
Anwendung und Wirkungsweise von Frischpflanzenextrakten

Frischpflanzenextrakte - das sind wässrige Auszüge aus den frischen Pflanzen, die ihre unterschiedlichen Inhaltsstoffe und Wirkungen in Cremes, Gesichts- und Haarwässern, Lotionen und Shampoos entfalten. Das heißt, man arbeitet diese Extrakte in selbstgemachte oder fertige Produkte ein. Somit ist hier nur die äußerliche Anwendung auf der Haut gemeint, keinesfalls eine innerliche!

Dosierung: 1 Tropfen Frischpflanzenextrakt auf 10 g fertige Emulsion

Algen, speziell - *Ascophyllum nodosum* - Meeresbraunalge

Enthält: Diese Alge ist sehr reich an Oligoelementen, vor allem Eisen und Jod und führt dem Körper die für seine Funktionen unentbehrlichen B-Vitamine zu, enthält Aminosäuren, Phytohormone, Polysaccharide und Betaine.

Wirkung: Der hohe Gehalt an Polysacchariden verleiht der *Ascophyllum* ausgezeichnete flüssigkeitsspeichernde Eigenschaften. Ist entzündungshemmend, straffend, aufbauend, vorbeugend und regenerierend. Für alle Körper- und Gesichtscremes sowie Gesichtsmasken und Körperpackungen.

Augentrost, *Euphrasia officinalis*

Enthält: Iridoidglykoside, vor allem Aucubin (Rhinantin), Bitterstoffe, ätherisches Öl, Gallusgerbstoffe.

Wirkung: Äußerlich wird Augentrost als Aufguss (stark verdünnt in Wasser) zur Augenkompressen bei entzündlichen Erkrankungen der Augen und bei Gerstenkorn angewendet. Außerdem entzündungshemmend, adstringierend (porenverengend), schmerzlindernd und feuchtigkeitsregulierend in Gesichts- und Körpermilch.

Birke, *Betula pendula*

Enthält: Flavonoide, Saponine, Gerbstoffe, ätherisches Öl, Vitamin C

Wirkung: Lindert Hautbeschwerden bei Ekzemen, wirkt desinfizierend gegen unreine und fettige Haut, adstringierend (porenverengend). Wird als Mittel gegen Haarausfall in Haarwässern beigemischt.

Brennnessel, *Urtica dioica*

Enthält: Mineralsalze, Kieselsäure, Karotinoide, pflanzliche Säuren.

Wirkung: Anwendung bei Hauterkrankungen, wirkt durchblutungsfördernd und gefässerweiternd. Verwendung auch als Bestandteil von Shampoos und Haarwässern als Mittel gegen Schuppen und Entzündungen und zur Förderung des Haarwuchses.

Brunnenkresse, *Nasturtium officinale*

Enthält: Das Senfölglykosid Glukonasturtiin, ätherisches Öl Raphanol, Bitterstoffe, Vitamin A, B und C.

Wirkung: Wirkt antibakteriell, feuchtigkeitsbindend, durchblutungsfördernd, aktivierend und regenerierend, straffend, gegen unreine und fettige Haut. Wirkungsvoll in der Anwendung gegen Pigmentstörungen. Auch für schlafe und trockene Haut und als Spülung zur Steigerung des Haarwachstums bewährt.

Calendula, *Calendula officinalis*

Enthält: ätherisches Öl, Saponine, Glykoside, Karotinoide, Flavonoide, Schleim- und Bitterstoffe.

Wirkung: Hat eine entzündungshemmende und wundheilungsfördernde Wirkung. Äußerlich angewendet hilft sie bei Entzündungen, Ekzemen, wunden Babypopos, Brand- und Risswunden, Krampfadergeschwüren, Nagelbettentzündungen, Prellungen, Verstauchungen, Gliederschmerzen.

