

Sanfter Klassiker

MANDELKOSMETIK FÜR SENSIBELCHEN – Beim Stichwort Mandeln denken viele sofort an die berühmte Mandelblüte auf Mallorca. Doch wussten Sie, dass der Frühlingsbote auch hierzulande heimisch ist und hervorragende Pflegeeigenschaften besitzt? Hier finden Sie Zusatzinfos zum Beitrag „Mandelkosmetik“ aus BEAUTY FORUM 3/2016, Seite 118 ff

Pflanzen schenken uns wunderbare Wirkstoffe für Kosmetik, Medizin und Ernährung. Sie sind lebendige Naturlaboratorien. Eine sehr vielseitig verwendbare Pflanze ist der Mandelbaum (*prunus dulcis*). Fast alles an ihm ist für uns nutzbar, die Blüten, die Früchte, die Blätter, die Rinde. Für die Kosmetik sind vor allem Blüten und Früchte wichtig. Die positiven Pflegeeigenschaften ihrer Inhaltsstoffe sind besonders für sensible Häute hilfreich und schon seit über 4000 Jahren bekannt. Den Mandelbaum brachten die Römer zusammen mit den Weinreben in der Antike nach Germanien.

Eine der ersten weiß-rosa Frühlingsblütenräume schenkt uns der Mandelbaum, aber nicht nur auf Mallorca. Wir können die Blütenpracht auch an der deutschen Weinstrasse in der Pfalz bewundern.

Der ursprüngliche Mandelbaum (*prunus amygdalus*) stammt aus Zentralasien. Seit uralten Zeiten gibt es ihn in China und in Persien, er wurde schon dort als Nahrungsmittel und auch für Kosmetika genutzt. Erst im 5./6. Jahrhundert v. Chr. kam er durch die Griechen nach Europa, wo er bald im gesamten Mittelmeerraum und Nordafrika kultiviert wurde. Später dann wurde er durch die Ausbreitung des Imperium Romanum auch in Germanien eingeführt. Als Zierbaum gedeiht er auch im Norden Deutschlands, aber Früchte bringt er nur in wärmeren Gefilden. Der Mandelbaum gehört zur Familie der Rosengewächse (*rosaceae*). Es gibt drei Arten, die Süßmandeln, die Krachmandeln (auch süß) und die Bittermandeln. Für die Kosmetik relevant ist die süße Mandel. Ihr Öl für Kosmetika wird kalt gepresst.

Eines der ältesten, deutschen Mandelkosmetika kam vor 125 Jahren auf den Markt, die Seesand-Mandelkleie. Sie wurde vor allem für junge, empfindliche, seborrhoische Haut empfohlen und ist noch heute auf dem Markt. Sie ist als tägliches Reinigungsmittel, als Peelingpaste auch als Maske verwendbar.

Das Wissen um die positiven Wirkungen von Mandelöl und die Vielfalt der Nutzbarkeit von Mandeln ist uralte.

Im alten Ägypten z.B. aßen die Pharaonen Mandelbrot und die verführerische Königin Kleopatra salbte ihre Füße mit „Ägyptium“, einer Mandelöllotion mit Zimt, Honig und Orangenblütenextrakt um Marcus Antonius zu becirren. Im alten Griechenland empfahl der Arzt Hypokrates ein tägliches Bad mit Mandelöl, etwas Milch und ätherischen Blütenölen für die Gesundheit. Auch Hildegard von Bingen wusste das Mandelöl zu schätzen.

Um den Mandelbaum, seine Blüten und Früchte ranken sich viele Geschichten und Legenden. Er gilt seit alter Zeit als Symbol für Hoffnung, Wachsamkeit, Selbstschutz, auch für Fruchtbarkeit. Den alten Römern sei Dank, dass sie diesen Zauberbaum mit den Weinreben nach Germanien brachten. Übrigens ist Mandelkosmetik wunderbar kombinierbar mit Vino-Treatments.

Da Mandelprodukte durch ihre gesunde Wirkung auf den Organismus in der Nahrungsmittelindustrie (und nicht nur bei Naschwerk und Dessert) längst etabliert sind, lassen sich auch Wellnesssnacks und -drinks zum Mandel-Wellnesskonzept anbieten. In Frage kommen Mandel-Früchtemüsli, oder Obstsalat mit Mandelpüree und Mandel-Vanillemilch etc. Nach einem Mandel-Wellness-Nachmittag wird Ihre Kundin im 7. Himmel schweben.

Selfmade-Klassiker mit Mandeln

- Mandelcreme für sehr trockene Haut mit fein gemahlene Mandeln, Bienenwachs, Rosenwasser oder Mandelblütenhydrolat (sanft pflegend);
- Mandellotion mit Mandelöl, Rosenwasser und Mandelblütenextrakt (beruhigend und entspannend);
- Mandelgesichtsmaske mit 1 Handvoll

fein geriebenen Mandeln, 1 Eiweiß,
halbe, entsaftete Gurke,
Mandelblütenöl, etwas destilliertes
Wasser, (gegen fettige Seborrhoe),
oder alternativ halbe, zerdrückte
Avocado + 4L Mandelöl und etwas
Sahne;

- Anti-Aging-Massage-Öl mit 50ml
Mandelöl, 6Tro Wacholderöl, 12Tro
Lavendelöl, 7Tro Rosmarinöl;
- Reines Mandelöl für Babymassagen;
- Für die Handbäder bei der Maniküre:
angenehm warmes Wasser mit etwas
Sahne, 1EL Mandelöl und 1TL Honig.

Henny Ladwig

TIPPS AUS DER HAUSAPOTHEKE

- Tee aus Blättern, Rinde und Mandelschalen hilft bei Husten und Bronchitis,
- Blütenaufguss ist eine allgemeine Darmhilfe,
- Absud ist eine effektive Leberhilfe,
- Fuß- und Handbäder aus Blüten und Blättern in sehr warmem Wasser können Fieber senken,
- Ölpackungen helfen gegen Schuppen.

Autorin: Henny Ladwig

Wir wünschen viel Spaß beim Ausprobieren!>
Ihr BEAUTY FORUM-Team