



**WARUM
WIR ABRATEN
UND BAOBABÖL
EMPFEHLEN**

SCHÖNHEITS TREND "SLUG GING"

Macht dick aufgetragene Vaseline über Nacht schöner? Ist das ein Trend, den man unbedingt mitmachen muss? Statt der als "Slugging" gefeierten Pflegemethode gibt es etwas viel Besseres und es ist gleich eine All-in-One-Lösung für die Haut in jedem Alter: Baobaböl - das heilende Schönheitsöl aus dem Senegal! Es reinigt, befeuchtet, nährt, stellt die Hautbarriere wieder her, wirkt antioxidativ und glättet - über Nacht und auch bei Tag.

Von Dr. phil. Doris
Steiner-Ehrenberger

Im Internet kann man so manchen Beauty-Tipp von Experten erfahren. Einer verblüfft besonders. Angelina Jolie sieht angeblich immer jünger aus, nachdem ihr Visagist Unmengen Aquaphor (aus Vaseline und feuchtigkeitsspendenden Inhaltsstoffe) unter dem Make-up aufträgt.

OKKLUSION WIRKT ÜBER NACHT

Der Trend auf TikTok wird Slugging genannt. Dabei verwendet man vor dem Schlafengehen ein "Okklusivmittel" wie Vaseline. Damit wird die Haut nach außen abgeschlossen und fühlt sich an wie der Schleim einer Schnecke (deshalb "Slugging"). Am nächsten Tag erwacht man mit babyweicher, samtglatter Haut. So sollte es zumindest sein. Sogar Hautärzte propagieren den Trend. Vielleicht, weil sie nichts Besseres kennen in ihrer rundum künstlichen Salbenwelt?

WIE WIRKT SLUGGING?

Die Idee dahinter ist die, etwas über die gereinigte, mit Feuchtigkeitsschere versorgte Haut zu geben, das okklusiv wirkt, also abschließt. Alles darunter kann dann gut einwirken und Feuchtigkeit aus der Haut nicht entweichen.

KLINGT GUT! UND DIE NACHTEILE?

Da Mineralölprodukte wie Vaseline für die Okklusion verwendet werden, können Unreinheiten oder Make-up-Rückstände explosiv wirken und verstopfte Poren verursachen. Das Ergebnis der Okklusion ist auch nur so spektakulär wie das feuchtigkeitsspendende Produkt darunter. Taugt es nichts, stellt sich auch der Glow-Effekt nicht ein. Er lässt überhaupt noch ungefähr sechs Wochen lang auf sich warten, dann soll man aber im echten Glanz oder eben "Glow" erstrahlen, das für einen frischen, jugendlichen, reinen, glatten, porenfreien, ebenmäßigen und strahlenden Porzellanpüppchen-Teint steht - und der ist mittlerweile nicht nur in Asien begehrt.

OB DIE HAUT DAS AUSHÄLT?

Mineralölprodukte in der Hautpflege hat man in den vielen Jahren aufstrebender Naturkosmetik immer total verachtet. Die Haut kann nicht atmen, da die Poren verstopft werden. Die Selbstreinigung und die Eigennachfettung werden massiv gestört. Juckreiz und Hautirritationen sind Spätfolgen der blockierten natürlichen Funktion der Poren. Das weiß jeder, der auf Naturkosmetik umsteigt. Kommt die Selbstreinigung wieder in Gang, sorgt das eine Weile für Pickel, bevor die Haut wieder schön wird.

BAOBABÖL AUS DEM SENEGAL

Statt drei Produkte für die Slugging-Prozedur zu verwenden – Reinigungs lotion, Feuchtigkeitscreme und Vaseline – reicht ein einziges: *Baobaböl*! Es sollte auf mechanischem Weg ohne jegliche Zusätze kaltgepresst werden. Dazu sind viele Baobabsamen und eine ungewöhnlich leistungsfähige Presse nötig, um wenig Öl daraus zu gewinnen. In Afrika war *Baobaböl* deshalb immer ein begehrtes, aber nicht alltägliches Kosmetikum und ein wertvolles Heilmittel, etwa bei Verbrennungen und anderen Hautschäden. Am wertvollsten ist reines, unverdünntes, ungefiltertes *Baobaböl*, das neben dem hohen Anteil an Linolsäure, mittelkettigen Fettsäuren und Palmitinsäure auch noch sämtliche Schwebstoffe enthält, die sonst durch Filterung verloren gehen – darunter Phytosterine (antioxidative sekundäre Pflanzenstoffe) und eine Gruppe von nährenden, naturbelassenen Tocopherolen (Vitamin E).

VIELSEITIG ANWENDBAR

Nach dem Rasieren beruhigt es die Haut. Auf einem Wattepad bewährt es sich als Reinigungöl. Es beugt Altersflecken, Sonnenflecken und Dehnungstreifen vor und reduziert sie. *Baobaböl* kann als Massageöl verwendet werden, als Tag- und Nachtpflege von Kopf bis Fuß. Auf die noch feuchte Haut nach der Dusche aufgebracht, zieht das Öl besonders schnell ein und ersetzt eine Feuchtigkeitslotion. Ein Esslöffel *Baobaböl*, gestreckt mit zwei Esslöffel Olivenöl, dient mit Kristallzucker vermischt als Peeling. Wer zu trockener Haut neigt, sollte niemals ohne ein, zwei Esslöffel Öl im Badewasser baden. Das Öl bildet an der Wasseroberfläche einen Film. Setzt man sich in die Wanne, wird die gesamte Hautoberfläche mit dem Öl dünn benetzt und kann in der Wärme gut eindringen.

