

MADAME[®]

DEUTSCHLAND € 7
ÖSTERREICH € 7
SCHWEIZ SFR 11

MÄRZ 2021

67 LIEBLINGS- TEILE

IM GROSSEN
ACCESSOIRES
SPECIAL

Taschen, Schuhe,
Schmuckstücke,
die bleiben

NEUE ZIELE MIT GUTEM GEWISSEN GENIESSEN

Fashion,
Food Travel
& Wohnen

DAS LEBEN UMARMEN

Die wunderbare Isabella Rossellini zeigt uns ihr Paradies auf Erden



Weitere moderne Heldinnen
der Sustainability

4 190457 907000 03



4 POWER-PFLANZEN FÜR DIE HAUSAPOTHEKE

nebenwirkungsarm sind, dass der Gesetzgeber sie 2014 als nicht verschreibungspflichtig eingestuft hat. „Dass Patienten heute ein gut verträgliches pflanzliches Arzneimittel aus der eigenen Tasche bezahlen müssen, während die nebenwirkungsreichere chemische Variante erstattet wird, hält Michalsen für einen Skandal.“

Doch das ist nicht das einzige Problem der Phytopharmaka. Um vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte zugelassen zu werden, muss die Qualität, Wirksamkeit und Unbedenklichkeit eines Präparats durch klinische Studien belegt sein – und die kosten Millionen. Im Gegensatz zu synthetischen Medikamenten lässt sich mit pflanzlichen aber kaum Geld verdienen. Die Konsequenz? Statt in die Entwicklung sogenannter rationaler Phytopharmaka zu investieren, entscheiden sich viele Konzerne für

Mittel, die sie mit einem vereinfachten Registrierungsverfahren auf den Markt bringen können: „Traditionell angewendete Phytopharmaka“ müssen keinen Wirksamkeits-, nur einen Unbedenklichkeitsnachweis erbringen und dürfen – nicht selten unterdosiert – auch in Drogerien und Supermärkten vertrieben werden.

Während die Auswahl an pflanzlichen Medikamenten, die übrigens nicht mit homöopathischen Präparaten, Bachblütentherapeutika oder Nahrungsergänzungsmitteln zu verwechseln sind, überschaubar bleibt, sprießen Phytokosmetika wie Pilze aus dem Boden. Wenn es nach Prof. Dr. med. Urs Pohlman geht, ist das



KURKUMAPULVER ODER -EXTRAKT
Wirkt entzündlich und antiviral, boostet das Immunsystem und unterstützt die Hautgesundheit.

PFEFFERMINZÖL-KAPSELN
Helfen bei Bauchschmerzen, Blähungen und Völlegefühl. Als Öl auf die Schläfen getupft, kann Minze auch Spannungskopfschmerzen lindern.



EFEUBLATT-EXTRAKT
Löst festsitzenden Schleim aus den Bronchien, entkrampft sie und lindert Husten. Auch bei Asthma bewährt.

BALDRIANWURZEL-EXTRAKT Entspannt die Nerven, löst Ängste und erleichtert das Einschlafen in stressigen Zeiten.



erst der Anfang. Der A...
der von Ananné setzt s...
nerativen Hautpflege...
verschiedene Heilpfla...
zu, die man in gewöh...

kosmetik vergeblich sucht – darunter Madecassoside aus dem Indischen Wassernabel, Ingwerextrakte und arabisches Terebinth-Pistazienöl. „Dass synthetische Stoffe effektiver als natürliche sind, ist schlicht eine Mär der Neuzeit. Die Wirksamkeit zahlloser Pflanzen, die in anderen Medizinkulturen seit Jahrhunderten verwendet werden, ist detailliert dokumentiert.“

Auch Susanne Kaufmann, die als Naturkosmetik-Pionierin gilt und sich in ihren Produkten zum Beispiel die antibakteriellen Eigenschaften von Salbei und den entzündungshemmenden Effekt von Hamamelis zunutze macht, ist überzeugt, dass Pflanzenextrakte hochwirksam sind. „Damit sie über die Atemwege oder Haut dorthin gelangen können, wo sie ihre Wirkung entfalten, müssen

allerdings Qualität, Konzentration und Formulierung stimmen.“ Um nichts von ihren bioaktiven Eigenschaften einzubüßen, werden Pflanzen bei Susanne Kaufmann kalt gepresst und nur mit natürlichen Konservierungsstoffen haltbar gemacht.

Die Schlussfolgerung? Richtig dosiert und verantwortungsbewusst hergestellt, können Phytopharmaka und Phytokosmetika nicht nur Verblüffendes für unsere Haut und Gesundheit leisten, sondern auch für den Fortbestand von wertvollen Pflanzen. Und uns wäre nicht mehr zu helfen, wenn uns das nichts bedeuten würde ...

INA KÜPER-REINERMANN



1 Entspannende Pflege mit Johanniskraut: „Weihrauchlotion“ von Susanne Kaufmann, um 39 Euro 2 Nährt die Kopfhaut und stärkt die Haarspitzen mit der Kraft des Ginkgo: „Hair Serum“ von Royal Fern, um 69 Euro 3 Efeu sorgt für ein straffes, glattes Bindegewebe: „Firming Body Gel“ von Ligne St. Barth, um 40 Euro 4 Verbessert die Elastizität der Haut mit Hagebuttenkern-Öl: „Oleum Quietis Treatment Oil“ von Ananné, um 67 Euro 5 Pfefferminzöl verfeinert die Hautporen: „Astringent Tonic“ von Phyrus, um 21 Euro 6 Vitalisiert matte, strapazierte Haut mit Gelbwurz: „Turmeric & Cranberry Seed Energizing Radiance Masque“ von Kiehl's, um 41 Euro