

Kosmetik selbst gemacht

Avocado-Packung

Nährend und belebend für trockene, spröde und empfindliche Haut.

- 1 halbe reife, weiche Avocado
- 1 halbes Eigelb
- einige Tropfen Zitronensaft

Die Zutaten zu einer Paste verrühren und mit einem Pinsel auf Gesicht und Hals auftragen, dabei die Augenpartie aussparen. Nach 15 bis 20 Minuten mit warmen Wasser abspülen.

Eigelb-Maske

Nährend und glättend. Gut für empfindliche und trockene Haut.

- 1 Eigelb
- 1 Teelöffel Honig
- ein Schuss Olivenöl oder Jojobaöl

Die Zutaten zu einer Paste verrühren und mit einem Pinsel auf Gesicht und Hals auftragen, dabei die Augenpartie aussparen. Nach 15 bis 20 Minuten Einwirkzeit mit warmen Wasser abspülen.

Avocado-Creme

Pflegend, feuchtigkeitsspendend und beruhigend für trockene, empfindliche Haut.

- 3 g Bienenwachs
- 5 g Kakaobutter
- 10 g Lanolin
- 30 g Avocadoöl
- 40 g destilliertes Wasser
- 2 Tropfen Rosenöl oder Geraniumöl

Bienenwachs, Kakaobutter, Lanolin vorsichtig im Wasserbad schmelzen lassen, dann das Avocadoöl hinzufügen. Das destillierte Wasser auf ca. 60 °C erwärmen. Unter Rühren (evtl. Handrührgerät, kleinste Stufe) wird das Wasser vorsichtig in die Fettschmelze eingearbeitet. Etwas abkühlen lassen und mit dem Aromaöl parfümieren. In Cremetöpfchen abfüllen.

Das Avocadoöl ist vitaminreich und enthält Glyceride der Öl-, Linol- und Linolensäure. Es versorgt die trockene schuppige Haut mit Feuchtigkeit und schützt sie.

Weizenkeim-Nachtcreme

Pflegend, schützend und feuchtigkeitsspendend für trockene, strapazierte Haut.

5 g Wachs
5 g Kakaobutter
10 g Lanolin
2 g Wollwachsalkohole
40 g Weizenkeimöl
40 g Rosenwasser oder destilliertes Wasser
2 Tropfen Rosenöl oder Lavendelöl je nach Vorliebe

Wachs, Kakaobutter, Lanolin und Wollwachsalkohole im Wasserbad schmelzen. Das Weizenkeimöl hinzufügen und alles auf 60 °C erwärmen. Das Rosenwasser oder destilliertes Wasser in einem Topf auf 60 °C erwärmen. Mit einem Handrührgerät (kleinste Stufe) das Wasser in die Fettschmelze einrühren, mit Rosen- oder Lavendelöl parfümieren. Nach dem Abkühlen in Dosen abfüllen. Kühl aufbewahren.

Diese fettreiche Nachtcreme ist geeignet für trockene, strapazierte Haut. Auch für normale Haut als Pflegekur im Winter geeignet.

Handcreme

Schützt und pflegt strapazierte, gerötete Hände.

70 g Vaseline
15 g Kakaobutter
10 g Lanolinanhydrid
5 Tropfen Aromaöl (z. B. Zitrone, Orange, Lavendel, Melisse)

Vaseline in einem Topf im Wasserbad schmelzen, Kakaobutter und Lanolin zugeben und auf 70 °C erhitzen. Mit dem Handrührgerät verrühren, die abgekühlte Masse parfümieren und kalt rühren. In Cremedosen abfüllen. Kühl lagern.

Gut gegen rissige Hände ist eine **Lanolin-Zinksalbe** (zwei Teile Lanolin, ein Teil Zinksalbe oder Zinköl), die man über Nacht auf die Haut einwirken lässt. Damit die Wäsche dabei nicht verschmutzt wird, sollten Sie weiche Woll-Handschuhe tragen.