

Wasser ist Leben!

*Wasser ist das beste Mittel gegen Falten,
ob wir es nun in reiner Form oder über
Kosmetika aufnehmen.* Carol Cassone

Die Feuchtigkeitsversorgung (Hydratation) der Haut und die des Organismus sind eng miteinander verbunden. Ähnlich der Erde kennt auch unser Körper einen ständigen und komplexen Wasserkreislauf, der sich selbst steuert. Das Wasser entspringt unterschiedlichen Quellen und tritt in mehreren Formen auf, es dient verschiedenen Systemen und unterliegt dem Einfluss zahlreicher Faktoren, die imstande sind, den reibungslosen Ablauf des Kreislaufs zu verändern oder auch zu stö-

ren. Die Gesundheit jedes Organs in unserem Körper hängt von einer guten Hydratation ab, und diese geschieht in erster Linie über die Haut, dem flächengrössten Organ unseres Körpers.

Da der sichtbare Teil unserer Hautoberfläche, die Epidermis, keine eigenen Blutgefässe besitzt, erfährt sie keine direkte Feuchtigkeitsversorgung, denn diese erfolgt durch das Blut. Das Wasser zur Hydratation der Epidermis wird ihr von unten, genauer gesagt über die Dermis, zugeführt.

Der ständige Wasserstrom im Innern der Dermis teilt sich in zwei Kategorien, in freies Wasser und in gebundenes Wasser. Im freien Wasser bilden Urea, Mineralsalze und Aminosäuren die so genannten NMF (natural moisturizing factors, also natürliche Feuchtigkeitsspender). Diese Spender befinden sich in den Zellen der Hornschicht an der Hautoberfläche. Sie nehmen wie kleine Schwämm-

stoff und Nährstoffe bis zur Epidermis an die Oberfläche und bildet dort den Hydrolipidfilm. Dieser besteht aus Talg, abgestorbenen Hautzellen und Urea und begrenzt als Barriere die natürliche Verdunstung (den unmerklichen Feuchtigkeitsverlust). Auf diese Weise verdunstet ein Teil des Wassers, während der Hydrationskreislauf der Haut im Körper wieder beginnt.

Wird der Körper nicht ausreichend mit Wasser versorgt, wird die Haut strapaziert oder nicht gepflegt, steigt die natürliche Verdunstung um ein Vielfaches an und führt zu einer abnormen Dehydrierung der Dermis. Zur Unterstützung der Feuchtigkeitsversorgung der Haut steht uns ein ganzes Arsenal an kosmetischen Pflegeprodukten zur Verfügung. Dank fortschreitender wissenschaftlicher Erkenntnisse folgten mehrere Generationen von Feuchtigkeitsprodukten aufeinander, die in ihrer Wirkung immer ausgefeilter wurden.



© Fotolia.com (3)

Durch vorherige Befeuchtung, z. B. mithilfe von Gesichtssprays, dringt die Pflege besser in die Haut ein.

chen einen grossen Teil der Feuchtigkeit auf, die ihnen durch das umgebende Milieu sowie Kosmetika zugeführt wird. Prall mit Wasser gefüllt stellen sie die Befeuchtung der Epidermis sicher. Das gebundene Wasser hingegen wird in der Struktur der Proteine und Lipide gespeichert. Es befeuchtet die Elastin- und Kollagenfasern und verleiht der Haut Kraft, Festigkeit und Stabilität. Menge und Qualität dieses Wassers hängen zum grossen Teil vom Wasser ab, das wir zusammen mit der Nahrung aufnehmen. Das ist der Grund, warum stilles Mineralwasser Limonaden, alkoholischen Getränken und Tee in grossen Mengen vorzuziehen ist.

