

Nur jede dritte Bodylotion hilft bei trockener Haut

Die schlechtesten Cremes gehören auch zu den teuersten

Reichhaltig, intensiv, lang anhaltend: So bewerben Hersteller ihre Körperlotionen für trockene Haut. Der Test zeigt aber: Nur wenige Produkte befeuchten die Haut ausreichend.

Mit einer guten Körpercreme ist trockene Haut 24 Stunden nach dem Auftragen bis zu 30 Prozent feuchter als unbehandelte Haut. Bei den meisten Produkten im K-Tipp-Test war dies allerdings nicht der Fall: Sie befeuchteten die Haut nach einem Tag nicht einmal mehr zu 10 Prozent.

Ein spezialisiertes Labor untersuchte für den K-Tipp 15 Körpercremes. Die Experten prüften an 20 Probanden, wie gut die Lotionen die Haut nach 2, 6 und 24 Stunden befeuchteten. Zudem testete das Labor die Produkte auf Hautverträglichkeit und kritische Duftstoffe (siehe «So wurde getestet», Seite 20).

Riesige Unterschiede bei den Preisen

Die Preise der Produkte sind höchst unterschiedlich: 100 Milliliter kosteten zwischen 48 Rappen (Cien von Lidl, Ombia von Aldi) und rund 10 Franken (Bepanthol, Eucerin).

Ergebnis: Testsieger ist die «Urea Repair Plus Lotion» von Eucerin. Sie befeuchtet die Haut sehr gut und enthält keine allergenen Duftstoffe. Bei der Befeuchtung schnitt die «Körpermilch Nachtkerze» von Kneipp am besten ab. Nach

zwei Stunden massen die Experten eine durchschnittliche Hautbefeuchtung von 78 Prozent. Das bedeutet: Mit dem Produkt behandelte Hautstellen waren nach zwei Stunden im Durchschnitt 78 Prozent feuchter als unbehandelte Stellen. Nach sechs Stunden betrug der Unterschied noch 60, nach 24 Stunden 30 Prozent. Eine sehr gute Teilnote bei der Befeuch-

tung erzielte auch die Dove-Lotion. 5 der 15 Produkte dagegen befeuchteten die Haut nur ungenügend: Nature Box, Le Petit Marseillais, Bepanthol, Weleda, Rausch. Nach zwei Stunden waren mit den Cremes behandelte Hautstellen höchstens 30 Prozent feuchter als unbehandelte Stellen, nach 24 Stunden höchstens 5 Prozent.

Ärgerlich: Die drei letztplatzierten Artikel gehören zu den teuersten im Test. 100 Milliliter der Cremes von Bepanthol, Weleda und Rausch kosten zwischen Fr. 7.48 und Fr. 9.98. Zum

Tierversuche für Kosmetika sind in der Schweiz verboten

Die Schweiz verbietet seit 2017 Tierversuche mit kosmetischen Produkten und ihren Bestandteilen, um deren Wirkung zu prüfen.

Auch der Import und Verkauf solcher Artikel ist verboten. Allerdings ist es möglich, dass in Kosmetika enthaltene Substanzen unter dem Schweizer Chemikalienrecht für die Verwendung als Chemikalien an Tieren getestet wurden. Laut Bundesamt für Veterinärwesen gab es in der Schweiz 2011 zum letzten Mal einen Tierversuch für kosmetische

Produkte. Eine neue, UV-abweisende Substanz in Sonnenschutzmitteln wurde an 19 Ratten getestet.

In der Schweiz sind Tierversuche nur zulässig, wenn sie dem Erhalt der Gesundheit und dem Schutz des Lebens dienen. Im Jahr 2017 wurden rund 614 600 Tiere bei solchen Tierversuchen eingesetzt. Am häufigsten betroffen waren Mäuse, Ratten, Vögel und Fische. Etwa 17 000 Tiere wurden «schwer belastet». Sie mussten während längerer Zeit mittlere bis starke Schmerzen, aber auch Angst ertragen.



Duschen trocknet die Haut aus: Das Eincremen mit einer Körperlotion gibt der Haut Feuchtigkeit zurück

Vergleich: Die «Nivea Body Lotion Repair & Care» mit der guten Gesamtnote 5,2 gibt es bereits für Fr. 1.50 pro 100 Milliliter.

