

# **Jüngere Haut und weniger Falten**

## **INHALTSVERZEICHNIS**

- Wie und warum die Haut altert
- Erkennen Sie Ihren Hauttyp
- Die Behandlung fettiger Haut
- Die Behandlung trockener Haut
- Das Doppelproblem: Mischhaut
- Wie Sie Ihre Haut schützen können
  - Die Sonne und Ihre Haut
  - Hautcremes und Falten
  - Gute Ernährung und Ihr Teint
- Wie freie Radikale den Hautzellen schaden
  - Hautpflege und Vitamin C
- Ist Dermabrasion für Ihre Haut geeignet?
  - Chemische Hautpeelings
  - Hautpflege von innen
- Lifting und andere Hautoperationen