

Inhaltsstoffe in Cremes

Diese Stoffe tun der Haut gut...

...und haben dennoch den einen oder anderen Nachteil:

Gut für die Haut	heißt auch	positiv	negativ
Vitamin B3	Niacin, Niacinamid	+ schützt die Haut + gut gegen gerötete Haut und Altersflecken	- Wirkung verpufft schnell, relativ teuer
Vitamine C	Ascorbinsäure	+ gut gegen freie Radikale, hilft z.B. bei Sonnenbrand	- Wirkung verpufft schnell, relativ teuer
Vitamin E	Tocopherol	+ natürliche Konservierung der Öle und Fette	- Wirkung verpufft schnell, relativ teuer
Vitamin F	Sammelbezeichnung für mehrfach ungesättigte Fettsäuren	+ reguliert den Fettstoffwechsel der Haut	- Wirkung verpufft schnell, relativ teuer
Vitamin A	Retinol, Retinoldehyd, Vitamin A1	+ Hilft beim Bilden von Kollagen, steigert die Abwehrkräfte der Haut, macht dunkle Pigmentflecken heller und reduziert große Poren + für reife und trockene Haut gut geeignet	- kann empfindliche Haut reizen, macht jede Haut lichtempfindlicher
Coenzym Q10	Q10, Coenzym Q10, Ubichinon-10	+ versorgt jede Zelle mit Energie, schützt vor freien Radikalen, die sich bei Stress, durch verschmutzte Luft oder UV-Licht bilden + stärkt das Bindegewebe	
Hyaluronsäure	Sodium Hyaluronate, Hyaluronic Acid	+ glättet Haut sofort + wirkt antioxidativ + keine Allergien oder Nebenwirkungen bekannt	nur in Kombination mit Anti-Age-Wirkstoffen wie Vitamin A, C oder E und Coenzym Q10 kann sie das Altern der Haut aufhalten

Inhaltsstoffe in Cremes

Peptide	z.B. Tetrapeptid-21, Acetyl-Hexapeptide 3, Palmitoyl Pentapeptide-4	+ Signal-Peptide verstärken das Bilden von Kollagen, andere hemmen Entzündungen	bisher fehlen wissenschaftliche Beweise für ihre Wirksamkeit
Pflanzliche Öle	aus Oliven, Aprikosenkernen, Mandeln, Jojoba-Samen oder Shea-Nuss	+ Stärken die Hautbarriere, machen sie unempfindlicher + Linolsäure lässt Rötungen abklingen	ziehen oft nicht so schnell ein, haben oft einen Eigengeruch, nur wenig Anti-Age-Wirkung
Fruchtsäuren	Citric Acid, Zitronensäure, Weinsäure, Glycolic Acid, Glykolsäure, Hydroxyessigsäure, alpha-hydroxy-acid, Acidum Malicum, Apfelsäure	+ lockern den Verbund zwischen den einzelnen Hornzellen auf, tote Hornschüppchen können so leichter abgetragen werden + können signifikant die Tiefe von Fältchen reduzieren, macht Poren kleiner	Fruchtsäuren reizen die Haut, Haut wird lichtempfindlicher
UV-Filter	Ethylhexyl Methoxycinnamate, Benzophenone-3, 2-Hydroxy-4-methoxybenzophenone und Benzophenone-4	+ absorbieren die UV-Strahlen, bevor sie Falten verursachen können + mineralische Filter (Titandioxid und Zinkoxid) sind sofort nach dem Auftragen wirksam	Mineralische Filter liegen oft weiß auf der Haut, synthetische Lichtschutzfilter können in den Körper eindringen und ähnlich wie das Hormon Östrogen wirken
Urea		besonders gut verträglich, Hauttalg kann besser abfließen (gut für fettige, unreine Haut), wirkt in hohen Konzentrationen gegen Bakterien	kann bei verletzter Haut schmerzhafte Hautreizung hervorrufen, kann in Cremes kristallisieren

Inhaltsstoffe in Cremes

Diese Stoffe sind schwierig...

... und haben dennoch auch gute Eigenschaften:

Schwierig für die Haut	heißt auch	positiv	negativ
Silikone	Cyclomethicone, Dimethicone, Amodimethicone...	<ul style="list-style-type: none"> + legen sich wie ein Schutzfilm auf die Haut, versiegeln sie gleichsam und schützen gut vor Feuchtigkeitsverlust + Make-up haftet besser + gelten als allergiefrei, hitzeresistent und lange haltbar + günstig 	<ul style="list-style-type: none"> - sorgen dafür, dass man schwitzt, weil sich der Schweiß unter dem Silikonfilm staut - bei der Herstellung werden gewaltige Mengen des Klimakillers Kohlendioxid freigesetzt - Silikone gelangen beim Waschen ins Abwasser, sind kaum abbaubar
Mikroplastik	Polyethylen (PE), Polypropylen (PP), PET Polyethylenterephthalat, PES Polyester, PA Polyamid, PUR Polyurethan, EVA Ethylen-Vinylacetat-Copolymere, PI Polyimid	<ul style="list-style-type: none"> + bessere Wirkung von Reinigungscremes und Co. + Bindemittel 	<ul style="list-style-type: none"> - saugt Schadstoffe wie ein Schwamm auf, z.B. Weichmacher, das als krebserregend geltende PCB oder das Insektizid DDT - Mikroplastik landet in Gewässern, konnte im Trinkwasser, in Milch, Honig, Bier und Softdrinks nachgewiesen werden

Inhaltsstoffe in Cremes

Mineralöle	Mineral Oil, Vaseline, Petrolatum, Paraffinum Liquidum, Paraffinum Subliquidum, Cera Microcrystallina, Microcrystalline Wax, Ozokerit, Ceresin.	<ul style="list-style-type: none"> + tragen zum Schutz der Haut bei + wirken kurzfristig gegen Falten + Werden nicht ranzig + günstig + Lösen keine Allergien aus 	<ul style="list-style-type: none"> - verschließen die Haut, diese kann nicht mehr richtig atmen - glättender Effekt ist nur sehr kurzfristig
Parabene	Methylparaben, Etyhlparaben, Propylparaben, Butylparaben, Isobutylparaben, Isopropylparaben und Phenylparaben, Metagin, Propagin, Oxybenzoesäure / Oxybezoat, Hydroxybenzoesäure / Hydroxybenzoat, PHB und Parahydroxybenzoat	<ul style="list-style-type: none"> + kaum Allergie-Potential 	<ul style="list-style-type: none"> - Parabene sind der Struktur des Östrogens sehr ähnlich. Da sie über die Haut aufgenommen werden, wird befürchtet, dass sie den Hormonhaushalt durcheinanderbringen, eventuell sogar Krebs auslösen
Aluminium	Aluminum Chlorohydrate, Aluminum Chloride, Aluminium Stearate, Aluminum Powder und Aluminum Zirconium Tetrachlorohydrax	<ul style="list-style-type: none"> + zuverlässiger Schweißkiller 	<ul style="list-style-type: none"> - kann Juckreiz und Entzündungen auslösen - Wird in den Körper aufgenommen - Lymphknoten und Tumorgewebe von Frauen mit Brustkrebs und Gehirne von Alzheimerpatienten weisen ungewöhnlich hohe Werte Aluminium auf