

## Schmink dir das mal ab...

Die 5. Jahreszeit ist auf ihrem Höhepunkt. Man kostümiert und schminkt sich gerne phantasievoll. Damit Ihre Haut auch nach den tollen Tagen noch toll aussieht, haben wir hier einiges Wissenswerte und Tipps für Sie zusammengestellt.

Karnevalsschminke hat im Vergleich zu normalem Make-up einen wesentlich höheren Pigmentanteil, so dass sie besser deckt und die Farben auch schön intensiv leuchten. Meist werden sie auf fetthaltiger Basis in Stiftform oder in kleinen Tiegeln angeboten. Daneben gibt es noch wasserbasierte professionelle Theaterschminke.

Beide haben ihre Vor- und Nachteile. Karnevalsschminke ist meist deutlich günstiger zu haben. Da sie ja nur kurzzeitig verwendet wird, wird hier nicht so großen Wert auf Verträglichkeit gelegt. Bei trockener Haut ist der hohe Fettanteil meist auch gar nicht problematisch. Jedoch können sich durchaus Unreinheiten und Mitesser bilden. Wer also von vorn herein schon zu unreiner Haut neigt, ist mit einem hydrophilen Produkt besser bedient. Fetthaltige Schminke ist relativ stabil gegenüber Wasser oder Schweiß, sie verwischt aber leicht. Unter der „Fettschicht“ kann sich Feuchtigkeit und Wärme stauen, so dass die Haut dann anfängt zu jucken. Nun ist der Abend ja vielleicht noch lang und man will sich nicht unbedingt abschminken...ein kurzer Gang an die frische, kühle Luft schafft dann oft Linderung.

Theaterschminke oder wassermalbare Kinderschminke ist für unreine Haut eher zu empfehlen. Sie ist meist wischfest, jedoch nicht wasserresistent und verläuft im Regen oder bei starkem Schwitzen durchaus.

Generell ist es am besten, die Haut vor dem Auftragen der Schminke mit der gewohnten Tagescreme leicht einzucremen. Das schützt und erleichtert vor allem auch das Auftragen einer fettbasierten Schminke.

Wenn nun der lange Tag (oder die Nacht) vorbei ist, sollte man egal wie müde man ist, die Haut auf jeden Fall gründlich abschminken und reinigen. Fetthaltige Schminke entfernt man am besten mit einer Reinigungsmilch. Soll-



Foto: Blende 8

### ■ Apotheker Dr. Lutz Engelmann

te diese nicht zur Hand sein kann man auch eine fetthaltige Creme verwenden und die Schminke mit einem Papiertuch abnehmen und mit Wasser und etwas Seife nachreinigen. Mittlerweile gibt es auch kleine Packungen mit Abschminktüchern für die Handtasche zu kaufen. Auch Babyöl oder Öltücher kann man verwenden, wenn nichts anderes zur Hand ist.

Wasserlösliche Schminke lässt sich mit einem Mizellenreinigungswasser oder im einfachsten Fall nur mit Wasser entfernen. Auch Feuchttücher eignen sich notfalls zur Reinigung. Ganz wichtig ist, dass man die Haut nach dem Abschminken gut mit der gewohnten Pflegecreme eincremt.

Und was tun, wenn die Haut das Schminken doch übergenommen hat? Meist handelt es sich um eine unspezifische Irritation: die Haut ist gerötet und juckt an den Stellen, die geschminkt waren. Hier hilft zunächst Kühlen und Beruhigen. Z.B. kann man ein Thermalwasserspray aufsprühen. Sollten sich gar juckende Quaddeln gebildet haben, kann man ein Antihistaminikum oder sogar eine leichte cortisonhaltige Creme auftragen (Vorsicht: nicht bei Kindern und auch nicht in der Nähe der Augen!). Diese verringert die Durchblutung, wirkt dadurch der Rötung entgegen und wirkt abschwellend.

Ihr Apotheker

**Dr. Lutz Engelmann**