



Trend Naturseifen

Eine saubere Sache

Die gute alte Seife. Duschgels haben sie aus dem Bad verdrängt. Doch nun feiert sie ihr Comeback: Hautfreundliche Naturseifen mit duftenden Kräutern und wertvollen Pflanzenölen sind begehrte Saubermacher.

VON ANGELA FÄSSLER

In der Seifenküche von Carmen Asgeirsson geht es ganz schön gefährlich zu und her. Bewaffnet mit Schutzbrille und Mundschutz steht die 41-Jährige an ihrem Arbeitsplatz und löst Natriumhydroxid in destilliertem Wasser auf, welches sich dabei stark erhitzt. «Ein Moment der Unaufmerksamkeit, ein winziger Spritzer der Lauge auf der Haut, und es entsteht sofort eine schmerzhafte Brandwunde», erklärt sie. «Auch dürfen die ätzenden Dämpfe nicht in die Lunge gelangen.» Zudem müssen Menge und Temperatur exakt stimmen, sonst wird nichts daraus.

SEIFENSIEDEN kann böse ins Auge gehen und ist alles andere als eine einfache Sache. Die Prozedur dauert rund zwei Stunden. Erst muss die heisse Lauge abkühlen. Asgeirsson erwärmt unterdessen verschiedene Pflanzenöle auf 40 Grad und leert die inzwischen kühle Lauge dazu. Rühren ist angesagt, bis die Masse so zähflüssig ist wie Pudding. Zuletzt mischt sie Kräuter und ätherische Öle darunter. Dann kommt das Ganze in eine spezielle Form und muss einen Tag lang ruhen. «In dieser Zeit verbindet sich die Lauge mit den Fettsäuren, und es entstehen die Seifenmoleküle», weiss die Expertin.

Sie hat sich das Seifensieden vor drei Jahren selbst beigebracht. Auslöser war die Hauterkrankung ihrer ältesten Tochter. Die

fünfjährige Eva leidet seit ihrer Geburt an Neurodermitis. «Medizinische Salben und Ölbäder halfen zwar, doch nach dem Waschen war ihre Haut jedes Mal extrem gerötet», erzählt die gelernte Pflegefachfrau und Spitex-Angestellte. Bei der Suche nach einer Lösung des Problems stiess sie im Internet auf Rezepte von Naturseifen. «Da erfuhr ich, dass Seifen nicht gleich Seifen sind.»

DOCH WAS IST ÜBERHAUPT SEIFE? Darunter versteht man wasserlösliche Natrium- oder Kalium-Salze der gesättigten und ungesättigten höheren Fettsäuren. Wegen der gleichzeitig im Molekül vorhandenen stark hydrophilen und lipophilen Gruppen sind Seifen nicht nur wasser-, sondern auch fettlöslich. Seifen mit einer festen Konsistenz sind Natriumseifen und werden als Kern- oder Natronseifen bezeichnet. Weiche Seifen sind Kaliumseifen und heissen Schmier- oder Kaliseifen. Seife senkt die Oberflächenspannung des Wassers und bildet Schaum.

Bei der Herstellung unterscheidet man zwischen dem Kalt- und dem Heissverfahren. Beim Kaltverfahren verseifen sich die Inhaltsstoffe zwischen 40 und 50 Grad, beim Heissverfahren bei über 75 Grad. Der Unterschied ist gravierend: Beim Kaltverfahren bleiben die Öle und Fette in der Seife als pflegende Substanzen erhalten. «Dadurch bleibt das gesamte Glycerin, das bei der Verseifung entsteht, im Produkt drin und dient als Feuchtigkeitsspender», erklärt Asgeirsson, die ihre Seifen nur im Kaltverfahren herstellt. Beim Heissverfahren mit Fettsäuren, dem billigeren industriellen Dampfverfahren, geht die Wirkung dieser kostbaren Substanzen verloren. Die Haut trocknet aus.

«Schonend hergestellte Seifen sind für alle Hauttypen geeignet und können täglich verwendet werden», sagt Dr. Roman Schmid, 53, Inhaber der Zürcher Bellevue-Apotheke. Ausserdem gilt: je weniger Inhaltsstoffe, desto besser für die Haut. Denn Konservierungsstoffe, Parfümessenzen und ätherische Öle können die Haut reizen. Die Beipackzettel von Seifenprodukten orientieren jedoch selten über das Herstellungsverfahren.



Waschritual.

Die fünfjährige Eva wäscht sich nur mit den Naturseifen ihrer Mutter. Die Neurodermitis ihrer Tochter war der Grund, weshalb Carmen Asgeirsson auf die Idee kam, selbst Seifen herzustellen.

«Mit einem kleinen Trick kann man selbst herausfinden, ob die Seife wirklich pflegend ist», weiss der Apotheker. «Schäumt sie wie Latte Macchiato, wurde sie zu heiss gekocht. Gute Seifen bilden nur einen feinen Schaum.» Mit Ausnahme der Glycerinseife: Sie schäumt stark, spendet aber trotzdem viel Feuchtigkeit. So wie die handgefertigten Naturseifen, die ohne Konservierungsstoffe und künstliche Zutaten auskommen. Für die empfindliche Haut gibt es sogar solche ohne ätherische Öle.

Übertriebene Erwartungen sind dennoch fehl am Platz. «Eine Seife kann eine Hautkrankheit nicht heilen», sagt der Zürcher Dermatologe Dr. René Rüdlinger, 57. «Nach meinen Erfahrungen reizen die traditionell hergestellten Pflanzenöl-Seifen die Haut weniger als moderne ph-neutrale Duschgels. Auch zu häufiges Duschen strapaziert die Haut.» Rüdlinger outet sich selbst als «Fan guter alter Stückseife». «Dass sie in Verruf gekommen ist, haben wir billigen Industrieseifen zu verdanken, die die Haut austrocknen», sinniert er.

