

## Mineralöl in Kosmetika

Mineralöle werden in allen Bereichen der Kosmetikherstellung eingesetzt – vom Babyprodukt bis zur hochpreisigen Luxuspflege. Die Gründe warum die Kosmetikhersteller Mineralöle einsetzen sind schnell genannt:

- preiswerter Rohstoff
- permanente Verfügbarkeit (nicht von Ernten abhängig)
- nahezu unverderblich
- leicht zu verarbeiten
- allgemein gute Verträglichkeit auch bei empfindlicher Haut (nicht zu verwechseln mit guter Pflegewirkung!)

### Die Wirkung der Mineralöle auf der Haut

Mineralöle sind gesättigte Kohlenwasserstoffketten. Diese legen einen Film auf die Haut, der nicht wasserlöslich ist – auch bei der Reinigung wird dieser nicht komplett entfernt, sondern lediglich aufgebrochen. Die Haut wird regelrecht abgedeckt (Okklusion). Die Haut fühlt sich durch diesen Film sehr weich an.

### Welchen Nährwert hat Paraffinöl für die Haut?

Mineralöle enthalten keinerlei Vitamine oder Spurenelemente und weisen keinerlei Nährwert auf. Selbst Mikroorganismen können aus diesen Ölen keinen Nährstoff aufnehmen. Darin begründet sich auch die lange Haltbarkeit dieser Stoffe. In Forschungslabors werden Mineralöle zum Abdichten von Proben verwendet – ein paar Milliliter schließen Proben luftdicht ab.

### Was passiert unter diesem Film?

Verständlicherweise wird durch diesen Film auf der Haut die natürliche Hautatmung verhindert. Es bildet sich zunächst einmal eine Art Hitzestau, da ja keine Verdunstung und somit Kühlung der Hautoberfläche mehr stattfinden kann. Für Menschen mit Neigung zu erweiterten Blutgefäßen (Couperose) wird dieser Effekt sehr schnell deutlich, da die Blutgefäße durch die gestaute Wärme permanent überdehnt werden. Durch die Wärme verdunstet auch die Feuchtigkeit der Haut schneller. Dieser Effekt ist nicht sichtbar – das verdunstete Wasser schlägt sich an der Unterseite des Ölfilms, in der Hornschicht der Haut nieder. Optisch wirkt die Haut prall.

Bei der Reinigung wird der Film nun aufgebrochen und die gestaute Feuchtigkeit entweicht aus der Hornschicht

– dann fühlt sich die Haut trocken an und es kann zu Spannungsgefühlen kommen. Die lebendigen Hautzellen in der Tiefe der Haut sind der Feuchtigkeit beraubt und in ihren Funktionen beeinträchtigt.

Langfristig wird der Hautzustand stark geschädigt, die Haut verdurstet förmlich unter der vermeintlich guten Pflege.

Weiterer unangenehmer Nebeneffekt – diese Paraffine sind in hohem Maße komedogen. Sie verursachen Mitesser und können sogar akneähnliche Erkrankungen hervorrufen. Durch die „versiegelte“ Hautoberfläche wird der Talgabfluss gehemmt und der oben erwähnte Erwärmungseffekt sorgt für ein feuchtwarmes Klima – ein ideales Klima für die Vermehrung von Bakterien. Die entstehenden Mitesser sind sehr dick und lassen sich leicht entfernen. Sie entstehen auch an eher mitesser-untypischen Stellen, beispielsweise direkt an der Lippe.

Mineralöl und seine Derivate erkennen Sie in der INCI-Angabe eines kosmetischen Produkts an den Bezeichnungen *Ceresin*, *Diisopropyl Adipate*, *Mineral Spirits*, *Paraffinum Liquidum*, *Isoparaffin*, *Hydrogenated Microcrystalline Wax*, *Isohexadecane*, *Paraffin*, *Synthetic Wax*, *Mineral Oil*, *Petrolatum (Vaseline)*, *Paraffinum-Subliquidum*, *Cera Microcristallina*, *Microcrystalline Wax*, *Ozokerit*.



