

It's Good to Be You™

# Women's Health

17 GENIALE FETTKILLER

# BAUCH WEG!

Garantiert ohne Diät, klappt mit ganz wenig Zeit

**SEX:** Jetzt macht er endlich, was Sie wollen

**Juhu!**  
So ist Pasta immer erlaubt

- Schlank und satt mit den neuen Super-Muskeln
- Kochtricks, die selbst Lachsgerichte schmecken
- Diese Super-Salben gehen nie auf die Hüften

**DAS PERFEKTE TOOL FÜR TOLLE HAARE**

Durchhalten!

# 19

Motivations-Booster für Ihre Fitness-Ziele

**DAS MACHT IHRE LIPPEN SOOO SEXY**

„Äh ...???“

So merkt keiner, dass Sie null Ahnung haben

**Liebes-Check**

Wie hoch Ihr Fremdgerisiko ist

**Was den Husten wirklich stoppt**

**Power-Training**  
Diese Muskeln haben's echt nötig

03/2013 Deutschland €3,00  
Österreich €3,40 Schweiz sfr 5,40 Italien €4,00  
BeNeLux €3,50 Spanien €4,00





BÜRSTENTYP	PERFEKT FÜR DIESE HAARE	DAS BESONDERE	STYLING-TRICK VOM PROFI
 <p><b>Große Flachbürste</b> etwa Paddle Brush von Aveda, um 30 Euro</p>	<p>Da sie für alle Haartypen geeignet ist, gehört diese Bürste in jedes Badezimmer. Sie <b>beruhigt beim Stylen oder Föhnen</b> die Kopfhaut, denn die Kunststoffborsten wirken wie eine Massage.</p>	<p>Durch die große Borstenfläche trocknet der Schoopf schneller. Dafür die nassen Haare vom Ansatz zu den Spitzen bürsten und dabei in Wuchsrichtung föhnen.</p>	<p>„Die Bürste ist perfekt, wenn man lange Haare richtig schön glatt föhnen will“, sagt der Hamburger Profi-Friseur Jörg Oppermann. Außerdem zaubert sie besonders tollen Glanz. Und sie kämmt nasses Haar so gut wie keine andere.</p>
 <p><b>Thermorundbürste</b> etwa Frizz Therapy von Remington, um 9 Euro</p>	<p>Geschädigtes und sprödes Haar braucht spezielle Pflege, und zwar nicht nur mit besonderem Shampoo oder Conditioner. Dieser vielseitige Kleine Helfer verspricht Schutz vor Haarbruch und verhilft gleichzeitig zu weichen Locken.</p>	<p>Die Nylonborsten sind <b>mit Mikrowirkstoffen angereichert</b>, die bei jedem Bürstenstrich ans Haar abgegeben werden, was die Knötchenbildung reduziert. Der Keramikbürstenkopf lässt Haare außerdem schneller trocknen.</p>	<p>Durch die Föhnluft erwärmt sich das innere Keramikteil, und die aufgewickelte Strähne bekommt von beiden Seiten Hitze. „Die Wärme durchdringt das Haar, und Locken lassen sich somit leichter formen“, verrät Oppermann.</p>
 <p><b>Lockenbürste</b> etwa No. 9028 von Hercules Sägemann, um 12 Euro</p>	<p>Hängt ihr Haar häufig schief herab, können Sie ihm hiermit auf die Sprünge helfen. Die Bürste gibt es in verschiedenen Größen zum Stylen von kleinen oder großen Locken.</p>	<p>Tolle Kombi: Polyamidstifte kämmen die Haare, die etwas kürzeren Wildschweinborsten <b>setzen die Strähnen unter Spannung</b>. Das sorgt für sichtbar mehr Sprungkraft.</p>	<p>Ziehen Sie beim Föhnen die Haare partiell über die Borsten. „Für die Volumenbenutzer ist die Bürste wie ein Lockenwickler und lasse die aufgedrehten Haare am Kopf auskühlen“, so der Experte.</p>
