

Seifen & Handcremen

Händewaschen mit Wasser und Seife schützt unsere Gesundheit, denn mit unseren Händen kommen wir in Kontakt mit Schmutz und Krankheitserregern. Das und die Handdesinfektion sind auch einfache und wirksame Maßnahmen gegen das Corona-Virus.

Steigende Nachfrage nach Seife & Desinfektion

Mit Ausbruch der Corona-Krise im März 2020 stieg der Absatz von Desinfektionsmitteln für den Haushalt genauso wie der Seifenkonsum rasant an. Die Nachfrage blieb auch während des Sommers, als sich der Absatz von Lebensmitteln und anderen Konsumgütern (Stichwort WC-Papier) weitgehend normalisiert hatte, leicht überdurchschnittlich.

Im Herbst des ersten Pandemiejahres lag der Absatz von Desinfektionsmitteln knapp drei Viertel (+72,5 %) und der von Seife knapp zwei Drittel (+62,3 %) über dem Vorkrisen-Durchschnitt (Quelle: Statistisches Zentralamt DE).

Händewaschen und Desinfizieren sind Routine geworden

Wir sind das häufige Händewaschen und Desinfizieren mittlerweile gewohnt. Wie aber steht es um unsere Hautpflege?

Hautpflege ist unter diesen Umständen besonders wichtig

Nicht nur Viren werden abgetötet, auch unsere Haut leidet unter der Mehrbelastung durch Seife und Desinfektionsmittel. Gute und regelmäßige Hautpflege schützt unsere Hände vor dem Austrocknen und Spröde werden.

Verwenden Sie rückfettende Seifen oder Waschlotionen und achten Sie auf einen hautneutralen pH-Wert (5 – 5,5). Handdesinfektionsmittel enthalten meist ebenfalls rückfettende Substanzen oder feuchtigkeitsspendende Inhaltsstoffe (z.B. Glycerin, Aloe Vera). Dadurch erhält die Haut etwas Feuchtigkeit zurück.

Vergessen Sie zusätzlich aber nicht auf regelmäßiges Eincremen der Hände mit einer Pflegecreme.

Hautpflege über Nacht

Besonders gut funktioniert die Hautregeneration über Nacht. Feuchten Sie dazu die Hände vor dem Schlafengehen an und cremen Sie sie mit einer Universalsalbe auf Öl-Wachs-Basis ein. Damit die Bettwäsche nicht verschmutzt, helfen Baumwollhandschuhe (Alternativ auch Socken). Am nächsten Morgen sind die Hände wieder top in Form.

Bei Pflegeprodukten gilt: Weniger ist mehr!

Konventionelle Kosmetikartikel enthalten eine Vielzahl an Inhaltsstoffen wie Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen. Viele diese Stoffe können die Haut reizen und sogar zu Hautunverträglichkeiten führen.

Zertifizierte Naturkosmetik und Bio-Kosmetik verzichten auf bedenkliche Inhaltsstoffe und ist daher in der Regel besser verträglich.

Volle Transparenz bei den Inhaltsstoffen haben Sie, wenn Sie Ihre Kosmetikprodukte selbst herstellen. Auch hier kann es allerdings vorkommen, dass Ihre Haut bestimmte Stoffe nicht verträgt. Testen Sie daher jedes Produkt vor der Verwendung an einer kleinen Hautstelle, am besten im Inneren der Handbeuge. Tritt nach ca. 20 Minuten keine Reaktion wie Jucken, Brennen oder eine Rötung auf, vertragen Sie dieses Produkt.

Gänseblümchen-Wundsalbe selbst gemacht

Gänseblümchenblüten können Sie das ganze Jahr über sammeln, besonders heilkräftig sind sie im Frühling. Eine Salbe zur täglichen Hautpflege für die ganze Familie ist einfach zubereitet.

Zutaten:

- 100 ml Sonnenblumenöl
- 1 Handvoll Gänseblumen (frisch, oder getrocknet)
- 15 g Bienenwachs
- 5 Tropfen ätherisches Lavendelöl

Zubereitung: Aus Sonnenblumenöl und Gänseblumen einen warmen Ölauszug herstellen. Dazu mischen Sie die beiden Zutaten in einem Schraubglas und lassen es im Wasserbad bei 50°C eine Stunde leicht köcheln. Danach abkühlen lassen und den Vorgang am nächsten Tag wiederholen. Durch ein Feinsieb filtrieren. Bienenwachs in einem kleinen Topf schmelzen lassen, den Gänseblumen-Ölauszug zugeben und zum Schluss 5 Tropfen ätherisches Lavendelöl beimengen. In kleine Gläschen abfüllen und beschriften.

Haltbarkeit: 6 Monate, im Kühlschrank 1 Jahr

Dieses Rezept funktioniert auch mit Ringelblumenblüten, Johanniskrautblüten und vielen anderen hautpflegenden Wildkräutern wie Vogelmiere und Gundelrebe.

Tipp von unserer Kooperationspartnerin „wild.wuchs.Natur“

Links:

wir-leben-nachhaltig.at: [Regelmäßig Händewaschen](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Desinfektion – aber wie?](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Naturseifen selber herstellen](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Seife](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Hygiene im Haushalt](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Salben selber machen](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Frühlingskosmetik selbstgemacht](#)

wild.wuchs.Natur Akademie: [Kräuter und DIY Rezepte](#)

Statistisches Bundesamt (Destatis): [Zahlen zum Kaufverhalten in der Pandemie](#)

[Zurück zur Übersicht](#)