Mit Bepanthol-Lotion gibt es Hautrötungen

Neun Bodylotions im Test enthielten insgesamt 18 heikle Duftstoffe. Allergiker riskieren Kontakt-ekzeme. Elf allergene Duftstoffe steckten alleine in der Creme «Rausch Body Lotion Sensitive Herbaderm». Sie enthielt auch den stark allergenen Duftstoff Cinnamyl Alcohol. Im Anwendungstest fiel die «Bepanthol Intensiv Körperlotion» negativ auf: Zwei Frauen mit sensibler Haut reagierten mit entzündlichen Rötungen. Dafür gab es eine ganze Note Abzug.

Weleda schreibt zum schlechten Abschneiden der «Sanddorn Reichhaltige Pflegelotion», die Creme solle vor allem die Hautbarriere stärken.

Migros und Lidl sagen trotz Testresultat, ihre Produkte würden die Haut optimal mit Feuchtigkeit versorgen. Rausch erklärt zur schlechten Gesamtnote von «Body Lotion Sensitive Herbaderm»: «Wir verwenden nur hochwertige und unbedenkliche Parfums.» Das gelte auch für Parfums mit Allergenen.

Der Pharma-Riese Bayer, Hersteller von Bepanthol, wollte sich zu den Ergebnissen nicht äussern. Beiersdorf, Hersteller von Nivea und Eucerin, hat auf die Anfrage von K-Tipp nicht reagiert.

Sabine Rindlisbacher

So wurde getestet

Das SGS Institut Fresenius in Wörgl (A) prüfte 15 Bodylotions für trockene und sehr trockene Haut.

● **Hautbefeuchtung:** Die Experten trugen die Cremes 20 Probanden (23- bis 63-jährig) auf der Innenseite der Unterarme

auf. Sie prüften den Feuchtigkeitsgehalt der Haut mit einem Messgerät (Corneometer) unmittelbar nach dem Auftragen sowie nach 2, 6 und 24 Stunden. Zum Vergleich mass das Labor bei allen Probanden den Feuchtigkeitsgehalt der Haut auch an einer unbehandelten Stelle.

● **Hautverträglichkeit:** 30 Probanden mit empfindlicher Haut trugen während 24 Stunden am Rücken ein Testpflaster mit dem jeweiligen Produkt. Anschliessend prüften Dermatologen die Hautstellen unmittelbar nach der Entfernung der Pflaster sowie erneut nach 24 und 48 Stunden.

● **Allergene Duftstoffe:** 26 Duftstoffe mit erhöhtem Allergiepotenzial müssen ab 10 mg/kg auf dem Behälter der Produkte deklariert sein. Der K-Tipp zog über 10 mg/kg pro schwach allergenem Duftstoff 0,2 Noten ab, für stark allergene Duftstoffe eine ganze Note.



Labortest: Hier werden die Inhaltsstoffe untersucht

SGS

Nur 6 von 15 Produkten spend



	Eucerin	Kneipp	Nivea	Garnier	Neutrogena	Dove
Bezeichnung	Urea Repair Plus Lotion	Körpermilch Nachtkerze + 10% Urea	Body Lotion Repair & Care 72 h	Body Intensive 7 Days	Deep Moisture Bodylotion	Derma Spa Kaschmir Gefühl
Inhalt in Millilitern	250	200	400	400	400	200
Eingekauft bei	Amavita Apotheke	Coop	Migros	Manor	Manor	Coop
Bezahlter Preis (in Fr.)	24.90	11.80	6.-	6.30	8.90	7.95
Preis pro 100 Milliliter (in Fr.)	9.96	5.90	1.50	1.58	2.23	3.98
Hautbefeuchtung	5,7	6	5,2	5,4	4,8	5,8
Hautbefeuchtung nach 6 Stunden	60% ¹	6	5,5	5,5	5	6
Hautbefeuchtung nach 24 Stunden	30% ¹	5	6	4,5	5	5,5
Hautbefeuchtung nach 2 Stunden	10% ¹	6	6	5,5	5,5	5,5
Abzüge						
Duftstoffe mit schwachem Allergiepotenzial ²	–	0,6	–	0,4	–	1,6
Duftstoffe mit hohem Allergiepotenzial ³	–	–	–	–	–	–
Reaktionen beim Hautverträglichkeitstest ⁴	–	–	–	–	–	–
Gesamtnote	5,7	5,4	5,2	5	4,8	4,2
Gesamturteil	Sehr gut	Gut	Gut	Gut	Gut	Genügend

Notenskala: 5,5 bis 6 = sehr gut 4,8 bis 5,4 = gut 4,0 bis 4,7 = genügend 2,5 bis 3,9 = ungenügend weniger als 2,5 = schlecht Bei gleicher Gesamtnote Rangierung nach Preis
¹ Gewichtung nach Teilnoten ² 0,2 Noten Abzug für schwach allergenen Duftstoff über 10 mg/kg ³ 1,0 Noten Abzug für stark allergenen Duftstoff über 10 mg/kg ⁴ 1,0 Noten Abzug für Hautirritation

«Zweimal täglich duschen ist zu viel»



Interview mit Thomas Kündig, Leiter der Dermatologischen Poliklinik, Unispital Zürich

Wie oft behandeln Sie Patienten, die Beschwerden wegen ihrer trockenen Haut haben?