 <p><b>Durchkämbbürste</b> etwa Small Pure Bristle von Mason Pearson, um 120 Euro</p>	<p>Für Sensible: Jede Frau mit empfindlicher Kopfhaut sollte bei ihren Bürsten auf ein Gummipad achten. Dieses gibt schön nach, reizt die Kopfhaut nicht, sondern trägt sogar sanft zur Regeneration bei.</p>	<p>Saubere Sache: Das Bürsten reinigt das Haar effektiv von Stylingmittel-Rückständen. Außerdem wird die Kopfhaut besser durchblutet, was optimale Wachstumsbedingungen für die Haare schafft.</p>	<p><b>Die perfekte Bürste für unterwegs</b>. Immer wenn besonders lange Haare zwischen durch strähnig wirken, sorgt die Bürste wieder für einen glänzenden, schönen Look“, sagt Oppermann.</p>
 <p><b>Toupierbürste</b> etwa Teasing Brush von Paul Mitchell, um 12 Euro</p>	<p>Sie lieben es, öfter mal was Neues auszuprobieren? Dann ist diese Styling-Helfer genau das Richtige für Sie. Er sorgt immer wieder für neues Volumen – und zwar bei jeder Haarlänge.</p>	<p>Wer glaubt, nur Käämme können toupiieren, irrt. Der spitze Bürstenstiel ermöglicht präzises Abreilen der Strähnen, gebürstet wird an der unteren Seite entgegen der Wuchsrichtung.</p>	<p>„Die Toupierbürste ist vielseitig und <b>grandios bei Hochsteckfrisuren</b>. Die antoupierten Haare halten super. Mit dem Stiel können sie in Form gebracht oder auch wieder ausgekämmt werden.“</p>
 <p><b>Ansatzvolumenbürste</b> etwa D3 von Denman, um 11 Euro</p>	<p>Kurzes, feines Haar lässt sich mit dieser Bürste am besten kämmen und stylen. Aber auch bei XL-Haarlänge kümmern sich die angerundeten Borsten um einen perfekten Auftritt.</p>	<p>Der Klassiker unter den Pflege- und Styling-Bürsten bringt <b>mehr Volumen am Ansatz</b>. Durch das Auseinanderdriften der Borsten lassen sich die Haare an der Wurzel besonders gut aufnehmen.</p>	<p>„Ich setze die Bürste überwiegend bei kurzen Haaren ein“, verrät Experte Oppermann. „Damit lässt sich ganz einfach ein voluminöses und weich fallendes Styling kreieren.“</p>
 <p><b>Pflegebürste</b> etwa LC4 von Kent, um 60 Euro</p>	<p>Zurück zur Natur! Diese Bürste passt zu jedem Haartyp und ist sehr gut für die Pflege geeignet. Die Wildschweinborsten sind nicht nur ökologisch korrekt, sondern auch sanft zum Haar.</p>	<p>100 Bürstenstriche pro Tag sorgen dafür, dass das feine Hautfett durch die Naturborsten von der Wurzel bis in die Spitzen verteilt wird. Der zarte Talgfilm sorgt für Glanz und <b>schützt vor Spliss</b>.</p>	<p>„Talg ist wie ein Styling-Mittel“, sagt der Experte. Es hebt glänzende Flächen ganz natürlich hervor. „Bei Hochsteckfrisuren kämme ich die glatten Flächen immer mit Wildschweinborsten.“</p>

## NEUE ENERGIE FÜRS HAAR



**PRAKTISCH:**  
FÖHNBÜRSTEN  
STYLING UND  
TROCKNEN  
GLEICHZEITIG

**1 UNTER ZEITDRUCK**  
Läuft Ihnen morgens auch immer die Zeit davon? Dann können Sie mit dieser E-Bürste auf

die Tube drücken: Dank gleichmäßiger Wärmeverteilung wird das Haar mit dem jeweiligen Bürstenaufsatz getrocknet und in Form gebracht.

Pro Care Airstyler HP8656 von Philips, mit 5 Aufsätzen, um 95 Euro

**2 UNTER BESCHUSS**  
Damit Ihnen die Haare nicht zu Berge stehen, gibt diese Lockenbürste Satin-Ionen ab, die das Haar umschließen und

antistatisch wirken. Bei langen Haaren zaubert sie außerdem auch schöne Wellen. Sans Hair 7 Airstyler von Braun, um 65 Euro

**Schnelle Hilfe bei Problemhaaren:**  
→ [WomensHealth.de/haardoktor](http://WomensHealth.de/haardoktor)