

IN BEAUTY

# Reine Frauensache

Bei Gesichts- und Körperpflege sind wir Experten. Aber wie sieht's eigentlich mit Down Under aus? **IN** hat die besten Tipps für einen gesunden Intimbereich

## REINIGUNG

Es ist nicht schädlich, nur mit Wasser zu waschen. Aber: Ab und an wollen wir doch ein *richtig* frisches Gefühl. Aber stopp! Standard-Body-Duschgels sind die falsche Wahl. Dr. Hedieh Asadi weiß: „Frauen verwechseln oft Vagina und Vulva. Die Vagina ist der innere Kanal zur Gebärmutter. Die äußeren und inneren Schamlippen bilden die Vulva. Die Vagina reinigt sich selbst, die Vulva nicht. Und diese ist ein empfindliches Ökosystem mit einem pH-Wert von 5, das auch entsprechende Produkte braucht.“

## DIE PROFIS

Das schwedische Schwestern-Duo Hasti Asadi (l.) und Dr. Hedieh Asadi (r.) hat sich auf Intimpflege spezialisiert. Mit seinem Label Deo Doc will es Mythen aufklären - sein Motto: „Wir haben das Wissen und möchten es mit Frauen auf der ganzen Welt teilen.“



**NIVEA**  
„Intimo Aqua Sensitive“-Reinigungsmousse, ca. 4 Euro



**VAGISAN**  
„Duschschaum“ für die tägliche Reinigung, ca. 8 Euro

### 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

## CREMES

Es gibt nichts Schöneres, als sich nach der Dusche mit einer reichhaltigen Körperlotion zu verwöhnen. Dabei sparen wir aber gern mal Partien wie Füße, Rücken oder auch unsere anspruchsvolle Partie zwischen den Beinen aus. Doch gerade die freut sich über Cremes mit Feuchtigkeits-Boostern. Tipp: auch hier immer auf den neutralen pH-Wert achten!

Witzig: Der Maskentrend macht auch hier nicht halt. So gibt's vom Label Two L(i)ps aus Singapur sogar Detox-Patches mit Aktivkohle für reine Haut untenrum. Nicht notwendig, aber einen Versuch wert ...



## RASUR

Eingewachsene Haare, Pickelchen und Rötungen – damit ist jetzt Schluss! Laut den Expertinnen benötigen wir nur die richtige Pflege, bestehend aus einem Öl für vorher, einem guten Rasierschaum und einer Feuchtigkeitslotion für danach. „Ein natürliches Öl macht die Haut und die Haare vor der Rasur weich, bildet eine Schutzbarriere gegen die Rasierklinge“, so Dr. Hedieh Asadi. Ein Rasierschaum mit Öl lässt die Klinge zudem ebenfalls effektiver gleiten. „Nach dem Rasieren ist Feuchtigkeit das Wichtigste“, so Dr. Asadi. Achtung: niemals Produkte mit Alkohol verwenden, der trocknet wiederum aus.



*Die Deo Doe Profis  
empfehlen zur gepflegten Rasur  
Herrenrasierer  
die haben mehrere und  
schärfere Klingen!*



### 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

**IN** BEAUTY

## MONATSHYGIENE

Unseren Körper hüllen wir mittlerweile gern in hochwertige, ökologisch vertretbare Baumwolle – warum sollten wir also nicht auch bei den Regelprodukten umdenken. So gibt es von vielen Labels mittlerweile Bio-Baumwoll-Tampons, die zudem – im Gegensatz zu einigen anderen Vertretern – ohne Mikroplastikbeschichtung auskommen. Dennoch gilt: Tampons bitte niemals täglich und den ganzen Tag über tragen. Das zerstört unser empfindliches Ökosystem. Eine umweltfreundliche, neue Alternative sind neben Menstruationstassen übrigens auch waschbare Binden, etwa aus antibakterieller Baumwolle bis hin zu Maisstärke



**SELENACARE**  
„Waschbare Binde“, bei dm, ca. 9 Euro



**MYLILY** „100 % Organic Tampons“ mit Bio-Baumwolle, 15 Stk., im Abo über mylily.eu, ca. 4 Euro



**FLO** „Bamboo Pads“ aus Bio-Bambus und Maisfasern, 15 Stk., über niche-beauty.com, ca. 4 Euro

*Ja, Spitzenlingerie ist sexy. Für den Alltag greifen wir aber lieber zu Baumwollvariante so kann die Haut gleich viel besser atmen!*



**BIOTURM**  
„Intim  
Deo-Spray  
mit Jojobaöl,  
ca. 14 Euro



**THE PERFECT V**  
100 % natürlich:  
„VV Beauty Mist“  
über douglas.de,  
ca. 36 Euro

## DEO

Ob beim Sport oder an heißen Tagen – natürlich schwitzt man auch mal zwischen den Beinen. Aber bitte NIEMALS mit herkömmlichem Deo besprühen. Das ist viel zu aggressiv, gerade nach der Rasur! Stattdessen auf Auslobungen wie „100 % natürlich“ oder „pH-neutral“ achten. Auf die Fläche sprühen, die (normalerweise) mit Haaren bedeckt ist

*Im Intimbereich liegen die gleichen **Schweißdrüsen** wie unter den Achseln – da darf es also auch gern mal eine Portion Deodorant sein*

## FRESH-UP

Die Expertinnen raten: „Exzessives Waschen vermeiden! Wer seinen Intimbereich mehrmals täglich reinigt, zerstört das natürliche Ökosystem. Die Folgen sind Reizungen, unangenehme Gerüche und ein bleibendes Ungleichgewicht.“ Für unterwegs gibt's spezielle pH-neutrale Pflügetücher – die sind auch hautfreundlicher und milder als etwa feuchtes Toilettenpapier.



**DEO DOC**  
„Deowipes  
Intimate“ im Duft  
„Violet Cotton“,  
über sephora.de,  
ca. 15 Euro

## BEAUTY-BEHANDLUNGEN BEIM DOC

**ThermiVa** ist eine Vaginalverjüngung mittels eines Radiofrequenzgerätes. Dabei werden die unter der Schleimhaut liegenden Gewebeschichten erwärmt und so die Kollagenproduktion angeregt, das Gewebe in 30 Minuten gestrafft. **Für wen?** Alle, die etwa nach einer Schwangerschaft an Elastizitätsverlust, sexueller Unlust bis hin zu Inkontinenz leiden. **Kosten** ca. 800 bis 950 Euro, empfohlen werden bis zu drei Anwendungen im Abstand von jeweils einem Monat. Das Ergebnis hält ein bis zwei Jahre.

**Desirial** ist eine Hyaluronsäure-Injektion direkt in die Schamlippen. **Für wen?** Frauen, die zu Scheidentrockenheit neigen und alle, die den G-Punkt vergrößern möchten. Der Effekt tritt sofort ein, hält ca. sechs Monate an. **Kosten:** ca. 400 Euro, nach rund sechs Monaten kann eine zweite Behandlung durchgeführt werden. Das Ergebnis hält ein bis zwei Jahre. Infos zu beiden Eingriffen über: [dariusalamouti.de](http://dariusalamouti.de)



**DR. MED.  
DARIUS  
ALAMOUTI**

FOTOS: DDP/IMAGES, ILLUMI PRESS, PR

2020 IN 45

### 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](mailto:praxis@dariusalamouti.de)  
[www.dariusalamouti.de](http://www.dariusalamouti.de)

### Pressekontakt

[pr@darius-alamouti.de](mailto:pr@darius-alamouti.de)