**Die Seifenkiste**  
Janine Schütz  
Kranichstraße 10  
75223 Niefern

[www.dieseifenkiste.net](http://www.dieseifenkiste.net)  
[info@dieseifenkiste.net](mailto:info@dieseifenkiste.net)

# Die Seifenkiste

Natürlich gute Seife



**Die Seifenkiste**  
Janine Schütz  
Kranichstraße 10  
75223 Niefern

[www.dieseifenkiste.net](http://www.dieseifenkiste.net)  
[info@dieseifenkiste.net](mailto:info@dieseifenkiste.net)

# Basische Körperpflege für eine gesunde und schöne Haut

## Das Märchen vom Säureschutzmantel der Haut

Aufgrund etlicher Untersuchungen, u.a. auch an 1000 Soldaten der amerikanischen Luftwaffe, wurde angenommen, dass die menschliche Haut einen sauren pH-Wert von ca. 5 hat. Man nannte diesen Zustand ‚Säureschutzmantel‘. Da aber die meisten Menschen übersäuert sind, unterlag man deshalb einem fatalen Irrtum. Der so genannte ‚Säureschutzmantel‘ ist keineswegs ein Schutzmantel, sondern ein deutliches Zeichen von Übersäuerung und somit negativer Veränderung des Hautmilieus. In diesem Milieu können sich Bakterien, Pilze und Viren hervorragend vermehren und für Hauterkrankungen sorgen.

Fast alle Kosmetikerhersteller haben diesen Irrtum übernommen und produzieren saure Produkte mit einem pH-Wert von 3 bis 5, die der Haut mehr schaden als helfen. Die viel gepriesenen Produkte mit einem hautneutralen pH-Wert von 5,5 sind also keinesfalls hautneutral oder -freundlich, sondern deutlich zu sauer.

**Eine gesunde, nicht übersäuerte Haut hat dagegen einen pH-Wert von 7,4 bis 8.**

## Lebewesen entstehen in basischer Umgebung

Meerwasser hat einen pH-Wert von 8 bis 8,5. Ein großer Teil der Lebewesen unserer Erde entstanden und entstehen im Meer. Ungeborene Kinder entstehen und entwickeln sich im Fruchtwasser der Mutter. Dieses Fruchtwasser gesunder Frauen hat einen pH-Wert von 8 bis 8,5. Die Haut eines Neugeborenen ist ebenfalls basisch mit Werten zwischen 7,5 und 8. Das Blut des Menschen hat einen pH-Wert von 7,35 bis 7,4. Die geringsten Abweichungen führen zu Krankheit und Tod. Der Mensch ist also biochemisch gesehen ein basisches Lebewesen. Gesunde, strapazierfähige Haut ist demnach basisch mit einem „Basenschutzmantel“ von pH 7,5 bis 8. Einen „Säureschutzmantel“ gibt es nicht!

## Wie entstehen Säuren?

Säuren und Ablagerungen (Salze, man nennt sie auch Schlacken) entstehen vor allem durch falsche Ernährung, „Genussmittel“ wie Alkohol und Nikotin, Kaffee und Zucker, Stress und saure Körperpflege (mit einem pH-Wert unter 7). Ebenso können Medikamente wie Psychopharmaka, Antibiotika, die Antibabypille u. a. an der Übersäuerung beteiligt sein.

Welche Säuren werden vom Körper produziert?

- Milchsäure durch körperliche Anstrengung (Sport)
- Harnsäure durch Fleisch
- Salzsäure durch Stress, Ärger und Angst
- Schwefelsäure (u.a.) durch Tabakkonsum
- Gerbsäure durch Schwarz- und Grüntee

Wie geht der Körper mit diesen Säuren um?

Er versucht sie zu neutralisieren, in dem er sie mit Mineralsstoffen, die im Körper vorhanden sind, bindet. Diese Mineralstoffe entnimmt er der Nahrung. Findet er dort nicht genug (unsere Nahrung ist mittlerweile sehr mineralstoffarm), bedient er sich Stellen, die keine lebenswichtigen Funktionen übernehmen, wie z.B. der Kopfhaut, Zähnen und Zahnfleisch, Knochen. So entstehen oftmals Mangelzustände oder Probleme der Übersäuerung, die wir selten als solche wahrnehmen: Haarausfall, Zahnstein, Karies, Parodontose, Juckreiz, Akne, Neurodermitis, Ekzeme, Warzen, Herpes, Psoriasis, Pilze, Cellulite, Gicht, Migräne, Hitzewallungen, starkes Schwitzen, Fieber usw. In den meisten Fällen ist die Übersäuerung des Körper dies Ursache für diese Beschwerden.

