

# COSMOPOLITAN

DAS INTERNATIONALE MAGAZIN  
www.cosmopolitan.de

JUNI 2009

Deutschland € 2,80  
Schweiz SFR. 5,50  
Österreich € 3

**SEX: GANZ  
LOCKER ZUM  
HÖHEPUNKT**

COSMO TESTETE  
DIE SCHÄRFSTEN  
NEUEN SEX-TOYS

**JOB  
SO PUSHEN  
SIE IHRE  
PERFORMANCE**

6 STRATEGIEN, UM  
SICH UNENTBEHRlich  
ZU MACHEN

**MODE  
VORSICHT  
SEXY!**

HEISSE DESSOUS +  
KORSAGENKLEIDER +  
AFRIKA-LOOKS +

COSMOPOLITAN

DAS GROSSE

**SOMMER  
HOROSKOP**

IHRE STERNSTUNDEN FÜR  
LIEBE, EROTIK & ABENTEUER



BLITZSCHNELLE PSYCHO-TESTS  
**IN 5 MINUTEN  
ZU MIR SELBST**

FINDEN SIE HERAUS, WIE  
KREATIV, MITFÜHLEND UND  
OPTIMISTISCH SIE SIND & WIE  
SIE DIESES WISSEN NUTZEN

## HIGHTECH-PFLEGE FÜR DEN TEINT

**D**er ewige Menschheitstraum, sich in jedem Alter jung zu fühlen und auch so auszusehen, ist keineswegs unrealistisch. Dass wir an Jahren zulegen, lässt sich zwar nicht aufhalten, doch wie wir älter werden, können wir durchaus beeinflussen, wie eine Studie der Harvard Universität bestätigt. Die Beauty-Wissenschaft hilft uns dabei: Sie präsentiert brandneue, hochwirksame Technologien für Haut und Haar, die vor Umweltattacken schützen und sogar bereits entstandene Schäden reparieren können. Und auch aus der Lifestyle-Medizin kommen innovative Methoden, die unsere biologische Uhr langsamer ticken lassen. Wir haben die aktuellsten Erkenntnisse der „Jungbrunnen-Forschung“ zusammengetragen, mit deren Hilfe Anti-Aging zum ebenso effektiven wie lustvollen Lebensstil wird.

Klug, wach, eigenwillig: die französische Schauspielerin Isabelle Huppert, 56, fasziniert mit einer alterslosen Ausstrahlung



Mit 20 ist die Haut straff, feinporig, rosig und glatt. Die Erneuerung der Zellen läuft auf Hochtouren, ihre Versorgung mit Nährstoffen funktioniert perfekt. Kollagene und elastische Fasern sind gespannt wie ein Gummiband. Ab Mitte 30 sinkt der Östrogenspiegel bereits ein wenig ab. „Die Talgdrüsen schalten auf Sparflamme, produzieren etwa 20 bis 30 Prozent weniger geschmeidig haltende Lipide“, sagt der Münchner Dermatologe Dr. Stefan Duve. Gut für all die Frauen, die bisher mit Unreinheiten zu kämpfen hatten. Schlecht, wenn die Haut ohnehin trocken ist, denn dadurch wird auch die

Barrierschicht anfälliger für Stressfaktoren von außen. Neue Pflegewirkstoffe schaffen es, dem reiferen Gewebe Signale zu geben, sich wieder wie früher zu verhalten. Ganz aktuell sind Cremes, die die Hautstammzellen entweder schützen oder zur Produktion neuer Hautzellen anregen. Hautstammzellen sind quasi ein Forever-young-Reservoir: Sie können die Haut ein Leben lang jung halten und immer wieder reparieren. Dafür wenden sie einen Trick an: Wenn sich eine Stammzelle teilt, produziert sie nicht nur eine neue Hautzelle, sondern kopiert sich auch selber. Durch diesen Klon bleibt das Erneuerungspotenzial der Haut lange erhalten. Allerdings wird die Kommunikation in der Haut im Laufe der Zeit schlechter. Bestimmte Signalpeptide in Cremes können den Infor-



### Sechs Basics

- 1 Für Frische und Spannkraft: „Younger Longer Balm“ von CLARINS (ca. 90 Euro)
- 2 Optimiert den Kollagengehalt: „Youth Surge SPF 15“ von CLINIQUE (ca. 35 Euro)
- 3 Regeneriert die Haut: „Master-Cream“ von JUVENA (ca. 189 Euro)
- 4 Regt die Hyaluronsäureproduktion an: „Time Zone Line and Wrinkle Reducing Creme SPF 15“ von ESTÉE LAUDER (ca. 53 Euro)
- 5 „Ultra Correction Line Repair Crème de Jour“ von CHANEL (ca. 95 Euro) gegen Überzuckerung
- 6 „Crème Mésolift“ von LIERAC (ca. 39 Euro) stimuliert den Stoffwechsel