

FRÜHLINGS-COUNTDOWN: NEUE BODY-SLIMMING-TRICKS

# GRAZIA

1 €



**KATIES WILDES  
WOCHENENDE  
MIT VOLLGAS  
AUF MÄNNERJAGD**



**HEIDI  
SO KÄMPFE  
SIE JETZT  
IHREN RUM**

## Anne Hathaway IHR DRAMA NACH DER OSCAR-NACH

**+ KEINER GÖNNT IHR DEN PREIS  
+ HETZKAMPAGNEN IM NETZ  
+ ALLE LÄSTERN ÜBER IHREN STYLE**

**HINGUCKER-BAGS**

**BUDGET-KNALLER**

**NEW ETHNO-LOOKS**

**DENIM-DARLINGS**

**COOLE EXTREM-PRINTS**

### GROSSE TRENDS FÜR KLEINES GELD



**OSCAR  
SPECIAL  
DIE ST  
DER GO  
DIE TRAUMRO**

GRAZIA-MAGAZIN.DE | 1 € | NR. 10 | 28. FEBRUAR 2013  
Österreich 1 €, Schweiz 2 CHF,  
Italien 2,90 €, Benelux 2,70 €,  
Spanien 2,90 €, Frankreich 2,90 €,  
Portugal 2,80 €, Kanarische Inseln 3,10 €,  
Ungarn 960 Ft, Slowakei 3,95 €,  
Griechenland 3,30 €



**BEST OF BODY-BUDDIES FÜR DEN FRÜHLING**

Korallenmoos und Koffein mildern Cellulite: „Celluli Eraser“ von Biotherm, 200 ml ca. 35 € (ab Mitte März)

Wirkt mit Vitamin C gezielt gegen Melaninansammlungen: Anti-Pigmentfleck-Stift „Get Even Spot Repair“ von StriVectin-SD, 4 ml ca. 45 €, bei Douglas

Festigt mit Koffein und Grüner-Tee-Extrakt: STRAFFENDE „Body Tonic sofort straffende Body Milk“ von Garnier, 400 ml ca. 5 €

Boostet die Kollagenproduktion mit Meerfenchel für feste Haut: „Dior Svelte Body Desire Soin Perfection Intégrale“ von Dior, 200 ml ca. 72 €

Die Gelcreme „Body Lift Cellulite Control“ bekämpft Dellen mit Koffein und Wasserminze. Von Clarins, 200 ml ca. 45 €

Das „Body Tightening Concentrate“ für alle Problemzonen strafft mit Reisprotein. Von SkinCeuticals, 150 ml ca. 70 €

Sorgt für einen ebenmäßigeren Hautton: „Chroma-White TRx Extreme C“ mit Vitamin C, kann in die Gesichtscrème gemixt werden. Von Dermalogica, 8 g ca. 103 €

**PÖLSTERCHEN? KEIN PROBLEM!**

Um im Frühjahr ohne Problemzonen dazustehen, müssen Sie eine zweite Eiszeit in Kauf nehmen. Winkärmchen, Love-Handles oder Reiterhosen werden jetzt einfach schockgefrostet.

**DAS HILFT:** Kryolipolyse (Behandlung einzelner Zonen mit Kälte) gilt momentan noch als Geheimtipp, wird von Experten aber als supereffektiv bewertet. Besonders kleineren Körperregionen mit hartnäckigen Pölsterchen kann damit Umfang abgerungen werden. Richtig sichtbar wird das Ergebnis nach etwa zwei Monaten, dann kann man, falls nötig, auch nachbehandeln.  
**NEBENWIRKUNGEN:** Blaue Flecken, vorübergehend taube Stellen; es ist nicht ganz schmerzfrei.  
**KOSTEN:** Die Kryolipolyse kostet pro Sitzung ab 700 Euro.

**NIMMT FLECKEN DEN SCHRECKEN**

Der dunkle Punkt war doch gestern noch nicht da!!! Pigmentflecken kommen meist ganz plötzlich und dann jeden Sommer wieder zurück. Schuld daran sind meist Veranlagung, zu viel Sonne, aber auch Hormone.

**DAS HILFT:** Mit sogenannten Brightening Cremes kann man Flecken nicht nur vorbeugen, sondern auch schon vorhandene aufhellen. Erste Resultate zeigen sich nach zwei bis drei Monaten. Wer sie ganz verschwinden lassen möchte, sollte zum Hautarzt gehen. Altersflecken lassen sich, je nachdem, wie tief sie sitzen, mit IPL oder Laser entfernen. Anschließend unbedingt etwa vier Wochen lang die Sonne ganz meiden und täglich hohen UV-Schutz verwenden (auch wenn's draußen noch grau ist!). Vor allem junge Frauen neigen zu

sogenannten Melasmen, also großflächigeren Hautverfärbungen. „Diese auf keinen Fall lasern, das kann kontraproduktiv sein. Stattdessen behandle ich die Haut meist mit medizinischen Peelingmasken“, erklärt die Münchner Dermatologin Dr. Sabine Zenker. „Sie bauen das Pigment ab und blockieren gleichzeitig die Neubildung.“

**NEBENWIRKUNGEN:** Beim Lasern bilden sich Krüstchen. Nach den Peelingsmasken ist die Haut je nach Stärke ein paar Tage rot und pellt sich.  
**KOSTEN:** Die Laserbehandlung kostet pro Fleck um die 50 Euro, das Peeling-Komplettpaket ab ca. 380 Euro.

**DAS KILLT BESENREISER**

Autsch! Meist dort, wo man sich öfter blaue Flecken geholt hat, plagen uns später rote und blaue Äderchen.

**DAS HILFT:** Die gängigste Methode, sie wieder loszuwerden, ist immer noch das Veröden – dabei werden die Äderchen weggespritzt. Je nach Laser lassen sich die Besenreiser aber auch damit gut behandeln, oft wird beides kombiniert. Bis alle verschwunden sind braucht es meist drei Sitzungen alle 4 Wochen, plus vier Wochen, bis alles verheilt ist.

**NEBENWIRKUNGEN:** Rötungen. Beim Veröden kann es wegen der gespritzten Flüssigkeit zu Unverträglichkeiten kommen.  
**KOSTEN:** Etwa 80 bis 150 Euro pro Sitzung.

Dämmt Melaninüberproduktionen ein, und das im Schlaf: Creme „Even Brighter Nacht“ von Eucerin, 50 ml ca. 26 €