

Nr. 2 • Freitag, 3. Januar 2020 •

1,40 €

A € 1,55; CH 2,40 CHF; B € 1,70; DK 17,95 DKK; F € 1,90; E € 1,90; LC € 2,40; GR € 2,45; I € 1,90; KRO 15 KN; L € 1,70; NL € 1,80; PL 9,90 PLN; P (cont.) € 2,30; SK € 2,00; SLO € 2,20; H 730 FT

# Bild der Frau

Die Nr. 1 bei Frauen

## DER GROSSE PSYCHO-TEST Happy 2020

- ▶ Was Sie glücklicher macht
- ▶ Was Sie **SOFORT** dafür tun können

S. 52

**Kaffee stärkt  
jetzt die Leber**  
10 überraschende  
Detox-Tipps s. 56

**250 000 Euro Schaden**  
„Betrüger benutzten  
meine Telefon-Nummer“  
**POLIZEI WARNT!**  
3 neue miese Maschen s. 6



Was Frisches  
nach dem Fest

**Joghurt-Kuchen  
in Winterlaune**

s. 50



**Kommunikations-Coach:**  
**So hört ER endlich zu**  
Im Job und zu Hause s. 30

**Kuschel-Deko:**  
**Gemütlicher wohnen**  
5 aktuelle Ideen s. 66

Genauer Plan & schnelle Rezepte

# Bauch weg in 5 Tagen

**NEU** mit Enzym-Geheimnis: **Spaltet Fett, baut Muskeln auf** s. 42

**Doc Fleck:**  
**Geniale Fit-Essen  
unter 3 Euro** s. 37  
+ Tricks, die auch noch Zeit sparen

Aus Buschfeuer gerettet

**„Du schaffst es, kleiner Koala!“**

Wie Helfer Tag und Nacht um die Tiere kämpfen s. 26

„Mein Pulli pillt schon“

**Wie erkenne ich gutes Kaschmir?**

Der Mode-Talk – ab sofort jede Woche s. 14



**Adressdaten**

Dr. med. Darius Alamouti  
Aesthetic & Skin  
in der Haranni Clinic  
Schulstrasse 30  
44623 Herne

**Kommunikationsdaten**

T. +49 2323. 9644-814  
F. +49 2323. 9468-122  
praxis@dariusalamouti.de  
www.dariusalamouti.de

**Pressekontakt**

pr@darius-alamouti.de

❖ BEAUTY

BEAUTY-  
TRENDS 2020

# Schafft DNA-

Mithilfe künstlicher Intelligenz und Gentests soll die Haut so passgenau wie möglich gepflegt und behandelt werden. Und zwar jedes einzelne Gesicht ganz individuell. Das ist zumindest der Plan



16 BILD der FRAU 2/2020

Adressdaten  
Dr. med. Darius Alamouti  
Aesthetic & Skin  
in der Haranni Clinic  
Schulstrasse 30  
44623 Herne

Kommunikationsdaten  
T. +49 2323 . 9644-814  
F. +49 2323 . 9468-122  
praxis@dariusalamouti.de  
www.dariusalamouti.de

Pressekontakt  
pr@darius-alamouti.de



## Kosmetik Falten ab?

Jede Haut ist so unverwechselbar wie der Fingerabdruck und hat deshalb auch ihre ganz speziellen Bedürfnisse. Da macht es Sinn, nicht mehr eine Creme für alle herzustellen, die Falten bekämpft oder

Trockenheit lindern soll. Sondern viel genauer hinzuschauen, was die jeweilige Haut braucht und verträgt. Daher ist individuelle Kosmetik die Zukunft. Unternehmen, Wissenschaftler, Dermatologen und Schönheits-

chirurgen tüfteln an immer neuen Methoden, Produkten und Behandlungen, um diesen Plan umzusetzen. Von dem Begriff „Personalisierte Pflege“ werden wir in diesem Jahr noch viel hören.



### Pflege per Gen-Test



Isabell Hendrichs

„Der Bedarf nach individueller, auf das persönliche Hautbild abgestimmter Pflege wächst“, sagt auch Isabell Hendrichs, Chefeinkäuferin bei Douglas. „Personalisierte Hautpflege gehört neben nachhaltigen Verpackungen und natürlicher

Kosmetik zu den wichtigsten Trends 2020.“ Es gibt bei Douglas sogar schon ein Programm, das Kosmetik auf die eigenen Gene abstimmt: „DNA4You“. **So geht's:** Man schickt eine Speichelprobe in ein Salzburger Labor, das 20 Genvariationen der Haut analysiert. Danach werden Seren und Nahrungsergänzungsmittel maßgeschneidert und man bekommt eine 100 Seiten starke Hautanalyse plus Ernährungs-Empfehlungen.

