben Lagen Feuchtigkeit

Dann wird die Haut mit einem Gesichtswasser geklärt. In Asien betrachtet man Toner 3 nicht als Abschluss der Reinigung, sondern

**-2** -Aus fermentierten japanische Aprikosen: "Favourite Foaming Cleanser" von One.two.free! 100 ml 13,99 € über www.douglas.de

-1-Haut: "Miracle Oil Cleanser" von One.two.free! 100 ml 16,99 €





- 3 -Erfrischt und klärt: "Magic Toner" von One.two.free! 100 ml 18,99 € über www.douglas.de neueste Trend: Man trägt einen Toner bis zu siebenmal auf. "7 skin method" heißt es bei der Parfümeriekette Douglas. Bei internationalen Beautybloggern löste diese neue Methode aus Korea einen regelrechten Hype aus. Die Feuchtigkeit der Haut soll so erhöht werden, ohne die Schwere oder Fettigkeit, die herkömmliche Hautcremes und Gesichtsöle verursachen. Der Toner wird zuerst mit dem Wattebausch aufgetragen, die weiteren Male mit der Hand eingeklopft. Bei trockener Haut bitte einen Toner ohne Alkohol nehmen. Toner gibt es auch in Form eines Gesichtssprays, das sich wie ein feiner Nebel auf die Haut legt.

#### Seren sind ein Muss

Der nächste Schritt heißt Regeneration durch Feuchtigkeitsbooster. Am besten mit einem Serum oder einer Ampulle, die aufgrund ihrer flüssigen Konsistenz besonders gut von der Haut absorbiert werden und in die tieferen Schichten vordringen. Das verstärkt den Beautyeffekt der anschließenden Pflege. Das Serum sollte gut auf die Haut abgestimmt sein. Angeboten werden Seren unter anderem mit Aloe vera, Hyaluronsäure 4, Pflan-





"Vital Perfection Uplifting & Firming Eye Cream" von Shiseido 15 ml 78 €



**SCHÖNHEIT** 

Eine gründliche Reinigung bildet den Auftakt des Pflege-Rituals

Beim Auftragen der Produkte kommt eine spezielle Klopftechnik zum Einsatz

zenextrakten und Rosenwasser. Danach dürfen Spezialprodukte, zum Beispiel für die zarte Haut um die Augen, nicht fehlen. Diese Partie braucht besondere Pflege. Augencremes 5 spenden Feuchtigkeit, reduzieren Augenringe und Fältchen. Bei den nächsten Schritten wird diese Zone dann ausgespart.

### Gut geölt

Geltexturen spenden viel Feuchtigkeit. Man kann sie als Zwischen-Pflegeschritt, noch vor einer Creme auftragen. Dann kommen

Gegen die sichtbaren Zeichen von Schlafmangel: "Overnight Wrinkle Resisting Cream" von **Shiseido Benefiance** 50 ml 95 €





- 7 -Feuchtigkeitspflege mit japanischem Wurzelextrakt: "Pyunkang Yul Moisture Cream" 100 ml 30,95 € über www.lovemycosmetic.de





reichhaltigere Produkte auf Öl- oder Wachsbasis 6 zum Einsatz. Würde man die ölige Pflege zuerst auftragen, könnten sich beide Produkte nicht verbinden. Die ölbasierte Creme würde sogar verhindern, dass das Produkt auf Wasserbasis einzieht. Damit wäre der Pflegeeffekt zunichte gemacht.

Ganz egal wie reichhaltig die Tagescreme ist – sie schützt auf jeden Fall vor Umwelteinflüssen und sorgt dafür, dass die Feuchtigkeit gespeichert bleibt.

Nachtcremes 7 hingegen fördern mit ihren reichhaltigen Inhaltsstoffen gezielt die Regeneration der Haut während man schläft.

Den Abschluss der Gesichtspflege kann ein Gesichtsöl 8 bilden. Es wirkt wie eine Art Versiegelung und sorgt gleichzeitig für einen natürlichen Glow.

## Klopfen statt reiben

Das Interessante am Layering ist nicht allein die Verwendung verschiedener Cremes, sondern auch die Technik, mit der die Produkte eingearbeitet werden. Schnelles Cremen – nein danke! Statt dessen werden die verschiedenen Produkte getupft, gedrückt, geklopft und einmassiert. Das regt die Durchblutung an, stimuliert den Lymphfluss und fördert damit eine bessere Aufnahme der Wirkstoffe.

- **8** Schutzfilm für
beanspruchte Haut:
"Organic Flowers Facial Oil"
von Whamisa

30 ml 47,95 € über www.lovemycosmetic.de - **9** 
Kühlende Tuchmaske zur
Beruhigung irritierter Haut:
"Aloe Soothing Mask Pack"
von Benton,

1 Stück 3 € über
www.lovemycosmetic.de



Hals und Dekolleté nicht vergessen. Hier sollte man allerdings weniger massieren als vielmehr großzügig und sanft ausstreichen.

