

Viele Menschen achten sehr auf ihre Ernährung. Aber was in den Kosmetika steckt, die sie sich auf die Haut auftragen, hinterfragen sie leider zu selten.

Naturkosmetik bekämpft nicht die Symptome, sondern die Ursachen. Sie hilft der Haut sich selbst zu helfen. Ihr Ziel ist es, die Eigenfunktionen der Haut zu vitalisieren und möglichst gut und lange zu erhalten. Herkömmliche Kosmetik arbeitet in der Regel mit dem Wirkprinzip der Substitution. Das bedeutet: Die Wirkstoffe darin versuchen die hauteigenen Stoffe und Funktionen zu ersetzen. Eine Folge daraus ist möglicherweise, dass die Eigenaktivität der Haut sich eher verlangsamt. Zudem ist es ein Vorteil, dass die Haut „erkennt“ die verwandten Fettsäurestrukturen natürlicher Pflanzenöle und -stoffe besser und kann sie dadurch leichter aufnehmen. Synthetisch hergestellte, mineralische Öle oder Parfäne hingegen sind der menschlichen Haut fremd. Man sollte bedenken, wie viel Lippenstift eine Frau im Leben von den Lippen abbleckt und dass alles, was wir uns täglich auf die Haut cremen, vom Körper aufgenommen wird.

Inwieweit kann Naturkosmetik besonders regenerierend wirken und Körper, Geist und Seele guttun?

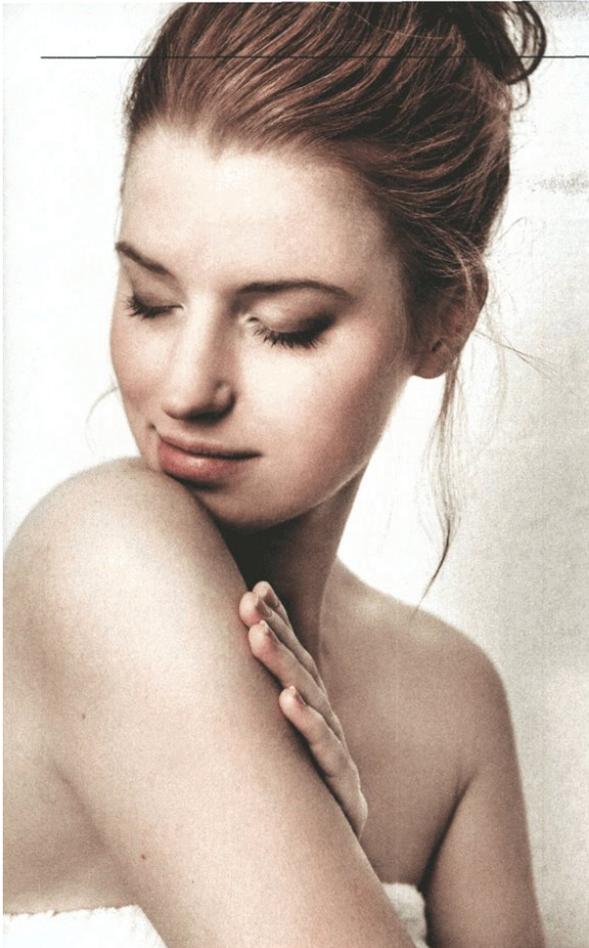
Goethe hat in seinem Aufsatz über die Natur unter anderem geschrieben: „Die Menschen sind all in ihr und sie ist in allen. Sie macht alles, was sie gibt, zur Wohltat. Sie hat keine Sprache noch Rede; aber sie schafft Zungen und Herzen, durch die sie fühlt und spricht.“ Schöner kann ich es nicht sagen.

Eine ätherische Öle und Pflanzenessenzen kann man mit „Lebensmitteln“ vergleichen, sie wirken harmonisierend auf Körper, Geist und Seele. Durch die Pflanzenessenzen wird über den Aufbau von Vitalkräften das Wohlbefinden stabilisiert. Mit ihren feinen Einwirkungen auf den Energiefluss des Körpers, werden Defizite ausgeglichen Entspannung die Basis von Gesundheit und Wohl-



Stärkt die Barrierefunktion
Probiotische Wirkstoffe mit
Anismyrte und Tasmanischem
Bergpfeffer: Ringana Fresh
tonic calm

Zum eigenen Gebrauch nach §42a UrhG.
Anfragen zu weiteren Nutzungsrechten an den Verlag oder Ihren Medienbeobachter.



befinden. Naturkosmetik beachtet und schützt zudem die Hautflora. Mikroorganismen (Bakterien und Keime), die auf der Haut leben erfüllen eine wichtige Schutzfunktion auf der Haut. Synthetische Stoffe können diese Mikroorganismen abtöten und damit das Gleichgewicht der Hautflora stören.

