

Leseprobe

KLARE STIMME

Nicht nur Sängerinnen wie Myria Poffet alias «Chantemoiselle» kennen das Problem: Die Stimme ist heiser, der Hals schmerzt. Welche Tipps den Profis helfen.



27

RISIKEN MINIMIEREN

Mithilfe eines überarbeiteten Heilmittelgesetzes alle Gefahren bannen. Ist das überhaupt möglich?



52

GESUND WOHNEN

Im Winter das ideale Raumklima herzustellen, ist gar nicht so einfach. Welche Faktoren es zu beachten gilt.



40

ONLINE – RUND UM DIE UHR

Wer ohne sein Laptop nicht ins Bett geht und keine Minute offline ist, hat meist ein ernst zu nehmendes Problem. Das Suchtpotenzial nach neuen Medien steigt.



34



08

INHALT

- 03 EDITORIAL/IMPRESSUM
- 06 KURZ UND GUT
- 08 PFLANZENEXTRAKTE AUS ALLER WELT
exotische Wirkstoffe finden den Weg in unsere Cremes.
- 13 BOOKLET: «AUGEN»
- 16 MEDIENTIPPS
- 17 SCHLECHTE DURCHBLUTUNG
Heisse tricks gegen kalte Füsse.
- 19 GESUNDHEITS-AGENDA
- 20 WINTERSPASS
sport in der kalten Jahreszeit muss nicht riskant sein.
- 26 FRAUENSACHE
- 27 BEFREIT DEN HALS
Wie eine sängerin Halsschmerzen in den griff kriegt
- 30 GESCHENKRATGEBER
- 33 DER BASLER WEIHNACHTSMANN
Johann Wanner verrät die Weihnachtsschmuck-trends.
- 34 NICHT OHNE MEINEN LAPTOP
- 37 MMM – MIGROS MÖCHTE MEDIKAMENTE
grossverteiler möchten Medikamente im r egal.
- 39 KREUZWORTRÄTSEL
- 40 GESUNDE LUFT
- 43 WEIHNACHTSKRIMI
schweizer Autor Ulrich Knellwolf präsentiert eine Weihnachtsgeschichte mal ganz anders.
- 44 PRODUKTE AUS DER DROGERIE
- 46 DU HAST DIE HAARE SCHÖN
Festliche Hochsteckfrisuren zum Ausprobieren.
- 48 HAUT IM WINTER
Auch die gesichtshaut braucht im Winter ein Kleid.
- 51 KURZ UND GUT
- 52 HEILMITTELGESETZ
Wirkstoffe sollen aus den drogerien verschwinden.
- 54 VORSCHAU
drogistens tern Januar/Februar 2011

VOM DSCHUNDEL IN DIE TUBE

Die Inhaltsstoffe von Kosmetikprodukten werden immer ausgefallener. Forscher durchsuchen Wüsten, Gletscher und Dschungel nach immer wirkungsvolleren Substanzen.

PHYTOKOSMETIK

Es grünt in Tuben und Tiegeln

Leseprobe

Früher gab es frisches Grün in der Kosmetik nur als neue Lidschattenfarbe. Inzwischen haben Forscher und Wissenschaftler wertvolle Wirkstoffe in Pflanzen entdeckt – und die Kosmetikindustrie weiss diese wirkungsvoll einzusetzen.

Französisch-Guayana ist sozusagen der europäische Aussenposten in Südamerika. Ein zusammenhängendes Stück Regenwald bedeckt rund neunzig Prozent des kleinen Landes, sodass man beim Anflug auf die Hauptstadt Cayenne den Eindruck hat, auf einem gigantischen Broccoli zu landen. Jeder Baum sieht von oben betrachtet aus wie ein Röschen, und die stehen so dicht aneinandergedrängt, dass an vielen Stellen nicht einmal ein Prozent des Sonnenlichts den Boden erreicht. In diesem Dickicht hat der Ethnobotaniker Bruno Bordenave vor Jahren seine Diplomarbeit über wirkstoffaktive Pflanzen recherchiert, danach engagierte sich der Franzose für die Erhaltung des Regenwaldes. Er erklärte Goldsuchern, wie Bodenschätze geborgen werden können, ohne mit Quecksilber die komplette Infrastruktur des Waldes auszulöschen. Vor einigen Jahren kam dann jener Anruf, der Bordenave auf den Pfad der Schönheit führte: Die Firma Clarins fragte, ob er mal nach Pflanzen schauen könne, die sich segensreich auf die Haut auswirken könnten. Bruno Bordenave wollte und wurde fündig.

Auf Expedition für Naturkosmetik

Er entdeckte zum Beispiel den Bocoa-Baum. Aus der Rinde und den Blättern des Baumes lässt sich ein Stoff gewinnen, der für glänzendes Haar sorgt. Bordenave fand auf seinen Streifzügen durch den Regenwald heraus, dass die Einheimischen aus den Blättern und der Rinde des Bocoa-Baumes einen Sud bereiten, den sie für die Pflege von Haut und Haar nutzen. Er schickte diese Information mitsamt den Pflanzenproben nach Paris, in die Labors des französischen Unter-

Quo vAdis?

Die fünf Gründungsmitglieder und Labelgeber des «Cosmos»-Standards, der deutsche BDIH, die französischen Cosmebio und Ecocert, der italienische ICEA sowie die britische Soil Association, haben vor Kurzem die Non-Profit-Dachorganisation Cosmos-Standard AISBL gegründet. Zuvor wurden die verabschiedeten Richtlinien veröffentlicht. Damit wurde ein wichtiger Schritt zur europäischen Harmonisierung vollzogen. Nun soll die Internationalisierung dieser Richtlinien weiter vorangetrieben werden. Der zweite wichtige internationale Standard «NaTrue» macht die drei Stufen – Naturkosmetik, Naturkosmetik mit Bioanteil und Biokosmetik – in seinem Siegel nicht mehr sichtbar, die entsprechenden Sterne sind abgeschafft. In den Richtlinien und der Zertifizierung wird die Dreistufigkeit beibehalten. Gleichzeitig geht NaTrue neue Wege in der Kommunikation und macht sich fit für die Zukunft: Präsenz auf Twitter und Facebook soll den Dialog mit den Verbrauchern stärken, über den Quick-Response-Code können umfassende Produktinformationen auf das Mobiltelefon abgerufen werden.

Neu entdeckte Pflanzen sorgen in Pflegecremen für das Gleichgewicht unserer Haut.