

Kunden-Information Friseur Team HEHENBERGER 4. Quartal 13



Foto: Sigi Stöbich

www.hehenberger.at

BEAUTY

Beauty Tricks für wenig Geld.

KOSMETIK

Hyaluronsäure- Das neue Feuchtigkeitswunder.

LIVING

Heiße Gerüchte - Die häufigsten Irrtümer rund um Sauna und Dampfbad.

TREND

Hochsteckkollektion Ball-saison Herbst/Winter 2013/2014.

NEWS

Von Haarsträubend zu Fabelhaft - das neue Keratintreatment für Haar wie Seide bis zu 5 Monate lang.

Beauty-Tricks für wenig Geld.

BEAUTY

HAAR-LIFTING Die Frisur hängt?

Kompaktpuder (farblos) mit einem Pinsel über den Haaransatz stäuben, anschließend gut ausbürsten. Die Wirkung erfolgt wie bei einem Löschblatt, die Haare wirken wie frisch gewaschen. Oder Goldwell Ultra

Volume Touch-up Spray verwenden. Frischt das Haar zwischen den Haarwäschen durch den selben Effekt auf.

HAARTEST

Geben Sie ein Haar in ein Glas Wasser, schwimmt es an der Oberfläche, so ist es gesund. Sinkt es, so absorbiert es das Wasser. Das zeigt, dass das Haar zu trocken ist. Bitte richtige Haarpflege verwenden. Doch ohne Silikone!

FEINE SACHE

Bei dünnem Haar mit Goldwell Ultra Volume Boost Shampoo waschen, dieses plustert das Haar etwas auf, die Abstände zwischen den einzelnen Haaren werden größer und dadurch bekommt die Frisur mehr Fülle. Wunder bewirkt auch der neue Goldwell Style-Sign Naturally Full Spray, dieser kann als Festiger zum Föhnen sowie als Spray auf die fertige Frisur angewandt werden.

KEIN SCHERZ Sex für volles Haar!

Beim Liebesspiel wird Östrogen ausgeschüttet. Dieses Hormon fördert das Haarwachstum.

JOGA FÜR DIE HAARE

Es wurde eine Übungsfolge entwickelt, um die Haare zu kräftigen. Die „Fünf Prana-Wellen“ (Hormon Yoga, Schirner). Dies sind Asanas, bei denen man am Rücken liegend Atem und Energie auf Gesicht und Haare lenkt und durch Bewegung den Hormonfluss stimuliert. Die Haare werden voller, der Teint reiner.

SESAMKUR für geschmeidiges Haar

Sesamöl reifen (auf 100 Grad erhitzen und dann wieder abkühlen) noch warm ins Haar einmassieren, eine halbe Stunde einwirken lassen. Anschließend mit mildem Shampoo waschen.

SOS FARBE

Sehen Haare nach dem Färben zu schrill orange oder rot aus, dann **sofort** mit Schuppen shampoo waschen, anschließend ins handtuchtrockene Haar Olivenöl verteilen und über Nacht einwirken lassen. So wird dem Haar überschüssiges Pigment entzogen.

BORSTIG

Neue Bürsten sind oft zu hart für Kopfhaut und Haar. Kurz mit dem warmen Föhn über die Bürste blasen - und schon ist sie geschmeidig und weich.



STOPP DEN SCHUPPEN

Mit einer guten Bürste abends die Kopfhaut gut massieren. Vom Nacken gegen den Ansatz. So werden überschüssige Schuppen gelöst. Anschließend mit Goldwell Dualsenses Schuppenshampoo waschen, so wird der Juckreiz gemildert und neuer Schuppenbildung vorgebeugt. Kaffee fördert übrigens die Schuppenbildung und die Talgproduktion.

KOSMETIK

Hyaluronsäure - Das neue Feuchtigkeitswunder

Der Powerstoff ist weit mehr als nur ein Feuchtigkeitspender für trockene Haut. Studien belegen: Hyaluronsäure wirkt regenerierend, weil sie die Neubildung von Kollagen und Bindegewebsfasern anregt. Mit neuesten Hightech-Verfahren aufbereitet, kann der Jungmacher jetzt noch tiefer in die Haut eindringen und perfekte

Arbeit leisten.

Ein Polster schützt und stützt – auch bei der Haut. Und hierfür ist Hyaluronsäure zuständig, die winzige Wasserkissen zwischen den Bindegewebsfasern bildet und die Haut dadurch schön glatt aussehen lässt. Leider hält dieser perfekte Zustand nicht ewig. Denn glatte, faltenfreie Haut braucht Wasser. Bis zu 30 Prozent allein in der schützenden äußeren Hornschicht. Die Zellen darunter können sogar 70 Prozent speichern. Das Problem ist, diese große Portion an Ort und Stelle zu binden. Denn fehlt Feuchtigkeit, wirkt die Haut fahl und Fältchen werden sichtbar. Die Lösung ist Hyaluronsäure. Ihr Geheimnis: Sie saugt Feuchtigkeit auf wie ein Schwamm – der Moisturizer dringt bis in tiefste Schichten vor und füllt dort die Feuchtigkeitsdepots der Haut nachhaltig auf.

