

Ist teure Kosmetik ihr Geld wert
In acht Stunden zum Model
Inspirationen aus der Wüste

Fitness & Psychologie

Freiheit, die man Tanzen kann
Uralte Medizin

Leben & Genießen

Die gelbe Diva

Schaufenster

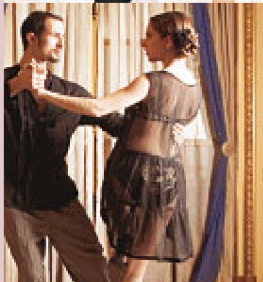
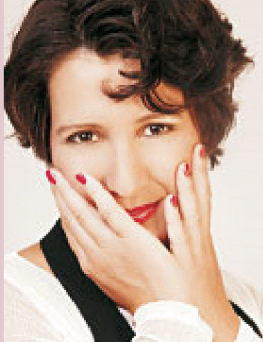
Kosmetik
Lebensart

Service

Editorial
Lexikon
Gewinnspiel
Ihre Meinung
Kunterbunt
Impressum/Kontakt
Vorschau
Mediadaten

Wo gibt es Cosmia?

Cosmia abonnieren
Wo gibt es Cosmia?



In unserer neuen Rubrik beantworten wir Ihre Fragen rund um Naturkosmetik. Schicken Sie uns Ihre Fragen per Post oder Außerdem freuen wir uns über Ihre Meinung zu Cosmia oder Ihre Erfahrungen mit Naturkosmetik. Eine kleine Auswahl Ihrer Meinungen haben wir auf dieser Seite zusammengestellt.

Welche Pflege bei Neurodermitis ?

Ich habe im Gesicht leichte Neurodermitis, besonders am Rand bei den Ohren und am Haaransatz. Meine Haut dort braucht viel Fett. Der Rest des Gesichts ist zwar auch trocken, braucht aber nicht so viel Fett, sodass die Creme „für den Rand“ oft zu fettig ist. Gibt es einen Kompromiss?
Anna Callsen, Bamberg

*Liebe Frau Callsen,
bei Neurodermitikern ist die Haut dünner und die Fähigkeit zur Säureregulation beeinträchtigt. Trockene Haut entsteht wegen des hohen Wasserverlustes und der verminderten Talgproduktion. Ein dünner Fettfilm auf der Haut wirkt als Verdunstungsschutz, glättet die raue Hornschicht und stärkt die Barrierefunktion. Die Creme sollte frei von Konservierungsmitteln, Farbstoffen, Silikon, Mineralöl (Paraffin) und Parfüm sein. Empfehlenswert sind pflanzliche Öle wie Jojoba-, Mandel-, Karité-, Nachtkerzensamen- oder Sonnenblumenöl, die tief in die Haut eindringen können. Sie versorgen sie mit essenziellen Fettsäuren und stärken die körpereigene Barrierefunktion. Sie können auch Ölbäder verwenden und anschließend cremen Sie die Haut nur an den Problemzonen zusätzlich ein. Einfacher ist es jedoch, die normale Lieblingscreme zu verwenden und die betroffenen Stellen extra einzufetten. Einige Tipps noch: Übertreiben Sie die Körperreinigung nicht. Durch häufiges Waschen quillt die Haut und der Säureschutzmantel wird zerstört. Beim Abtrocknen die Haut eher abtupfen als abreiben und regelmäßig cremen.*

Marion Winter ist Heilpraktikerin und Inhaberin der Naturkosmetik-Praxis Naturell in Nürnberg und Autorin mehrerer Fachbücher.

um
E-Mail.
über
rer

d,
el
r

e
)

e
e