Da Zao, *Ziziphus jujuba*

Enthält: Da Zao ist ein propylenglykolisch-wässriger Heißauszug aus getrockneten, chinesischen Datteln. Da Zao gehört zur Familie der Kreuzdorngewächse.

Wirkung: In kosmetischen Hautpflegeprodukten wird es vor allem bei rauer, empfindlicher, geröteter Haut sowie in Hautwässern zur Erfrischung und Kräftigung eingesetzt. Gleichzeitig wirkt die Frucht feuchtigkeitsspendend und unterstützt die Widerstandsfähigkeit der Haut. Einsatzkonzentration im kosmetischen Bereich zwischen 2-10 %.

Efeu, *Hedera helix*

Enthält: Saponine, Glykoside und Gerbstoffe.

Wirkung: Wird verwendet als Zusatz in Cremes und Salben bei Hautleiden und rheumatischen Beschwerden, lindernd und entspannend. Wirkt durchblutungsfördernd, verbessert die Elastizität der Haut, adstringierend, fettiges Haar wird glänzend.

Ginkgo, *Ginkgo biloba*

Enthält: Flavonoide, Terpenoide (Bilobalid und Ginkgolide).

Wirkung: Wirkt durchblutungsfördernd und antiarteriosklerotisch, idealer Fänger von freien Radikalen, steigert die Stabilität der roten Blutkörperchen. Äußerlich angewendet ist Ginkgo eine sanfte Pflege für straffes Gewebe, geschmeidige Haut, glänzendes Haar und dient der Behandlung von Pigmentflecken.

Ginseng, *Panax Ginseng*

Enthält: Saponine, ätherische Öle, Peptidoglykane.

Wirkung: Bereits im Altertum wurde die Wunderkraft der Pflanze geschätzt und gepriesen. Wirkt auch äußerlich angewendet entzündungshemmend, stimulierend und gewebekräftigend auf die Haut. Regenerierend bei reifer Haut.

Grüntee-Extrakt, *Thea sinensis (Camellia sinensis)*

Enthält: Grüner Tee enthält wertvolle Polyphenole, Carotinoide, Flavonoide, Saponine, ätherische Öle, Koffein, Antioxidantien wie die Vitamine A, B2, B12, C und E und viele Mineralien und Spurenelemente. U.a. Eisen (für Sauerstoffversorgung der Zellen), Kalium und Natrium (für Zellstoffwechsel), Zink (für Immunabwehr, Wachstum und Haut).

Wirkung: Er regt den Blutkreislauf an, erleichtert die Sauerstoffaufnahme der Organe, wirkt antibakteriell, fördert die körpereigenen Abwehrkräfte, wirkt als Radikalfänger, schützt vor schädlichen UV-Strahlen und wirkt regenerierend und ausgleichend.

Einsatz in der Kosmetik: In Cremes und Gesichtswässern

Gurke, *Cucumis sativus*

Enthält: Magnesium, Kupfer, Eisen, Phosphor.

Wirkung: Besteht zu großen Teilen aus Wasser, gehört zur Familie der Kürbisse.

Kann in Gesichtsmasken, Cremes und Lotionen verwendet werden.

Wirkt reinigend und heilend bei Hautunreinheiten, macht die Haut zart und weich.

Hamamelis, *Hamamelis virginiana*

Enthält: Gerbstoffe, Flavonoide, ätherische Öle.

Wirkungen: Wirkt infolge des Gehalts an Gerbstoffen adstringierend, entzündungshemmend und lokal hämoptysisch (blutstillend).

In der Kosmetik wird der Extrakt als Bestandteil von Gesichtswässern, Pre- und After-Shaves, Haut- und Deocremes, z. B. bei leichten Hautverletzungen, lokalen Entzündungen, Hämorrhoiden und Krampfadernbeschwerden verwendet.

Hirtentäschel, *Capsella bursa-pastoris*

Enthält: Peptide, Aminosäuren, Proteine, Gerbstoffe, Flavonoide, Histamin, Kalium- und Kalziumsalze und Vitamin C.

