



# SPIEGLEIN, SPIEGLEIN AN DER WAND...

Knitter-Killer: effektive Wirkstoffe in Kosmetika, die aufpolstern,  
straffen und unsere Haut mit Feuchtigkeit versorgen.

Während auf den internationalen Modewochen Plissee und Faltenlooks gefeiert werden, sucht die Kosmetikindustrie unbeirrt nach neuen Wunderwaffen gegen vorzeitige Hautalterung. Wirkstoffe wie Allantoin, Kollagen oder Zinkoxid sind nur einige der Helferlein im Kampf gegen den Zahn der Zeit. Aber was genau steckt hinter den pharmazeutischen Begriffen auf der Rückseite unserer Cremetiegel? Wir haben das Fachchinesisch mithilfe einer geduldigen Biotechnologin dechiffriert. Et voilà – hier ist unser kleines Wirkstoff-ABC!

Anti-Age-ABC

FOTO: PHOTO BY SHARON MCCUTCHEON ON UNSPLASH

like it

## ***Der entzündungs- hemmende Wirkstoff BISABOLOL kommt im ätherischen Öl der Kamille vor.***

### **ALLANTOIN**

Allantoin ist bekannt für seine heilende und entzündungshemmenden Fähigkeiten. Es wird entweder synthetisch im Labor hergestellt oder aus Pflanzen extrahiert. Hohe Konzentrationen von Allantoin finden sich in Beinwell, Weizenkeimen, Rosskastanien, Reis, Karfiol oder Fisolen. Fazit: Der Wirkstoff beruhigt und glättet die Haut, fördert die Wundheilung, spendet Feuchtigkeit, stimuliert die Zellerneuerung und verschafft einen frischen Teint.

### **BISABOLOL**

Der entzündungshemmende Wirkstoff kommt im ätherischen Öl der Kamille vor. Vorteil: Der isolierte und reine Wirkstoff Bisabolol ist weniger allergen als Kamillenextrakt. Dieser kann bei sensibilisierten Menschen zu einer Allergie führen. Bisabolol entfaltet seine wundheilungsfördernde Wirkung häufig in Augencremen, Babypflegeprodukten sowie in Kosmetika gegen unreine und fettige Haut.

### **CALCIUM/CALCIUMSULFAT**

Calcium hält unsere Knochen, Zähne, Nerven, Muskeln und das viel umkämpfte Bindegewebe (Stichwort Cellulite) fit, stabil und belastbar. Calciumsulfat, das als Lebensmittel- und Kosmetikzusatz verwendet wird, entsteht als Nebenprodukt bei der Herstellung von Weinsäure. In der Beautyindustrie ist der Wirkstoff landläufig als Gips bekannt. Thermische Kosmetik-Behandlungen mit Gipsmasken optimieren die Wirkstoffaufnahme von Seren und Cremes. Die dabei freiwerdende Wärmeenergie (bis zu 40 °C) aktiviert den Stoffwechsel der Haut und verbessert das Hautbild durch einen Lifting-Effekt.

### **CALENDULA**

Das wertvolle Öl der Ringelblume ist nachweislich keimtötend und desinfizierend. Im Gesichtswasser mildert Calendula Juckreiz, Rötungen und Spannungen. Der ganzheitliche Alleskönner punktet auch als Haartonikum bei trockener, schuppiger und spröder Kopfhaut. Im Jahre 2009 wurde Calendula zur Heilpflanze des Jahres gekürt.

Resümee: Das Öl der Ringelblume wirkt entzündungshemmend, antibakteriell, regenerierend und fördert die Bildung von Granulationsgewebe und damit die Wundheilung.

### **HYALURONSÄURE**

Ein natürlicher Bestandteil unserer Haut, vor allem im Bindegewebe. Ein Gramm der Säure kann bis zu sechs Liter Wasser aufnehmen und speichern. Ergebnis: Die Haut wirkt prall und glatt. Da die Konzentration im Körper mit zunehmendem Alter abnimmt, wird Hyaluronsäure häufig Anti-Age-Produkten beigegeben. Die Gewinnung des Wirkstoffes erfolgt in der Regel biotechnologisch. Mikroorganismen, die Hyaluronsäure in großen Mengen produzieren, werden im Labor gezüchtet. Anschließend wird die Säure aus den Mikroorganismen isoliert. Man spricht dabei von „vegetarischer“ Hyaluronsäure. PS: Auch top in Kapselform zum Schlucken!

