



Pflanzliches Heilmittel in der Dermatologie

# Hamamelis zur Pflege der älter werdenden Haut

Wenn wir von Hautalterung sprechen, denken wir als Erstes an die Falten in unserem Gesicht. Doch sind sie gewiss das geringere Übel, wenn unsere Körperhülle mit den Jahren zunehmend trocken, rissig und schuppig wird und ausserdem quälend juckt. Reife Haut stellt hohe Anforderungen an die tägliche Pflege. Nebst rückfettenden Substanzen sind Mittel gefragt, welche die Haut beruhigen und ihre natürliche Barrierefunktion stärken. Ob die Natur so etwas zu bieten hat? *Dr. pharm. Chantal Schlatter, Apothekerin*

Die schlechte Nachricht vorneweg: Die Hautalterung beginnt bereits im Alter von 30 Jahren! Sie wird durch unsere Gene gesteuert und durch Umweltfaktoren verstärkt. Die gute Nachricht ist, dass wir diese äusseren Faktoren beeinflussen und den Alterungsprozess verlangsamen können. Dazu gehört ein guter Sonnenschutz das ganze Jahr hindurch, der Verzicht aufs Rauchen, Antioxidantien aus frischen Lebensmitteln zum Schutz vor freien Radikalen und eine individuell angepasste Pflege. Denn mit den Jahren ändern sich auch die Bedürfnisse unserer Haut.

## Dünnere, trockenere, anfälliger

Mit zunehmendem Alter werden alle Schichten der Haut dünner, das Bindegewebe verliert seine Fähigkeit, Wasser zu speichern und die elastischen Fasern gehen verloren. Es werden weniger neue Zellen gebildet, so dass die äusseren länger an der Front verharren und schädigenden Umwelteinflüssen ausgesetzt sind, bevor sie abgelöst werden.

Das bleibt nicht ohne Folgen. Und als wäre das nicht schon genug, wird auch weniger Talg und Schweiß gebildet, der zumindest für die Geschmeidigkeit und den Säureschutzmantel der Haut höchst willkommen ist. Kurz gesagt: Die Haut wird dünn, trocken, rissig, anfällig für Infektionen und sie juckt. Sie braucht ganz offensichtlich Hilfe.

## Reichhaltige Basis ...

Helfen tut der Haut vor allem regelmässige und konsequente Pflege. Das ist schon die halbe Miete. Die Basispflege der reifen Haut sollte besonders reichhaltig sein, das heisst neben Stoffen, welche die Haut mit Feuchtigkeit versorgen, auch eine gute Portion Fett enthalten. Je reifer die Haut ist, desto mehr Fett braucht sie. Ganz besonders jetzt im Winter, wenn sie durch Kälte und trockene Heizungsluft zusätzlich belastet wird.

## ... und ein Hauch von Magie

Die Heilpflanze *Hamamelis virginiana*, oder Zaubernuss auf Deutsch, wird seit Jahrhun-

erten von den Indianern Nordamerikas zur Behandlung von Hautverletzungen und Hautkrankheiten verwendet. Das alte, überlieferte Heilwissen um die Kräfte des märchenhaften Strauches ist nun auch zu uns gelangt und wird in der modernen Dermatologie genutzt. Rinde und Blätter der Heilpflanze enthalten Pflanzenstoffe, welche entzündungshemmend, adstringierend (zusammenziehend) und antioxidativ wirken. Und genau das macht den Zauber von Hamamelis bei der Pflege der Altershaut aus: In Kombination mit einer feuchtigkeits- und fettspendenden Grundlage kann Hamamelis Entzündungen lindern, Juckreiz stillen, kleine Blutungen stoppen, Infektionen abwehren und die durch freie Radikale verursachte Hautalterung verlangsamen. Wobei nicht «faltenfrei», sondern «beschwerdefrei» das Ziel sein kann. Und dann fühlt es sich fast genauso gut an wie damals mit 30 Jahren ...

## Zaubernuss

(*Hamamelis virginiana*)

Die Zaubernuss stammt aus dem Osten Nordamerikas, wo sie seit jeher von den Indianern als Heilpflanze genutzt worden ist. Die Cherokee setzten Blätter und Rinde des Strauches sowohl innerlich als auch äusserlich zur Stillung von Blutungen, zur Bekämpfung von Entzündungen und zur Behandlung von Wunden ein. Im 18. Jahrhundert wird die Zaubernuss nach Europa gebracht, wo sie seither zusammen mit anderen Hamamelisarten als Zierpflanze dient. Sie mag Sonnenlicht und blüht im Winter. In ihrer Erscheinung gleicht sie dem einheimischen Haselnussstrauch, ist aber nur eine entfernte Verwandte. Ihre Nüsse sind ungeniessbar, die Samen werden wie von Hexenhand mit einem lauten Krachen mehrere Meter weit aus der Schale geschleudert.



## «Die Kunden sind positiv überrascht»



**Karin Fünfschilling**  
Apothekerin und Naturärztin TopPharm Sonnen-Apotheke & Drogerie und medinform Hautapotheke in Niederglatt über den Einsatz von Hamamelis

### Frau Fünfschilling, welche Wirkungen hat Hamamelis?

**Karin Fünfschilling:** Die Wirkungen von Hamamelis sind vielfältig. Die Pflanze wirkt entzündungshemmend, juckreizstillend und antiviral. Ausserdem wirkt sie adstringierend, d. h. zusammenziehend, und lokal blutstillend. Dadurch werden Infektionen abgewehrt, die Wundheilung gefördert, die Barrierefunktion der Haut gestärkt und Juckreiz gestillt.

### Wann empfehlen Sie Hamamelis?

Hamamelis eignet sich sehr gut sowohl für die tägliche Pflege von gesunder Haut wie auch zur Pflege von erkrankter oder

geschädigter Haut. Hamamelis beruhigt trockene, rissige und/oder juckende Haut im Alter, bei chronischen Ekzemen oder anderen Hautausschlägen wie Neurodermitis. Hamamelis lässt sich gut mit einer Kortisontherapie kombinieren, dadurch lässt sich der Einsatz von Kortison reduzieren. Bei Hämorrhoiden nimmt Hamamelis den Juckreiz, zieht Haut und Blutgefässe zusammen und macht sie stark.

### Wie fallen die Reaktionen der Kunden aus?

Die Kunden schätzen vor allem, dass sie ihre Haut mit einem pflanzlichen Mittel pflegen und stärken können. Sie sind oft positiv überrascht von der guten Wirkung.

### Wo liegen die grössten Vorteile?

Die entzündungshemmende Wirkung von Hamamelis ist vergleichbar mit derjenigen eines leichten Kortisons, hat aber keine oder kaum Nebenwirkungen. Hamamelis-Produkte sind gut verträglich.

### Können Hamamelis-Produkte auch bei Kindern eingesetzt werden?

Ja, Produkte aus Hamamelis eignen sich auch gut für Kinderhaut.

## Trockene, juckende, gerötete Haut?

**Hametum<sup>®</sup>**  
LipoLotion

- pflegt Ihre Haut intensiv
- wirkt reizmildernd und beruhigend
- ohne Paraffine, ohne Parabene
- dermatologisch getestet

Erhältlich in Ihrer Apotheke oder Drogerie.



Schwabe Pharma AG  
Erlstrasse 2  
6403 Küsnacht am Rigi  
www.schwabepharma.ch