Wirkung: Wirkt adstringierend (porenverengend) auf die Blutgefäße und somit hämoptysisch (blutstillend) bei oberflächlichen Hautverletzungen.

Warnung: Nicht während der Schwangerschaft anwenden!

Kamille, *Matricaria chamomilla*

Enthält: ätherische Öle (Bisabolol), Flavonoide, Bitterstoffe und Cumarine.

Wirkung: Äußerliche Anwendung bei Entzündungen, Hautausschlägen und Krampfadern mittels Umschlägen. Ebenfalls als Badezusatz bei Entzündungen im Genitalbereich (Sitzbäder).

Beruhigend, heilend, pflegend, hemmt Bakterienwachstum, für empfindliche, leicht gerötete Haut. Auch gegen Haarausfall.

Malve, *Malva silvestris*

Enthält: Hauptsächlich Schleimstoffe, ätherisches Öl und Gerbstoffe.

Wirkung: Äußerlich angewendet wirkt *Malva silvestris* aufgrund ihres hohen Schleimstoffgehalts entzündungshemmend, reizlindernd, hautberuhigend und ausgleichend bei unreiner und trockener Haut. Pflegend.

Roskastanie, *Aesculus hippocastum*

Enthält: Aesculussaponine (Aeszin), Gerbstoffe und Flavonoide.

Wirkung: Wirkstoffe beschleunigen die Blutströmung, kräftigen die Venen und vermindern die Durchlässigkeit derselben, lindern Stauungsödeme und Blutstauungen, entwässern das Gewebe, können Schwellungen zum Abklingen bringen, wirken entzündungshemmend und blutstillend. Gegen fettiges Haar, Rheuma, Krampfadern und Venenleiden.

Schachtelhalm, *Equisetum arvense*

Enthält: Fast 8% Kieselsäure, mineralische Bestandteile.

Wirkung: Äußerlich angewendet hat Schachtelhalm eine entzündungshemmende Wirkung bei schlecht heilenden Wunden, leicht blutstillend. Wirkt festigend und erhöht die Elastizität der Haut. Mildert Schweißbildung, gegen Haarausfall, für geschädigte und strapazierte Haut.

Schafgarbe, *Achillea millefolia*

Enthält: ätherische Öle (ca. 25% Chamazulen), Bitterstoffe, Gerbstoffe und Flavonoide.

Wirkung: Äußerlich angewendet als Zusatz in Sitzbädern ist *Achillea millefolium* hilfreich bei Menstruationsbeschwerden. Wirkt antiseptisch, antibakteriell, wundheilend, durchblutungsfördernd, für strapazierte und unreine Haut, leicht straffend.

Stiefmütterchen, *Viola tricolor*

Enthält: Salizylsäurederivate, Flavonoide, Phenolkarbonsäure, Karotine und Gerbstoffe.

Wirkung: Anwendung in Cremes und Lotionen, Shampoos und Haarwässern. Bei leichteren Hauterkrankungen (z.B. bei Ekzemen und Juckreiz). Sehr wirkungsvoll bei Akne.

Zi Zao, *Fructus kochiae*

Enthält: Zi Zao wird durch schonende Extraktion von Steinsamenwurzeln mit einem oxidationsstabilen Neutralöl (Carpilic/Caprin Triglycerid) gewonnen. Herkunft hauptsächlich Nordchina und Japan.

Anwendung: Einsatz in Körper- und Haarpflegeprodukten. Zi Zao wird vor allem wegen seiner pflegenden Eigenschaften bei empfindlicher, sensibler Haut geschätzt. Unterstützt die Widerstandsfähigkeit gegenüber Umwelteinflüssen wie Temperaturschwankungen, starker Sonnenbestrahlung und häufigem Waschen. Einsatzkonzentration: 2 - 5 %.