VON AKNE BIS VERBRENNUNG

Seine therapeutischen Wirkungen sollten

nicht unerwähnt bleiben. *Baobaböl* beschleunigt den Heilprozess bei Akne, Schuppenflechte, Sonnenschäden und Hautentzündungen. Brandwunden klingen mitunter sogar ohne Narbenbildung ab – in der afrikanischen Volksmedizin ist das seit ewigen Zeiten bekannt.

BESTRAHLUNG OHNE NEBENWIRKUNG

Baobaböl wird zur Vor- und zur Nachbehandlung von Hautschäden durch Strahlentherapie angewandt. Anwender berichten von keinerlei Verbrennungen, wenn vorher *Baobaböl* aufgetragen wurde.

Die beste Qualität Baobaböl ist ohne Zusätze kaltgepresst und ungefiltert.

BEI TROCKENER SCHLEIMHAUT

Es regeneriert die Mund- und Vaginalschleimhaut bei Infektionen mit dem Candida-Pilz. Bei Scheidentrockenheit ist *Baobaböl* ebenso hilfreich und weit besser geeignet als handelsübliche Gels, die langfristig austrocknend wirken. Die Anwendung (2-3 ml) vor dem Schlafengehen mittels (nadelloser) Spritze vaginal im Liegen ist einfach. Der Körper saugt das Öl auf. Nach etwa vier Tagen kann man die Dosis reduzieren. Das Öl wirkt ebenso gut bei und vorbeugend gegen Schnupfen und trockener Nasenschleimhaut. In ein Pipettenfläschchen umfüllen, zwei, drei Tropfen täglich in die Nase träufeln.

FÜR SCHÖNE NÄGEL UND ALS HAARMASKE

Baobaböl kann auch als Nagelöl verwendet werden und als Haaröl gegen Schuppen und trockene Kopfhaut. Trockenes, strapaziertes, geschädigtes Haar wird leicht aufgehellt, wieder geschmeidig und glänzend, erhält Feuchtigkeit und hat mehr Elastizität. Am besten vor der Haarwäsche wenige Tropfen in den Händen verreiben und in die Haare streichen, gut durchkämmen, mindestens 15 Minuten, besser noch eine Stunde einwirken lassen und anschließend das Haar mit mildem Naturshampoo zweimal waschen.

ZUR PFLEGE VON MUNDSCHLEIMHAUT UND ZÄHNEN

Baobaböl in etwas Wasser ist bei schmerzhaften Zahnfleisch- und Mundschleimhautentzündungen (Aphten) als Mundspülung

geeignet oder zum "Ölziehen". Schlucken sollte man es jedoch nicht. *Baobaböl* ist kein Speiseöl und wurde in seiner Heimat Afrika auch nie als solches verwendet.

NIEDRIGER PREIS TROTZ HOHER QUALITÄT

In den INCI-Listen von teuren Markencremes taucht *Baobaböl* immer wieder einmal auf. Doch je weiter hinten in der Liste es steht, desto geringer ist die verwendete Menge. Ungefiltert bekommt man es darin gar nicht, wahrscheinlich wurden bei der Pressung auch Zusätze verwendet, um die Ausbeute zu erhöhen. Ein Heilöl ist es wahrscheinlich nur ohne vorhergehende Filterung. Damit auch wirklich alle natürlichen Inhaltsstoffe uneingeschränkt zur Verfügung stehen, sollte man deshalb auf ungefilterte, ohne Zusätze kaltgepresste Bio-Qualität achten.

LANGE HALTBAR

Das Öl hält sehr lange, meist länger als zwei Jahre. In den Kühlschrank oder die winterliche Kälte will es allerdings ganz und gar nicht. Darum bekommt es bei Minusgraden auch leicht Schlieren, die allerdings nicht qualitätsmindernd sind.

> SO WIRKT NATUR-BELASSENES BAOBABÖL

Wenn man den Nutzen von *Baobaböl* mit denen von Cremes vergleicht, dann spricht viel für das auch noch günstigere All-in-One Öl:

- Ist für alle Hauttypen geeignet
- Bremst den Wasserverlust der Hautzellen
- Schützt die Haut vor äußeren Einflüssen
- Verlangsamt die Hautalterung, erhält die Zellmembranen
- Nährt und glättet, auch trockene und reife Haut
- Schützt und restrukturiert die Haut
- Ist tagsüber anwendbar, da es nicht stark glänzt
- Stellt die Hautbarriere wieder her
- Verstopft die Poren nicht, stört die Selbstreinigung nicht, dient sogar als Reinigungslotion
- Ist bei Hautunreinheiten geeignet und nicht komedogen (bildet keine Mitesser)
- Hemmt Entzündungen und lässt sie schneller abheilen
- Schützt vor und pflegt nach der Sonne und bei Strahlentherapie
- Beruhigt, heilt und wirkt antiallergen, reduziert Verbrennungen, Rötungen und Juckreiz
- Regeneriert und befeuchtet die Schleimhäute, wirkt gegen Candida-Pilze
- Pflegt Haare, Kopfhaut und Nägel
- Ist lange haltbar – mind. zwei Jahre ungekühlt!