### **KOLLAGEN**

Kollagen ist das wichtigste Strukturprotein der Haut und sorgt für Elastizität und Flexibilität. Die Wirkung des Kollagens ist ähnlich jener der Hyaluronsäure – es bindet Feuchtigkeit und bildet einen feinen Film auf der Haut, der diese prall und gestrafft aussehen lässt. Das Kollagen kommerzieller Kosmetika wird überwiegend aus Fischgewebe gewonnen.



FOTO: PIVABAY



Besonders in der After-Sun-Pflege steht Kollagen auf der Poleposition. Durch UV-Strahlung wird Kollagen in der Haut abgebaut und sollte daher unbedingt nach dem Sonnenbad wieder zugeführt werden.

## KREATIN

1832 entdeckte der französische Chemiker Eugène Chevreul Kreatin als Bestandteil von Fleischbrühe. Dabei handelt es sich um eine Substanz, die von Natur aus in unserem Körper vorkommt. Kreatin kann aus biologischem Material, insbesondere Fleisch und Fisch, oder im Labor durch chemische Synthese hergestellt werden. Letzteres gilt als vegan und ermöglicht höchste Reinheit. Die Wirkung von Kreatin ist faszinierend: Der Zellstoffwechsel wird angekurbelt, Feuchtigkeit kann länger gespeichert werden, der Faltenbildung wird vorgebeugt und erste schon bestehende Fältchen werden gemindert. Die letzteren beiden Effekte sind darauf zurückzuführen, dass Kreatin die Bildung neuer Collagenfasern anregt.

## NACHTKERZENÖL

Nachtkerzenöl ist ein klares Öl, das aus dem Samen der Gemeinen Nachtkerze gewonnen wird. Besonders pflegebedürftige Hautzustände profitieren von dem vitaminreichen Gold, denn es wirkt feuchtigkeitsregulierend, schützt gegen belastende Umwelteinflüsse und verbessert die Spannkraft und Elastizität der Haut. In Haarpflegeprodukten regeneriert es brüchiges und sprödes Haar.

Nach intensiven Sonnenbädern entfaltet das Nachtkerzenöl seine hautberuhigenden und restrukturierenden Eigenschaften. Übrigens: In der Babypflege wird das Öl mit Geschmeidigkeitsfaktor 10 gerne zur ganzheitlichen Hautpflege und als Badezusatz angewandt.

## PEPTIDE

Peptide sind kleinere Eiweiße, auch Proteine genannt. Sie bestehen aus mehreren Aminosäuren, die wiederum für Flora und Fauna unverzichtbar sind – die Essenz für unser Leben sozusagen. Die 20 für den Menschen wichtigen Aminosäuren werden in zwei Gruppen unterteilt. Elf von ihnen kann der Körper selbst produzieren, neun müssen über die Nahrung aufgenommen werden. Mit einer ausgewogenen Versorgung mit Aminosäuren lässt sich der Alterungsprozess verlangsamen. Quellen für die Gewinnung sind tierische Produkte sowie Getreide, Ölsaaten und Hülsenfrüchte. Algen, Bakterien und Hefen sind ebenfalls kompetente Aminosäuren-Spender. Für die Hautpflege heißt das konkret: Peptide und ihre Bausteine Aminosäuren unterstützen als Inhaltsstoffe von Cremes die gesamte Regeneration. Der richtige Aminosäuren-Mix wirkt demnach wie eine Aufbau-Kur.

## Q10

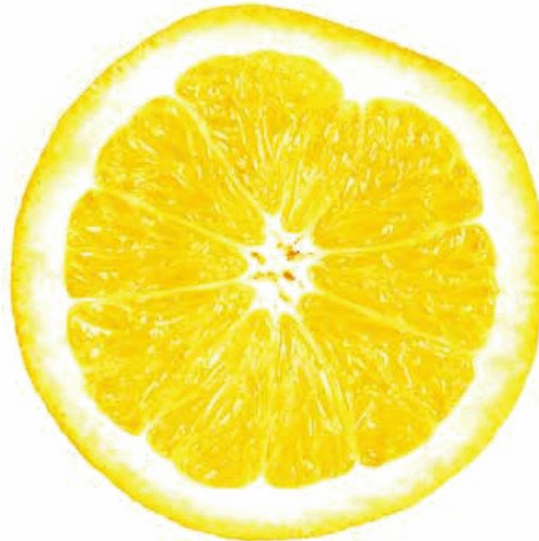
Wichtigster Produzent von Q10 ist der Körper selbst. Er bekämpft damit Zellschäden, hervorgerufen durch Umweltbelastung. Diese Fähigkeit nimmt jedoch mit zunehmendem Alter ab. Der Stoffwechsel in unseren Zellen wird langsamer und die Haut verliert an Elastizität. Stress, Umwelteinflüsse und UV-Licht beschleunigen diesen Alterungsprozess. Es empfiehlt sich also, einen Q10-Mangel durch Cremes und Seren auszugleichen. Wichtig: Der höchstmögliche Reinheitsgrad bei der Q10-Gewinnung wird mit einem Fermentationsprozess aus Hefe erzielt.