Was ist Hyaluronsäure eigentlich?

Hyaluronsäure ist ein Naturstoff, der im ganzen Körper vorkommt, zu über 50 Prozent in der Haut, genauer gesagt in den Zellzwischenräumen der Dermis. Der gelartige Feuchtigkeitsmagnet wird von den Bindegewebszellen produziert, wo er sich zu einem wahren Multitalent entwickelt: Hyaluronsäure polstert die Haut auf, stützt kollagene und elastine Fasern und kann sogar freie Radikale abfangen. Doch der Effekt ist nicht von Dauer. Etwa ab dem 25. Lebensjahr leeren sich die Depots. Die körpereigene Produktion kommt nicht mehr nach, die Spannkraft der Haut verringert sich. Ab 40, wenn die Haut generell weniger Feuchtigkeit speichert, können sich dann tiefere Falten abzeichnen. Höchste Zeit, um von außen nachzuhelfen.

Worin ist Hyaluronsäure enthalten?

Der Spitzenmoisturizer steckt in vielen Anti-Age-Cremes, Augen-Gelen bis hin zu Hand- und Bodylotions. Im Trend ist aber die Liftingpflege mit Seren. Die Fluids enthalten eine geballte Ladung des kostbaren Feuchtigkeitspenders, doppelt und dreimal soviel wie im Tiegel und können durch ihre spezielle Verpackung auf Konservierungsstoffe und Emulgatoren verzichten. Schon wenige Tropfen lassen den Teint selbst nach durchfeierten Nächten im Nu wieder frisch aussehen.



Die häufigsten Irrtümer rund um Sauna und Dampfbad

Gut ein Drittel der Österreicher zieht es in der kalten Jahreszeit regelmäßig in Sauna und Dampfbad. Doch so tief die Sehnsucht nach wohliger Wärme sitzt, so hartnäckig hält sich so manches heiße Gerücht rund um die wärmenden Kammern.



In der Sauna ist es den Krankheits-erregern zu heiß, deswegen bin ich dort vor Infektionen geschützt

„Das stimmt leider nicht“, stellt Univ. Prof. Dr. Gabriele Ginter-Hanselmayer von der Medizinischen Universität Graz richtig. Weder Viren noch Bakterien oder andere Keime sind durch die Hitze umzubringen. Am weitaus häufigsten kommt es so in Schwimmbädern wie auch in der Sauna und im Dampfbad zu Pilzinfektionen der Füße. Das liegt am einfachen Übertragungsweg: Pilzsporen (an den Hautschuppen) geraten durch das Barfußgehen von Infizierten auf den Boden, bleiben an den Füßen des nächsten Barfußgehenden hängen, dringen in die Haut ein - und schon gibt es den nächsten Fußpilzpatienten. Forschungen haben ergeben, dass das Gehen auf Holzböden und Holzstegen besonders gefährlich ist, da sich dort Pilzsporen besonders lange halten. Doch bei höheren Temperaturen fühlen sich auch Viren und Bakterien wohl, die z.B. Erkältung und Grippe übertragen: Man ist also in der Hitze nicht vor einer Ansteckung geschützt.

In der Sauna kann ich meinen Schnupfen loswerden

In der Sauna oder im Dampfbad hat man mit einem Schnupfen oder einer leichten Erkältung nichts zu suchen. Denn wer seinen Schnupfen mit zum Schwitzen nimmt, gefährdet nicht nur andere, sondern auch sich selbst. Allein beim Niesen werden mit dem Nasensekret Viren ausgestoßen, die sich neue Opfer suchen. Außerdem ist der Körper durch die Ansteckung bereits so belastet, dass der Wechsel von Hitze zu anschließender Abkühlung viel zu anstrengend ist. Dadurch verschlimmert sich die Erkrankung meist.

In der Sauna sollte man möglichst viel trinken, um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen

Viel trinken sollte man nach der Sauna, am besten, am besten einen bis eineinhalb Liter Wasser, eventuell gemischt mit Fruchtsaft oder Tee. Während der Sauna zu trinken, ist kontraproduktiv, denn durch die Flüssigkeitszufuhr muss der Verdauungstrakt arbeiten, und das belastet den Körper nur zusätzlich. Sauna und Dampfbad erfüllen dann am besten ihren Sinn der Erholung und Entspannung, wenn man in Ruhe in den Kabinen schwitzt, sich anschließend abkühlt, wieder ruht und sonst gar nichts macht.