#### Zuviel des Guten

Asiatinnen tragen meist zehn, manchmal auch bis zu 18 Schichten auf. Einige Dermatologen hierzulande halten das für übertrieben. Das findet auch der Münchner Hautarzt Christoph Liebich, medizinischer Leiter von Dermazent, Dermatologie im Zentrum von München: "Menschen mit sehr sensibler Haut sollten vom Layering eher Abstand nehmen." Denn zuviel Durchfeuchtung kann die oberste Hornschicht aufquellen, die natürliche Schutzbarriere der Haut wird dadurch gestört. "Layering eignet sich nicht für jede Haut", meint auch Elena Helfenbein vom VKE Kosmetikverband in Berlin: "Es ist eine Methode, die für die unkomplizierte Haut geeignet ist. Eine empfindliche Haut hingegen kann sehr schnell überreagieren."

Eine permanente Überversorgung mit Wirkstoffen kann also unter Umständen sogar mehr schaden als nützen.

#### Bei einer Marke bleiben

Elena Helfenbein empfiehlt, nicht zuviele Marken zu mixen, sondern verschiedene Produkte aus einer Kosmetikserie zu verwenden: "Jedes Produkt besteht aus einer Vielzahl an Inhalts-, Wirk- und Zusatzstoffen. Diese können von Marke zu Marke stark variieren. Bei einer Serie hingegen sind Wirkstoffe, Emulgatoren und Konservierungsstoffe aufeinander abgestimmt."

Asiatische Produktlinien eignen sich besonders gut fürs Layering, da sie speziell für das Auftragen in mehreren Schichten entwickelt wurden. Wenn ein Produkt auf der Haut krümelt oder flockt, ist das ein Hinweis darauf, dass die Formelgrundlage nicht zum Kombinationsprodukt passt.



# Make-up-Layering

Lagen-Look kommt nicht nur bei der Pflege zum Einsatz, sondern auch beim Schminken. So erzielt man beim Make-up den perfekten Glow:

- **X** Zunächst eine Feuchtigkeitscreme verwenden und etwa fünf Minuten einwirken lassen.
- X Dann einen silikonfreien Primer auftragen. Der kaschiert die Poren, mattiert, gleicht kleine Fältchen aus und macht die Foundation haltbarer.
- X Als nächsten Schritt drei bis vier Pumpstöße einer flüssigen, wasserbasierten Foundation, einen Tropfen Gesichtsöl und zwei bis drei Tropfen flüssigen Highlighter vermischen. Das Verhältnis sollte aus 60 Prozent Foundation und 40 Prozent Öl/Highlighter bestehen (bei fettiger Haut die Ölmenge etwas reduzieren). Alles sanft in die Haut einarbeiten.
- X Als vorletzte Schicht kommt cremiger oder flüssiger Concealer dazu, der mit einem feinen Pinsel aufgetragen wird.
- ✗ Für ein rosiges Finish schließlich Bronzer oder cremiges Blush auf die Wagen geben.

Achtung: Hydrogel und Longlasting Make-up enthalten häufig Polymere, um das Gel zu stabilisieren. Bei einer Kombination kann das Zuviel an Polymeren Röllchen auf der Haut bilden.

Hautarzt Dr. Christoph Liebich warnt ebenfalls davor, Produkte wild zu mischen: "Das kann die Haut irritieren, statt sie zu verbessern. Es muss nicht, aber kann zu chemischen Reaktionen, zu Ausschlag oder sogar Allergien kommen." Er empfiehlt vor der Anwendung eine Beratung beim Hautarzt oder der medizinischen Kosmetikerin.

Besondere Vorsicht sei geboten bei unreiner Haut, vor allem wenn man Spezialmittel gegen Akne und Co. wie Vitamin-C-Säurehaltige Cremes und Retinol-Produkte mit hochkonzentrierter Fruchtsäure verwendet. Diese sind nicht für Lagen-Look geeignet.

Auch Peelingprodukte, die abgestorbene Hautschuppen entfernen, sollte man beim Layern maximal ein- bis zweimal die Woche verwenden. Einmal in der Woche kann man – am besten in Kombination mit dem Peeling – zusätzlich eine Maske 9 auflegen. In Asien verwenden Frauen für das traditionelle Layering gerne dünne Tuchmasken, die zahlreiche Pflegestoffe enthalten. Für die Nacht gibt es Spezialmasken, sogenannte "overnight sleeping packs", die das abendliche Layering abschließen.

Übrigens, ob konventionelle Kosmetikprodukte oder Naturkosmetik: Layering funktioniert bei beiden. In jedem Fall ist es ein Schönheitsritual, das viel Zeit in Anspruch nimmt. Hat man die im Alltag nicht, ist es ja vielleicht eine schöne Option für den nächsten Urlaub.

Maggie Riepl