Douglas  
DNA4You  
Starterset mit  
Tages- und Nacht-  
serum, Nahrungs-  
ergänzungsmitteln  
für 45 Tage,  
um 950 €  
inkl. Gentest



**FAZIT** Eignet sich eher für jüngere Frauen, die mehr über ihre Veranlagung wissen wollen, um Hautalterung vorzubeugen. Sind Falten erst einmal da, kann nur ihr Fortschreiten gebremst werden.

### Künstliche Intelligenz



Marius Khan

Es gibt schon viele Angebote, um die Haut per Software zu analysieren, zum Beispiel den „Skin Advisor“ von Olay oder den Schminkspiegel „HiMirror“. Es soll noch besser werden. Der Informatiker Marius Khan, einer der Gründer des jungen Unternehmens „avisé labs“, baut gerade eine Datenbank auf, um perfekte **Haut-Diagnosen und Haut-Therapien** per künstlicher Intelligenz zu ermitteln. Und Antworten auf Fragen zu finden, z. B.: Wie wirkt sich Botox auf meine Haut aus? Wie lange dauert mein Heilungsprozess? Was fördert bei mir Elastizität? Welche Therapie wirkt schneller?

Alle Antworten, **Forschungsergebnisse**, medizinische- und Patientendaten werden in die Datenbank einfließen, mit der Hautexperten dann arbeiten können. Khans Vision: „Patientendaten werden in Zukunft zum Beispiel beim Dermatologen in das System eingegeben und das spuckt dann zielgerichtet für genau diese Haut die besten Behandlungsmöglichkeiten und Ergebnisse aus.“

**FAZIT** Musste man sich bisher auf den Erfahrungsschatz der Kosmetikerinnen und das Wissen der Ärzte verlassen, sind in Zukunft dank künstlicher Intelligenz viel genauere Diagnosen möglich. Und sicherere Behandlungs- und ganz gezielte Pflegekonzepte.

### Kosmetik im Baukasten-System

Individueller wird Pflege auch mit der Baukasten-Methode: Dabei werden Wirkstoffkonzentrate (auch Booster genannt) in die Basispflege gemischt. Man gibt also ein paar Tropfen einer Substanz zu der Tagescreme hinzu, je nachdem ob man mehr Feuchtigkeit, mehr Straffung usw. wünscht. Solche Spezialisten zum Selbst-dazu-Mixen gibt es etwa von Clinique, The Ordinary, Dr. Pierre Ricaud, Kiehl's und vielen anderen Herstellern in allen Preiskategorien.

**FAZIT** „Mix & match“ setzt ein wenig Wissen über die eigene Haut und Wirkstoffe oder eine gute Beratung voraus. Dann macht es Sinn, da man so gezielt vorgehen kann. Die Haut wünscht sich ja gerne mal was anderes, je nach Jahreszeit, Stress, Hormon-Spiegel.



Clinique iD bietet 20 Kombinationsmöglichkeiten aus 4 Basiscremes und 5 Boostern. Basis+Booster um 48 €.

### Schönheits-Behandlungen: Sanfter aber gezielter



Dr. Darius Alamouti

„85 % der Behandlungen sind heute Injektionen wie Botox und Filler sowie Therapien mit Laser, Radiofrequenz, Stoßwellen und Ultraschall. Die Entwicklung geht weiter zur sanfteren, ästhetischen Medizin und weg von massiven chirurgischen Eingriffen“, erklärt Schönheitschirurg Dr. Darius Alamouti.

Trends sind Liposuktion bei Bauchdeckenstraffung, Hals und Gesicht (z. B. Bauch und Hüfte um 3000 €) sowie Thermage bei Hals, Bauch und Winkeln und der CO<sub>2</sub>-Laser für Faltenbehandlungen im

**FAZIT** Die Vorteile minimalinvasiver Behandlungen: geringere Risiken und Nebenwirkungen, weniger bis keine Ausfallzeiten, natürlich wirkende Ergebnisse.

Gesicht (ab ca. 2000 €). Dr. Alamouti: „Zukunftsweisend sind Forschungen, mit denen wir durch künstlicher Intelligenz Therapien und Methoden sortieren und genau an Hautzustände anpassen.“

Fotos: i23/f (2), privat, Hersteller

#### Adressdaten

Dr. med. Darius Alamouti  
Aesthetic & Skin  
in der Haranni Clinic  
Schulstrasse 30  
44623 Herne

#### Kommunikationsdaten

T. +49 2323 . 9644-814  
F. +49 2323 . 9468-122  
praxis@dariusalamouti.de  
www.dariusalamouti.de

#### Pressekontakt

pr@darius-alamouti.de