

---

# Haarseife & festes Haarshampoo

## Haarwäsche ohne Plastik(verpackung)

Gängige Haarshampoos werden in Kunststofftuben, -flaschen oder Pumpspender angeboten. In manchen Shampoos ist Plastik auch als Inhaltsstoff enthalten. Als Alternative bieten sich Haarseife oder festes Haarshampoo an.

## Unterschied Haarseife – normale Seife

Seife entsteht aus Fetten oder Ölen und Lauge (meist Natron- oder Kalilauge). Der Verseifungsprozess kann entweder als Heiß- oder Kaltverfahren durchgeführt werden. Hochwertige Seifen entstehen meist durch das Kaltverfahren.

Bei der Seifenherstellung werden nicht alle Fette verseift. Die verbleibenden Fette wirken „rückfettend“ auf die Haut. Der sogenannte Überfettungsgrad bei Dusch- und Gesichtsseifen liegt zwischen 5 und 15 %.

Bei Haarseifen ist er niedriger (ab 2 %). Wählen Sie den Überfettungsgrad Ihrer Haarseife je nach Haartyp, Wasserhärte und persönlicher Vorliebe.

Grundsätzlich gilt:

- höhere Überfettung bei trockenem, dickem und lockigen Haar
- niedriger Überfettungsgrad bei eher fettigem, dünnem und glattem Haar.

Auch zur Umstellung von Shampoo auf Haarseife sollten Sie mit einer niedrigen Überfettung starten.

Achtung: Haarseife schäumt kaum.

## Nachspülen bei hartem Wasser

Ein Nachteil der Haarseife ist, dass sich bei sehr hartem Wasser die sogenannte „Kalkseife“ bildet. Diese entsteht, da die im Kalk enthaltenen Kalzium- und Magnesiumsalze mit der Seife reagieren.

Das mindert auch die Waschleistung der Seife. Es entsteht das Gefühl, die Haare nicht ganz sauber zu bekommen und strähnige Rückstände am Kopf zu haben.

Um der Bildung von Kalkseife entgegen zu wirken, verwenden Sie eine „Saure Rinse“ nach der Haarwäsche. Dabei handelt es sich um einen Gemisch aus Wasser und Essig oder Wasser und Zitronensäure.

Mischen Sie dazu einen bis zwei Esslöffel Essig (Apfelessig, Kräuternessig, ...) oder einen halben Teelöffel Zitronensäure mit einem Liter Wasser. Diese Lösung glättet das Haar und macht es leichter kämmbar.

Spülen Sie die Haare je nach Härtegrad des Wassers nach jeder Kopfwäsche oder nach jeder 3. bis 5. Kopfwäsche mit der sauren Lösung.

## Auf die Fette im Shampoo kommt es an

---

Achten Sie darauf, welches Tensid d.h. welches Fett der Haarseife oder dem festen Shampoo als Grundlage dient. Haarseifen werden zu einem Großteil aus pflanzlichen Fetten wie Kokosfett aber auch aus tierischen Fetten wie z.B. Schafmilch hergestellt.

Es werden auch Olivenöl und Rizinusöl verseift. Unverseift kommen auch andere Öle wie Zedernholzöl, Lorbeeröl, Sonnenblumenöl etc. vor. Auf keinen Fall sollte Palmöl als Öl/ Fettbestandteil beigemischt sein. Erkennbar ist es an Bezeichnungen wie „Cetyl Palmitate“, „Sodium Palm Kernelate“ oder „Isopropyl Palmitate“.

## Gütesiegel für Haarseife

Haarseifen und feste Shampoos können in Naturkosmetikqualität hergestellt werden, müssen es aber nicht. Achten Sie auf entsprechende Zertifikate und Gütesiegel. Am bekanntesten und weit verbreitet sind das BDIH- und das NATRUE-Siegel.

Wer neben der Verwendung biologischer Inhaltsstoffe auch Wert darauf legt, dass die Produkte vegan sind, sollte auf das Veganblume-Siegel achten.

## Festes Haarshampoo wenig Aufwand

Feste Shampoos auch „Shampoo-Bars“ genannt, sind herkömmliche Haarshampoos, denen das Wasser entzogen wurde. Die Anwendung ist daher so einfach wie bei einem herkömmlichen Haarwaschmittel. Festes Shampoo wird also nicht verseift sondern zusammengerührt und in Form gepresst.

Generell entstehen Haarshampoos nicht durch Verseifung. Tenside (als Waschrohstoff) und die übrigen Zutaten wie pflegenden Fette und Öle, Farben und Duftstoffen werden gemischt.