Sehr oft. Patienten mit trockener Haut und dadurch bedingten Ekzemen sind das tägliche Brot jedes Dermatologen.

Weshalb leiden viele Leute unter trockener Haut?

Viele Leute duschen zweimal täglich. Für die Haut ist das jedoch zu viel. Durch den Gebrauch von Duschmitteln – selbst solche mit hautneutralem pH-Wert – wird die Haut zu stark entfettet und so ihre Schutzbarriere gestört. So «verdunstet» zu viel Wasser, die Haut trocknet aus. Das verlorene Fett muss man der Haut zurückgeben, beispielsweise mit Bodylotions. Mit zunehmendem Alter sinkt zudem der Hormonspiegel, die Talgproduktion nimmt ab – und die Haut wird noch trockener.

Welche Körperstellen sind besonders gefährdet?

Vor allem die Arme und Beine. Sie produzieren weniger Talg als andere Hautareale. Aber auch Körperstellen mit hoher Talgproduktion wie das Gesicht und die Achselhöhlen können durch übermässiges Waschen austrocknen. Besonders betroffen sind auch die Hände, vor allem wenn man sie oft wäscht. Auch Handwerker, die ihre stark verschmutzten Hände intensiv waschen müssen, oder Coiffeure, die ständig Kontakt mit Shampoos haben, leiden unter ausgetrockneten Händen.

Wie kann man sich vor trockener Haut schützen?

Man darf die Haut nicht zu stark entfetten. Man sollte daher möglichst wenig und kurz duschen und nur hautfreundliche Duschmittel verwenden, pH-neutral – 5 oder 5,5 – und rückfettend – also «Cremeseifen». Auch nach dem Duschen ist eine «Rückfettung» empfehlenswert, etwa mit einer Bodylotion.

Welche Risiken gibt es bei trockener Haut?

Eine starke Störung der Hautbarriere führt zu Schäden und Stress in den obersten Hautschichten, zum Eindringen von Hautbak-

terien und schliesslich zu einer sichtbaren Entzündung. Solche Ekzeme jucken, bei stärkerer Ausprägung röten sie sich und schuppen. Frauen cremen sich nach dem Duschen meist gut ein. Männer verwenden Lotionen eher ungern. Darum ist das Problem bei Männern ausgeprägter.

Wie kann man den Feuchtigkeitsgrad der Haut erhöhen?

Besonders gut sind Lotionen, die Urea enthalten – das ist Harnstoff. Mit Urea kann die Haut Feuchtigkeit besser binden. Ähnlich gut ist Milchsäure.

Sabine Rindlisbacher

en viel Feuchtigkeit



Nature Box	Le Petit Marseillais	I am	Cien	Ombia	Fenjal	Bepanthol	Weleda	Rausch
Body Lotion Avocado	Lait Soins Hydratant Nutrition	Triple Oil Body Lotion	Nourishing Body Lotion 24 h Care Complex	Bodymilk 24 h Langzeitfeuchtigkeit	Intensive Body Milk	Intensiv Körperlotion	Sanddorn Reichhaltige Pflegelotion	Body Lotion Sensitive Herbaderm
385	250	250	500	500	400	200	200	200
Coop	Coop	Migros	Lidl	Aldi	Coop	Coop	Coop	Coop
7.95	6.30	4.40	2.39	2.39	7.95	19.95	17.50	14.95
2.06	2.52	1.76	-.48	-.48	1.99	9.98	8.75	7.48
3,9	3,9	4,4	4,4	4,4	4,4	3,9	3,9	3,4
4	4	4,5	4,5	4,5	4,5	4	4	3,5
3,5	3,5	4	4	4	4	3,5	3,5	3
4	4,5	5	5	4,5	4,5	4	4	4
–	–	0,8	1,2	1,2	1,2	–	1,6	2
–	–	–	–	–	–	–	–	1
–	–	–	–	–	–	1	–	–
3,9	3,9	3,6	3,2	3,2	3,2	2,9	2,3	1
Ungenügend	Ungenügend	Ungenügend	Ungenügend	Ungenügend	Ungenügend	Ungenügend	Schlecht	Schlecht

en durch Prüfprodukt während des Hautverträglichkeitstests