## RETINOL/Vitamin A

Vitamin A, aka Retinol, ist ein wichtiges Antioxidans. Die Isolierung des Wirkstoffes aus tierischen Quellen ist nicht mehr konkurrenzfähig. Karotten, Tomaten oder rote Paprika rut-



like it



· schen als Lieferanten nach. In Kosmetika schützt Retinol vor freien Radikalen und verdickt die Hautoberfläche. Dies hat eine Verminderung der Faltentiefe zur Folge. Es findet sich daher vor allem in Formulierungen für reifere Haut. Auch After-Sun-Produkte profitieren von den regenerierenden Eigenschaften. Plus: Retinol wird seit Jahrzehnten zur Unterstützung des Abheilprozesses bei unreiner Haut und Akne eingesetzt.

### **SOJA**

Soja ist eine Pflanze mit hohen Gehalten an Phytohormonen. Diese regulieren in den Pflanzen biochemische Vorgänge, ähnlich wie die Hormone dies auch in Tieren und Menschen tun. Durch äußerliche Anwendung auf der Haut wird die Zellneubildung angeregt und der Kollagenabbau verlangsamt. Dies sind Eigenschaften, die einem Östrogenmangel entgegenwirken.

### **TOCOPHEROL/Vitamin E**

Natürliches Vitamin E, Tocopherol genannt, wird aus pflanzlichen Ölen von Sojabohnen, Mais, Rapssaat und Sonnenblumenkernen hergestellt. Es stärkt das Feuchthaltevermögen der Haut, ist entzündungshemmend und antioxidativ: ein wahres Allround-Talent für die gesamte Körperpflege also. Hautschäden aller Art werden gemildert und der von Natur aus enthaltene Sonnenfilter dient der Prävention gegen vorzeitige Hautalterung.

### **VITAMIN C/Ascorbinsäure**

Vitamin C ist für die Stärkung des Immunsystems wohlbekannt. Es ist jedoch auch ein essenzieller Nährstoff für die Produktion von Kollagen. Ascorbinsäure enthält hochpotente

Antioxidantien: Hautschäden wird vorgebeugt, Altersflecken werden minimiert. Vitamin C oxidiert sehr schnell, weshalb in kosmetischen Formulierungen oft komplexe Vitamin-C-Verbindungen, sogenannte Derivate, genutzt werden. Vitamin C kann im Labor in einem chemischen Verfahren hergestellt (synthetisiert) oder bio-technologisch von Mikroorganismen produziert werden. Biologisches Vitamin C, vielmehr der Vitamin-C-Komplex, wird aus Obst- und Gemüse gewonnen. Sanddorn, Hagebutte, Kiwis oder Orangen enthalten besonders viel Vitamin C. Beim Gemüse sind es vor allem grüne Gemüse wie Kohlsorten und Paprika, die als Vitamin-C-Bomben bezeichnet werden. Summa summarum: eine Verbesserung der Hauttextur und des Faltenreliefs.

### **ZINK**

Zink ist ein essenzielles Spurenelement. Das bedeutet, dass unser Körper es nicht selbst herstellen kann. Die Aufnahme erfolgt über die Nahrung und im Bedarfsfall zusätzlich durch äußerliche Anwendung. Neben seiner Schutzwirkung als UV-Filter wirkt Zink in der Haut gegen Akne und Reizungen. Der Wirkstoff unterstützt die Wundpflege, indem er eine Art Klebstoff bildet. Unreine Haut profitiert von den adstringierenden und antibakteriellen Effekten sowie der ausgleichenden Wirkung auf die Talgproduktion. Verschiedene Zink-Verbindungen wirken antioxidativ und gegen den Kollagenabbau durch UV-Strahlung. Zink ist zudem ein Dauerbrenner für multifunktionale Zinksalben oder bei wunden Babywunden.

*Herzlichen Dank an Christine Teich für ihre fachkompetente Unterstützung!*

FOTO: PIXABAY



FOTO: JOE ROBLES/UNSPLASH

### Anti-Age-ABC