Um das Phänomen besser verstehen zu können, teilen wir die Epidermis auf: in die Oberfläche (abgestorbene Epidermis), die im Idealfall 25 Prozent Wasser aufnimmt, und die tiefe Dermis (lebendige Epidermis), die nahezu 70 Prozent Wasser enthält. Der aus der Tiefe aufsteigende Strom transportiert unter anderem Sauer-

Anzeige

An advertisement for Mádara SOS Hydra products. The background is orange. A white banner in the top right corner says 'PREIS-AKTION'. The text reads: 'MÁDARA SOS HYDRA Creme & Serum 50 ml / 30 ml'. Below the text are images of the product boxes and bottles. At the bottom, it says: 'Aktion vom 1. – 31. Oktober in vielen Fachgeschäften erhältlich. www.biopartner.ch → Shopfinder'.



Algen oder Aloe Vera besitzen sogenannte hygroskopische Eigenschaften. Sie können das Wasser zurückhalten und speichern.

PRODUKTE DER 1. GENERATION

Die Cremes der ersten Generation bildeten eine undurchlässige Schicht auf der Hautoberfläche, welche die Verdunstung hemmte, dadurch den Feuchtigkeitsverlust begrenzte und den Hydrolipidfilm in seiner Funktion als Barriere unterstützte. Zu dieser Kategorie der «Dehydrierungshemmer» zählen vornehmlich pflanzliche Öle und Butter.

Zum Entdecken...



Konjac Sponges

Drei Farben – drei Funktionen. Die Konjac-Schwämme mit Bambuskohle, roter Tonerde oder grünem Tee wirken alkalisch, reinigend und sanft peelend. Am besten gleich ausprobieren. Sie sind 100% natürlich, vegan und kompostierbar.

www.benecos.eu

PRODUKTE DER 2. GENERATION

Die Präparate aus der zweiten Generation halten das von aussen zugeführte Wasser fest: Diese Feuchtigkeitsspender besitzen hygroskopische Eigenschaften (die das Wasser zurückhalten). Hier erkennen wir dieselben Stoffe, die auch im Hydrolipidfilm wirken wie etwa Aminosäuren und Urea, die über ein phänomenales Hydratationsvermögen verfügen. Hygroskopische Eigenschaften haben aber auch natürliche Stoffe wie Glycerin, einfache Zucker, Aloe vera, Algen, Hyaluronsäure, Mittagsblume usw.

PRODUKTE DER 3. GENERATION

Die Präparate der dritten Generation wirken über die Regulierung des tiefen Wasserstroms durch den Schutz oder die Verbesserung der Lipide in der Haut. Sie enthalten unter anderem Wirkstoffe auf der Basis pflanzlicher Kollagene und Elastine sowie Ceramide und essentielle Fettsäuren. Diese Stoffe regulieren den Wasserstrom in der Dermis und in der Epidermis. Im Laufe der Zeit haben die drei Pflege-Generationen eine bemerkenswerte Entwicklung erfahren und durch die Verbindung ihrer Wirkung einen perfekten Synergieeffekt für eine optimale Feuchtigkeitsversorgung erzielt.

Heute wissen wir dank wissenschaftlicher Forschung, dass die Vermählung von Wasser und Öl in einer Formel eine bessere Eindringung und Verteilung der Wirkstoffe ermöglicht. Aus diesem Grunde bemühen sich die Hersteller von Naturkosmetik, bestmögliche Emulsionen herzustellen, indem sie Fett und Wasser mischen. Sie verbinden bekannte und neuartige Wirkstoffe zu biphasischen und triphasischen Emulsionen, die sich von der Qualität und Dosierung her bewährt haben.

Um die Vorteile dieser feuchtigkeitsspendenden Wirkstoffe voll auszukosten, ist es ratsam, die Produkte für dehydrierte oder trockene Haut sorgfältig auszusuchen. Es gibt zwar nur wenige Kosmetikprodukte, die keine feuchtigkeitsspendenden Wirkstoffe enthalten, denn ganz gleich, um welches Hautproblem es sich handelt, ist die Hydratation stets vorrangig. Bei Naturkosmetika besteht der Träger, d. h. das Fundament, auf dem die Wirkstoffe basieren, sehr häufig aus einer leistungsstarken Feuchtigkeitspflege (aus Hydrolat und Pflanzenöl). Ganz anders jedoch bei marktüblichen Industrieprodukten.



