

Strandsommer 2014:

Bauch und Narben auf der Haut sind Deutschlands größte Problemzonen

Sommer, Sonne, Wellenrauschen und einfach nur entspannen ... Moment. Entspannen? Eine gute Frage, denn vor der Erholung am Strand stehen bei vielen Menschen kritische Blicke auf den eigenen Körper und Zweifel, ob die eigene Figur in Bikini oder Badehose überhaupt vorzeigbar ist.

Eine repräsentative Umfrage* des Marktforschungsinstituts Innofact im Auftrag von Bi-Oil unter 1.100 Befragten enthüllt jetzt die sieben größten Problemzonen der Deutschen im Sommer 2014. Nummer eins ist für mehr als die Hälfte aller Männer und Frauen der Bauch. Auf Platz zwei folgen Narben, die fast jeder Dritte versucht zu verstecken. Platz drei der Problemzonen sind für 21,7 Prozent die Beine, dicht gefolgt von Platz vier, dem Po (21,2 Prozent). Platz fünf der Makel ist die Hüfte: Jeder Sechste zeigt diese Partie anderen nur ungern. Platz sechs sind für 12,8 Prozent Pigmentflecken auf der Haut. Schlusslicht mit 7,4 % sind die Arme.

Soweit die harten Fakten. Und was kann man gegen seine Problemzonen unternehmen? Bi-Oil, der Hautpflege-Spezialist bei Narben, Dehnungsstreifen und ungleichmäßiger Hauttönung, hat hilfreiche Tipps für Körper, Haut und Seele für Sie zusammengestellt!

Tipps für den Körper:

Kleine Pölsterchen hat fast jeder Mensch und auch objektiv sehr schlanke Frauen und Männer fühlen sich nicht immer wohl in ihrem Körper. Die gute Nachricht: Mit kleinen, neuen Angewohnheiten für den Alltag lässt sich das Körpergefühl schnell und nachhaltig verbessern!

Tipps 1: Suchen Sie sich eine Sportart, die Ihnen Spaß macht und die Sie regelmäßig 1 bis 2 Mal pro Woche ausüben möchten. Egal, ob es sich dabei um Schwimmen, Radfahren, Joggen oder Yoga handelt – regelmäßige Bewegung trägt dazu bei, die Muskeln zu aktivieren und den Körper zu definieren. Außerdem ist Sport gut für das Herz-Kreislauf-System und baut Stress ab – wenn dabei dann noch das eine oder andere überflüssige Kilo schmilzt, umso besser.

Tipps 2: Entspannen Sie sich! Wer in sich ruht, strahlt das auch aus und wirkt allein schon aus diesem Grund auf andere viel anziehender – ungeachtet der Körperform. Tun Sie sich regelmäßig etwas Gutes, gönnen Sie sich z. B. ein schönes Verwöhn-Bad oder eine Massage und lassen Sie die Seele baumeln. Gönnen Sie Ihrem Körper außerdem etwas Gutes, indem Sie weitgehend auf Junk-Food verzichten und viel auf frisches Gemüse und Obst setzen. Gerade jetzt im Sommer gibt es auf Wochenmärkten ein breites Angebot!

Tipps für die Haut:

Die Umfrage von Innofact im Auftrag von Bi-Oil hat ergeben, dass die zweitgrößte Problemzone der Deutschen, direkt nach dem Bauch, Narben auf der Haut sind. Gerade im Sommer, bei wenig Bekleidung, fühlen sich viele Menschen mit diesem Makel unwohl. Die gute Nachricht: Mit der richtigen Pflege können Sie das Erscheinungsbild der Haut bei Narben verbessern!

Tipps 1: Bi-Oil wurde speziell zur Anwendung bei Narben entwickelt. Wertvolle Inhaltsstoffe wie Vitamin A, Ringelblumenextrakt, die pflanzlichen Öle Lavendel und Rosmarin sowie das Öl der römischen Kamille pflegen die Haut und tragen dazu bei, das Erscheinungsbild der Haut von neuen und auch alten Narben zu verbessern. Tragen Sie Bi-Oil regelmäßig morgens und abends sanft auf die betroffenen Stellen mit leicht kreisenden Massagebewegungen auf. Das Produkt eignet sich sowohl für das Gesicht als auch für den Körper.

Tipps 2: Platz sechs der Problemzonen der Deutschen sind Pigmentflecken auf der Haut. Auch bei diesem Makel gibt es Hilfe: Bi-Oil trägt bei regelmäßiger Anwendung dazu bei, das Erscheinungsbild von Pigmentflecken und Hautmakeln, die durch hormonelle Schwankungen, Hautaufheller oder übermäßige Sonneneinwirkung entstanden sind, zu verbessern. Wer zu Pigmentflecken neigt, sollte zur Prävention auch auf einen hohen Lichtschutzfaktor beim Sonnenbaden setzen.

Tipps für das Selbstbewusstsein:

Vergessen Sie die perfekten Models aus den Magazinen und dem Fernsehen als Vorbilder für Ihren Strand-Look. Auch diese Damen und Herren sind in der Realität alles andere als perfekt – mit Photoshop ist heutzutage Vieles möglich. Anstatt an sich zu zweifeln, werten Sie doch lieber einfach mal Ihr Selbstwertgefühl auf, indem Sie schöne Strandbilder von sich selbst an Freunde verschicken oder im Social Web hochladen. Die Komplimente werden nicht auf sich warten lassen, garantiert! Wer braucht da noch perfekte Topmodels?

Bi-Oil wünscht Ihnen einen wunderbaren Strandsommer 2014!