Wie definiert man Naturkosmetik? Welche Kriterien gibt es dafür?

Auf internationaler bzw. europäischer Ebene gibt es keine einheitlichen gesetzlichen Standards für Naturkosmetik. Der Begriff ist daher nicht eindeutig definiert und rechtlich nicht geschützt. In Österreich gibt das Österreichische Lebensmittelbuch Auskunft darüber, welche Anforderungen Naturkosmetik erfüllen muss. Die hohen Standards berücksichtigen gesundheitliche, ökologische sowie Tierschutz-Aspekte bei der Wahl der Inhaltsstoffe und bei den Herstellungsverfahren.

Etwa die umweltfreundliche Produktion, die Vermeidung von Verunreinigungen der Rohstoffe, die Beschränkung der Verarbeitung auf physikalische, mikrobiologische und enzymatische Methoden sowie der weitgehende Verzicht auf synthetische stellen für viele Verbraucher eine Alternative zu herkömmlichen Produkten dar.

Jungbrunnen
Tagescreme mit Cell Repair
Bio-Complex und Birken-
saft: Time Miracle Age
Defence von Mádara
Salz aus dem Toten Meer
verleiht zarte Haut:
Derma ID Peeling



Kann ich mich darauf verlassen, dass auch wirklich Natur drinnen ist, wo Natur draufsteht? Wie erkennt man, ob die Pflegeprodukten den Anforderungen an Naturkosmetik entsprechen?

Da der Begriff „Naturkosmetik“ rechtlich nicht geschützt ist, ist es unter Umständen gar nicht so leicht, echte Naturkosmetik zu erkennen. Man unterscheidet zertifizierte reine Naturkosmetik mit Prüfsiegel, naturnahe Kosmetik (so viel Bio wie möglich, so viel Chemie wie nötig) und klassische Kosmetik mit Bio-Anteil. Eine gute Orientierung bieten Öko-Siegel, wie BDIH, Ecocert, NaTrue, COSMOS-Standard, Cosmebio, ICADA, ICEA, neufarm-Qualität, Demeter und Natural Cosmetics Standard. Die Zertifizierung ist allerdings eine nicht ganz günstige Angelegenheit. Kleine und neue Brands können sich diese daher oft nicht leisten, obwohl sie sämtliche Kriterien erfüllen. Es ist daher sinnvoll, sich im Zweifelsfall in einem Fachgeschäft zu erkundigen. Wir kennen alle unsere Lieferanten persönlich und informieren gerne über Produktionsweisen und Standards.

Trägt ein Naturkosmetikprodukt kein Naturkosmetik-Siegel, hilft der Blick auf die Zutatenliste. Sie führt auf, welche Inhaltsstoffe in einem Produkt enthalten sind. Dabei entspricht die Reihenfolge der Inhaltsstoffe ihrem Anteil. Was also ganz vorn steht, von dem ist am meisten drin.

Kann man sich mit Naturkosmetik von Kopf bis Fuß pflegen bzw. kann man sich damit auch parfümieren und schminken oder sind die Produkte auf einzelne Segmente beschränkt?

Die Forschung und Entwicklung im Bereich Naturkosmetik hat in den letzten Jahren große Fortschritte gemacht. Natürliche Pflege ist inzwischen ebenso auf Wirkung und sichtbare Effekte ausgerichtet wie die konventionellen Produkte und steht ihnen in Anwendungskomfort und Verpackungsdesign in nichts nach. Für jedes Hautbild und die verschiedenen Pflegebedürfnisse gibt es passende Produkte, die so gut wie alle Preisklassen umfassen.

Welche Trends sehen Sie im Bereich Naturkosmetik?

Produkte ohne Wasser, ökologische Parfums und natürliche Zahnpflege-Produkte sind ein ganz großes Thema, ebenso wie vegane Kosmetik. Makeup mit immer vielfältigeren mineralischen Pigmenten, pflanzliche Nagellacke