*Ihre Dermatologin
Yvonne Patschke*

Macht mich glatt jünger.



Innovative Gesichtspflege mit neu entwickelter Wirkstoff-Komposition aus natürlichem Q10. Reduziert Falten, glättet die Haut und spendet intensive Feuchtigkeit.



100 % zertifizierte
Naturkosmetik



lavera. wirkt natürlich schön.



Morgens eine Emulsion, abends ein Pflanzenöl. Die Haut liebt die Abwechslung. Und die Auswahl an feuchtigkeitsspendenden Naturkosmetik-Produkten ist gross.

Hier werden vor allem mineralische Öle (Paraffinöle), oder schlimmer noch, Petrolatum (Vaseline) verwendet. Solche Träger steuern der Austrocknung der Haut in hohem Masse bei. In Sachen Hydratation heisst der Star der marktüblichen konventionellen Kosmetika «Propylenglykol». Hier haben wir es mit einem preiswerten petrochemischen De-

riyat zu tun, das eine wirkungsvolle Mogelpackung an der Oberfläche der Epidermis bildet. Propylenglykol setzt in der Epidermis ein beeindruckendes hygroskopisches Potential frei, kann es doch das Hundertfache seines Eigengewichts an Wasser speichern. Um dieses normalerweise kaum zu erreichende Resultat zu erzielen, muss Propylenglykol seinerseits sämtliche Feuchtigkeit binden, die sich in den Elastin- und in den Kollagenfasern befindet, mit der Folge, dass die Dermis bis in die Tiefe austrocknet: nach und nach wird die Haut ihrer Substanz beraubt und verliert somit ihre Struktur. Sie dehnt sich, erschlafft, verliert ihre Festigkeit und Elastizität. Die Alterung der Haut wird durch die tiefgehende Dehydrierung beschleunigt, und das, obwohl doch die Epidermis ihrerseits vollkommen hydriert ist. Dieses Dilemma können wir vermeiden, wenn wir uns schweren Herzens für gesündere, wenngleich etwas langsamer wirkende Alternativen entscheiden.

Zum Entdecken...



Natural CC Concealer

Die neue CC Concealer Palette mit 4 Farbtönen für einen optisch perfektionierten Teint. Beige überdeckt lästige Augenschatten, rosa kaschiert dunkle Flecken, lila harmonisiert das Hautbild und grün neutralisiert Rötungen.

www.benecos.eu

ABWECHSLUNG FÜR DIE HAUT

Die Gesichtshaut liebt die Abwechslung zwischen Seren (auf Wasserbasis) in Kombination mit Emulsionen für tagsüber und Seren in Kombination mit Pflanzenölen für die Nacht. Die Haut des übrigen Körpers hingegen weiss eine morgendliche Emulsion und ein abendliches Pflanzenöl dankbar zu schätzen. Ein ausreichend mit Feuchtigkeit versorgter Organismus ist Garant für eine gut hydrierte Haut, und diese letztlich der Schlüssel zu Schönheit. beautyloges.com



40 Jahre Sonett – so jung

Ö K O L O G I S C H K O N S E Q U E N T

40 Jahre
Wasch- und Reinigungsmittel in ökologischer Spitzenqualität, frei von Gentechnik, Nanotechnologie, Erdöltensiden, Enzymen und ohne synthetische Duftstoffe, Farbstoffe und Konservierungsmittel.

40 Jahre
in Verantwortung und Sorge für das Wasser als Träger alles Lebendigen, durch den Einsatz von dynamisierten Präparaten, der Verwendung von Bio-Rohstoffen und der vollen biologischen Abbaubarkeit aller Inhaltsstoffe.

40 Jahre
Engagement für ein neues, am Gemeinwohl orientiertes Unternehmensverständnis; vom Privatbesitz zur gemeinnützigen Stiftung, zu Integration und Chancengleichheit.

Sonett – so gut.
 Besuchen Sie uns auf:
www.sonett.eu
 Vertrieb Schweiz:
 Biopartner Schweiz AG,
 Seon, www.biopartner.ch

 **sonett**
 ÖKOLOGISCH KONSEQUENT

