Mann, pfleg' dich

Foto: Herbi Lingenhel

Sonja Baumgartner, Ulla Günthart und Jana M. Frei (v.r.n.l.) kümmern sich um die Männer.

Die Zeiten, in denen Männer den Frauen die Pflege überliessen, sind vorbei. Heute werden auch in Männerrunden Tips über die neusten Errungenschaften der Kosmetik ausgetauscht. Und sollte noch etwas unklar sein – Bolero hat die Fachfrauen vom einzigen Männerkosmetik-Institut* der Schweiz gebeten, ihr Wissen weiterzugeben. Dazu das Neuste und Beste für gepflegte Männerhaut.

Bolero

Text: **Marianne Eschbach** F

Sonja Baumgartner, Ulla Günthart und Jana M. Frei (v.r.n.l.) überzeugt. Stress und Nervosität hauen die Kerle um. Eine unheimliche Anhäufung von Herzinfarkten bei Männern ab 30 in ihrem Arbeitskollegen- und Bekanntenkreis haben die drei Ex-Swissair-Marketing-Damen vor drei Jahren zum Umsatteln bewogen: Seither führen sie in Zürich erfolgreich das einzige «Health, Relax und Beauty»-Institut für Männer in der Schweiz: «Chiron». Was das «Chiron»-Trio zum Thema **«Männer, Wohlbefinden und Pflege»** zu sagen hat,

* Die Angaben stammen von Sonja Baumgartner und Ulla Günthart, die das einzige «Health-, Relax- und Beauty»-Institut nur für Männer in der Schweiz führen: Chiron, Selnaustr. 6, 8002 Zürich, Tel. 01/281 15 15 und 17 17.

Was wollen und was müssen Männer über Pflege wissen? Auch bei Männern schaut man heute aufs gepflegte Äussere. Gerade im Beruf wird Nachlässigkeit bestraft, aber auch im privaten Bereich zahlt man Ungepflegtheit mit Prestigeverlust. Dabei ist es einfach, gepflegt zu sein, und es nimmt wenig Zeit in Anspruch. Nur: Männer muss man genau über ihre Haut und die Art der Behandlung und Pflege informieren. Erst nach genauen Erklärungen machen sie mit.

Unterscheidet sich die Haut von Mann und Frau? Ja. Männerhaut ist dicker und zäher, produziert mehr Talg, ist aber gleichzeitig häufig trocken und feuchtigkeitsarm. Sie hat grössere Poren, neigt häufiger zu Unreinheiten und ist schmerz- und wärmeempfindlicher. Männerhaut verhornt schneller.

Was macht Männerhaut Probleme? Umweltbelastungen und Stress unterscheiden nicht zwischen Männer- und Frauenhaut. Aufgrund ihrer Hautbeschaffenheit leiden Männer oft an tiefsitzenden Talgverstopfungen, die sich entzünden können, und natürlich an eingewachsenen Barthaaren. Die tägliche Rasur macht der Haut sehr zu schaffen.

Was tut Mann dagegen? Bei verstopften Poren und eingewachsenen Barthaaren hilft nur eine Tiefenreinigung im Kosmetikinstitut. Oft braucht es nur zwei, drei Behandlungen, und der Mann hat wieder eine tolle Haut. Männer machen häufig den Fehler, gar keine Pflege mehr zu benutzen, wenn sie Probleme bekommen. Irritierte Haut produziert aber noch mehr Talg und Fett. Die untere Hautschicht trocknet noch mehr aus, da Fett Wasser abstösst.

Tips für die Rasur: Bei Trockenrasur den Apparat so einstellen, dass das Haar nicht zu tief abgeschnitten wird, um eingewachsenen Barthaaren vorzubeugen. Bei Nassrasur wird die Hornschicht der Haut jeden Tag abgeschabt – also kein zusätzliches Peeling in der Bartregion. In beiden Fällen ab und zu einen Tag auf die Rasur verzichten und keine alkoholhaltigen After Shaves benutzen, welche die bereits gereizte Haut noch mehr austrocknen.

Welche Pflege braucht Männerhaut? Männerhaut braucht vor allem Feuchtigkeitspflege. Männer haben die Angewohnheit, unter der Dusche mit Shampoo oder Seife gleich noch das Gesicht zu waschen. Das trocknet die Haut auf Dauer aus. Besser ist es, eine Reinigungsmilch oder -öl und Tonic zu verwenden.

Gleiche Creme für sie und ihn? Ja, der Griff in den Cremetopf der Partnerin ist mittlerweile salonfähig.

Brauchen Männer Make-up? Wir machen Schattierungen ohne Farbe, das heisst Abdecken von Unreinheiten und Augenringen sowie leichte Grundierungen. Zwei Produkte, die aus dem Make-up nicht mehr wegzudenken sind, wurden auch für Männer kreiert: Selbstbräuner und die Bronzing- oder Terracotta-Puder.

Soll Mann die Körperhaare entfernen? Wenn, dann mit Enthaarungscreme. Die Wachsmethode ist sehr schmerzhaft. Das elektrische Veröden geht theoretisch, aber: Pro Haar braucht es zehn bis zwölf Sitzungen à 1 Minute. 60 Haare kosten dann ungefähr 1000 Franken.