Einen Teil der Säuren kann der Körper über Nieren, Darm und Lunge ausscheiden. Den (oftmals großen) Rest muss der Organismus anders loswerden. Er verstärkt seine Ausscheidungen über die Haut und die Schleimhäute, was je nach Empfindlichkeit des Menschen und Aggressivität der Schadstoffe zu Akne, Ekzemen oder sogar Neurodermitis führen kann. Andere leiden unter Allergien, Schuppenflechte oder Schweißfüßen oder verstärktem Achselschweiß und -geruch. Unsere Schweißdrüsen an Füßen und Achseln dienen dem Körper zu Entgiftung und funktionieren als „zweite Niere“. Das Ausscheiden der Säuren über die Haut führt zu einem sauren pH-Wert dieser. So entwickelte sich der Irrtum des hautneutralen Wertes von 5,5.

Außerdem schließen die Säuren die Poren und behindern sie so an ihrer natürlichen Ausscheidungsfunktion. Verstopfte Poren führen z.B. zu Akne. Die Säuren, die der Körper nicht abführen kann, lagert er als Salze (der Volksmund spricht von ‚Schlacken‘) an den gefürchteten Stellen ab: Gesäß, Hüften, Oberschenkel und Oberarme. Die Schlacken werden im Laufe der Jahre mehr, viele Menschen bestehen mit 50 Jahren schon aus 50% Schlacke. Auch der Alterungsprozess kann auf die Übersäuerung zurückgeführt werden. Durch basische Ernährung und basische Körperpflege haben Sie Einfluss auf Ihr Aussehen.

## Was können Sie tun?

Erst einmal ist eine basen-überschüssige und mineralstoffreiche Ernährung wichtig. Im Internet und Buchhandel gibt es ausführliche Listen und Informationen von Lebensmitteln mit der Einteilung basisch/neutral/sauer. Zusätzlich sollten Sie Mineralstoffe wie z.B. Magnesium, Kalzium und Zink einnehmen, um die Neutralisierung der Säuren durch den Körper zu unterstützen. Trinken Sie viel, damit der Körper die gelösten Schlacken abtransportieren kann! Achten Sie auf eine basische Hautpflege. Etwa 99% der handelsüblichen Hautpflegeprodukte, Duschgels und Shampoos haben einen sauren pH-Wert von unter 5,5. Dabei spielt es keine Rolle, ob sie teuer, günstig, chemisch oder biologisch aufgebaut oder als „hautneutral“ deklariert sind. Ein basisches Produkt hat einen pH-Wert ab 7,4 aufwärts.

Leider sind diese Produkte sehr teuer und für die tägliche Pflege nicht für jeden erschwinglich. Eine einfache und im Gegensatz günstige Alternative zur Hautpflege sind handgesiedete Naturseifen. Diese haben einen PH-Wert von mind. 8, sind rückfettend und pflegen die Haut durch hochwertige Öle und Fette. Durch diese basische Pflege werden zuerst die Poren geöffnet, die Haut kann entschlacken. Durch die Inhaltsstoffe wird sie genährt und vitalisiert – so findet sie zu ihrer natürlichen Funktion zurück und erholt sich in oft außergewöhnlichem Ausmaß. Die Haut erhält ihre optimierte, selbst fettende Funktion zurück, wird wieder rein und zart, hat mehr Spannkraft und sieht frischer und jünger aus. Auch gelegentliche basische Vollbäder helfen der Haut zu entschlacken. Sehr viele Menschen, die sich basisch pflegen und ernähren, konnten Akne, Ekzeme, Neurodermitis und andere Hautveränderungen bzw. -krankheiten auf ganz einfache und gesunde Weise heilen.

*Pflegen Sie Ihre Haut mit basischen Produkten, denn nur gesunde Haut ist schöne Haut.*