Mit Desinfektionsmittel kann mir nichts passieren

Leider ist man nicht hundertprozentig geschützt, wenn man in der Dusche Desinfektionsmittel auf die Füße sprüht. Auf dem Weg zur Umkleidekabine kann man sich nämlich

wieder anstecken. Die Experten empfehlen, zuhause die Füße noch einmal mit Seife zu waschen und eventuell mit einer desinfizierenden Salbe einzucremen. Die einzig möglichen Schutzmaßnahmen in der Sauna und im Dampfbad bestehen darin, Badeschläpfen zu tragen und beim Sitzen oder Liegen in der Sauna ein Badetuch unterzulegen. Das schützt vor Pilzsporen oder anderen Keimen, die auf den Holzbänken lauern. Im Dampfbad spült man zum Schutz die Sitzfläche ab, ehe man Platz nimmt.

Außer Anstrengung bringt ein Aufguss in der Sauna nichts

Beim Aufguss steigt die Luftfeuchtigkeit in der Sauna, und das erhöht die Temperatur noch einmal um einige Grade. Das treibt den Schweiß so richtig aus den Poren, was viele als angenehm empfinden. Auch Aufgussöle, die angenehme Gerüche verströmen, erhöhen das Wohlbefinden. Außerdem ist ein Aufguss auch eine schöne Abrundung des Saunabesuches. Wer Aufgüsse aber nur als anstrengend oder unangenehm empfindet, belastet damit seinen Kreislauf zu sehr und sollte sie besser meiden.

Je heißer die Sauna, desto gesünder ist sie



Der Sinn eines Besuches in der Sauna oder im Dampfbad ist es, sich einem Kälte-Wärmereiz auszusetzen. Das sorgt nicht nur unmittelbar für Wohlbefinden und Entspannung, sondern härtet in gewisser Weise ab. Die Abwehrkräfte werden stärker und sind besser imstande, uns vor Angriffen von Viren, Bakterien & Co zu schützen. Außerdem ist der Wechsel zwischen heiß und kalt ein gutes Training für die Gefäße, das vor Herz- und Kreislauferkrankungen schützt.

Wie heiß oder wie kalt der Reiz ist, dem man sich aussetzt, muss jeder für sich entscheiden. Dazu probiert man einfach aus, ob man sich im feuchtwarmen Dampfbad, bei ähnlich moderaten Temperaturen in der Biosauna oder in der heißen finnischen Sauna am wohlsten fühlt. Dasselbe gilt für die Möglichkeit der Abkühlung: Der eine stellt sich sofort unter die eiskalte Dusche, der andere geht es lieber langsam an und kühlt sich schrittweise ab.

Nur wenn man mindestens drei Saunagänge macht, hat man etwas davon

Ob man einen, zwei oder drei Sauna- oder Dampfbadgänge macht, beeinflusst die Wirkung der Wärmeanwendung mit anschließendem Kältereiz nicht. Jeder muss für sich herausfinden, was für ihn am wohlthuendsten ist. Längere Aufenthalte sind allerdings deshalb empfehlenswert, weil man so länger in den Genuss der Entspannung und der Gesellschaft mit Gleichgesinnten kommt. Und Geselligkeit tut jedenfalls auch der Seele gut.

Im Dampfbad steckt man sich leichter an als in der Sauna

Egal ob Sauna oder Dampfbad, da wie dort gibt es Pilzsporen und auch andere Keime, und die Ansteckungsgefahr ist überall gleich hoch. Im Dampfbad werden die Haut und die Schleimhaut der Atemwege besser durchfeuchtet, in der Sauna durch das stärkere Schwitzen eher besser durchblutet - ein Unterschied, der das Ansteckungsrisiko nicht beeinflusst.

Hocksteck-Kollektion Herbst/Winter 2013/2014 „by Team Hehenberger“

TREND





Foto: Sigi Stöbich



Foto: Sigi Stöbich



Foto: Erhard Schweitzer



Foto: Erhard Schweitzer

Von Haarsträubend zu Fabelhaft - das neue Keratintreatment für Haar wie Seide bis zu 5 Monate lang.

Jetzt bietet KERASILK den ersten individualisierbaren KERATIN TREATMENT Service mit 100% perfekten Ergebnissen:

- bändigt widerspenstiges, krauses Haar
- mildert Wellen und glättet die Haarstruktur
- reduziert deutlich die tägliche Stylingzeit

VON HAARSTRÄUBENDEM ZU FABELHAFTEM HAAR: ENTDECKEN SIE DIE ULTIMATIVE VERWANDLUNG

„Mein Haar kräuselt sich so sehr – es schwebt wie eine Wolke über meinen Kopf.“

VON KRAUS ZU GEBÄNDIGT

„Ich kann mein Haar nicht kontrollieren, es ist bauschig und widerspenstig.“

VON UNKONTROLLIERBAR ZU KONTROLLIERBAR

„Mein Haar sieht so aufgeplustert aus, besonders an den Spitzen.“

VON WIDERSPENSTIG ZU GESCHMEIDIG

Weitere Infos zur Keratinbehandlung bei uns im Salon. Wir beraten Sie gerne.

Öffnungszeiten: DI-FR 08.00-18.00h, SA 08.00-13.00h