

«Kontrast oder Ausgleich» lautet das Credo, sagt die Visagistin Beatrix Isabel Lied aus Hamburg.

Und die richtige Dosis ist wichtig - denn nur mit Zurückhaltung lassen sich wilde Mischungen vermeiden, die schnell plakativ oder ungesund aussehen können. So ist ein Oberteil in stechendem Zitronengelb hellen Typen nicht unbedingt zu empfehlen. «Wichtig sind neben dem Styling auch die eigene Haarfarbe und der Teint», sagt die Visagistin Lied. Die Fachfrau hat mehrere Kosmetikschulen in Deutschland, darunter die Akademie für Visagistik in der Hansestadt. Prinzip eins lautet: «Man greift den Ton auf - man wählt also den Lippenstift ebenso wie das knallige Kleidungsstück in Pink oder einem Rotschimmer.» Prinzip zwei lautet: «Man wählt die Schminke unbunt, also den Nude-Look.» Dann wirkt die Farbe von Kleidung oder Accessoires plakativer, denn sie wird durch die zurückhaltende Kosmetik potenziert.

«Das eine gleicht also aus, das andere stützt und steigert.» Leichter zu stylen sind die Kontraste: «Knallgelb passt zum Beispiel besser zu dunklen Haaren und Wimpern als zu hellen. Und den Lidschatten würde ich dann passend zu den Haaren wählen.» Besonders Gelb macht laut Lied schnell blass - ein leicht gebräunter Teint sei also von Vorteil für das Tragen dieser Farbe.

«Kontrast oder Ausgleich» gelte auch bei Pink: «Bei Gelb sollte man den Faden mit der Schminke besser nicht aufnehmen - bei Pink geht das. Bei Maigrün oder Laubfroschgrün rate ich aber auch ab.» Zum Griff in den Farbtropf bieten sich Lidschatten, Lidstrich und Lippenstift an - Mascara und Rouge weniger.

## Läusebefall an Pflanzen

Wenn es sonniger wird, zeigen sie sich wieder in vielen Gärten und Balkonkästen - winzige, Tiere mit ovalem Körper, sechs Beinen, zwei Fühlern, stechend und saugendem Mundwerk und röhrenförmigen Ausstülpungen am Hinterteil. Läuse gibt es in den unterschiedlichsten Farben - schwarz, grün, rot oder gelb. Allein in Europa gibt es über 800 verschiedene Arten. Die für viele Gärtner lästigen Tiere leben seit etwa 280 Millionen Jahren auf unserer Erde.

Wenn es warm wird, machen sich die Tiere auf den Pflanzen breit. Sie lieben vor allem junge Triebe, weiche Knospen und frische, grüne Blätter. Da können sie mit ihrem Stechrüssel gut hineinstechen und den zuckrigen Pflanzensaft aussaugen. Meist treten die Läuse in Massen auf. Pro Tag kann eine Blattlaus drei bis sechs lebende Jungläuse gebären. Diese sind innerhalb von zwei Wochen geschlechtsreif und können dann wiederum Nachwuchs produzieren.

Einige Läuse haben Giftstoffe in ihrem Speichel. Wenn sie die Pflanzen anstechen, kann es zu Verkrüppelungen auf den Blättern kommen. An Johannisbeeren im Garten kann man häufig sehen, dass die Blätter blasig aufgeworfen sind und sich rötlich färben. Oft sind auch die Blätter der von den Läusen besetzten Pflanzen durch deren Ausscheidungen verklebt. Auf diesem Honigtau siedeln sich gerne Rußtaupilze an (schwarzer, puderiger Belag), die Atmung und Stoffwechsel der Pflanzen behindern.

Wer sich über Läuse ärgert oder sich vor ihnen ekelt, kann sie natürlich von Blättern und Stängeln entfernen. Ganz einfach geht das, wenn man mit einem Wasserstrahl aus

dem Gartenschlauch die Pflanzen absprüht. Oder man streift die Blattläuse einfach mit den Fingern ab. Man kann aber auch warten, bis Nützlinge in den Garten kommen - Insekten, die die Blattläuse wegfressen. Dann braucht man gar nichts machen und hat die Möglichkeit, andere für sich arbeiten zu lassen. Besonders gefräßig sind die Larven des Marienkäfers. Das sind schwarze, längliche Tiere mit gelben Punkten, die wie Flurfliegen und Schwebfliegen große Mengen von Blattläusen wegfressen können. Ist die Läuseinvasion zu groß, kann man auch nützlingsschonende Pflanzenschutzmittel einsetzen, die nur auf Blattläuse wirken. Hilfreich sind auch Kaliseifen, die man entweder kaufen oder selbst herstellen kann. Auf zehn Liter Wasser kommen 300 Gramm Schmierseife, 500 Milliliter Spiritus, ein Esslöffel Kalk und ein Esslöffel Salz. Gut mischen und auf die Läuse spritzen. nh

## Was macht den Tabakrauch so gesundheitsschädlich?

**Tabakrauch enthält eine kaum überschaubare Fülle chemischer Verbindungen und hat verschiedenartige Auswirkungen auf den Organismus.**

Schon in den 50er Jahren wurden umfangreiche Untersuchungen zur Aufklärung der chemischen Zusammensetzung des Tabakrauchs durchgeführt. Bis heute sind mehr als 3800 Einzelkomponenten identifiziert worden. 40-50 in Tabakrauch enthaltene Verbindungen gelten als krebserregend. Weiterhin sind auch Stoffe mit reizenden oder allergenen Eigenschaften im Tabakrauch vorhanden. Da diese Stoffe nicht nur im Hauptstromrauch, sondern auch im Nebenstromrauch und in der Ausatemluft enthalten sind, gelangen sie in die Innenraumluft. Der die Passivraucher schädigende Nebenstromrauch enthält dabei wesentlich höhere Mengen an krebserregenden Stoffen als der Hauptstromrauch. Untersuchungen ergaben einen 10-fach höheren Anteil dieser Verbindungen.

Angesichts der weiten Verbreitung und der großen Einsatzmenge des Tabaks als Genussmittel gilt Tabakrauch deshalb als die bedeutendste und wohl auch gesundheitlich nachteiligste Schadstoffquelle in Innenräumen. nie