Tatsache ist, dass die Seifenkultur, die um 1900 Glanzzeiten erlebte (siehe nächste Seite), Ende des 20. Jahrhunderts gänzlich

verschwand. Eines der wenigen Schweizer Traditionsunternehmen, die die Krise überlebt haben, gehört seit 1929 der Aargauer Familie Mettler. «Zuerst gerieten Seifen, die tierische Fette enthielten, wegen der BSE-Krise in Verruf», erinnert sich Christoph Mettler, 48.

Dann fiel die Seife dem technischen Fortschritt zum Opfer. «Sie wurde aus unserem Bad verbannt, weil Duschgels in der Wanne keine lästigen Ränder hinterlassen», so Mettler. «Dabei ist Seife ökologisch sinnvoller, sie baut sich einfacher ab als Gels.» Seit kurzem steigt die Nachfrage wieder. Die Firma Mettler im aargauischen Hornussen produziert jährlich mehrere Tausend Tonnen Luxus-, Natur-, Glycerin- und Medizinalseifen – vor allem fürs Ausland, aber auch für die Biolinie des Grossverteilers Coop.

CARMEN ASGEIRSSON KANN sich über das Interesse an ihren Naturseifen ebenfalls nicht beklagen. Aus ihrem Hobby ist ein kleines Unternehmen geworden. «Dabei wollte ich bloss etwas Gutes für meine Tochter tun», erinnert sie sich. Hunderte von Seifenstücken stapeln sich in Kartonschachteln im Vorratsschrank, 30 verschiedene Sorten. Sei-

Fotos: Pat Weitzel in, algi-images

fen mit reichhaltigem Avocadoöl, unbeduftete für empfindliche Haut mit Olivenöl oder Ziegenmilch, solche mit Kaffee gegen Zwiebelgerüche, Hanfö- und Meersalzseifen. Es riecht nach Zimt, Orange, Melisse, Mandeln, Lavendel, Rosen und Patchouli.

Die leidenschaftliche Seifenköchin verarbeitet einen Klotz «Liebesflamme», den sie am Vortag hergestellt hat, zu handlichen Stücken. «Seifen schneiden ist der schönste Moment für mich», schwärmt sie. Dann legt sie die Stücke auf ein Gitter, wo bereits Dutzende bunter Seifen liegen. Bis zu acht Wochen werden sie dort trocknen. Neben dem Herd stehen jedoch bereits die Zutaten für ihr nächstes Experiment. «Wenn man einmal angefangen hat, kann man nicht mehr aufhören», entschuldigt sie sich, «Seifensieden macht süchtig.»

GUT ZU WISSEN

Topinformationen über Seifen: www.naturseife.com
Schweiz. Kosmetik- und Waschmittelverband:
www.skw-ods.ch
Rezeptbuch für Hobby-Seifensieder: «Naturseife, das reine Vergnügen», Claudia Kasper, Freya-Verlag, Linz (A), Carmen Asgeirsson Natureseifen:
Tel. 062 875 07 01 oder www.naturseifen.ch
Mettler GmbH, Hornussen AG: www.mettler-ag.ch
Experten: PD Dr. René Rüdinger, www.causadermis.ch;
Dr. Roman Schmid, www.bellevue-apotheke.com

Highlight.
24 Stunden muss die verarbeitete Masse ruhen. Dann kommt ihr grosser Moment: Carmen Asgeirsson schneidet den Seifenblock in rund 18 Stücke.



Die Geschichte der Seife: Heilmittel, Haarfärbemittel und Hygieneartikel

Das erste Seifenrezept ist 4500 Jahre alt. Auf einer mesopotamischen Tonschieferplatte steht in Keilschrift: Man nehme einen Liter Öl und die fünfeinhalbfache Menge Pottasche von Tannzapfen oder Dattelpalmen und koche das Ganze. Pottasche ist die Lauge (Kaliumkarbonat), die entsteht, wenn man Pflanzenasche in einem grossen Pott auswäscht. Die Sumerer reinigten mit ihrer Urseife Schafwolle und benutzten sie als Heilmittel. Die Verwendung von Seife findet man auch bei anderen alten Kulturen. Die Ägypter mischten und kochten tierische Fette oder pflanzliche Öle mit Soda. Sie gewannen das Mineral aus getrockneten Salzseen. Ihre Seife nutzten sie für rituelle Zwecke wie zum Beispiel zur Tempelreinigung und zur Behandlung von Hautkrankheiten. Die eigentliche Waschkraft der Seifen wurde erst viel später erkannt. Plinius der Ältere (23–79 n. Chr.) berichtet in seiner «Historia naturalis», dass die Gallier und Germanen Seifenpomade aus Ziegenalg und Asche von natriumhaltigem Seetang benutzten, um ihrem Haar einen Rotschimmer zu verleihen. Der Look gefiel den Römern und wurde kopiert. Zum Waschen verwendeten die Römer Seife jedoch erst ab dem 2. Jahrhun-

dert nach Christus. Seifen bestanden damals aus pulverförmigen Substanzen oder es gab sie als Salbe aus Ziegenfett und Pottasche. Sie wurde mit Bimssteingranulat versetzt, auf die gesamte Haut aufgetragen und mit einem Schabeisen wieder heruntergekratzt. Im 7. Jahrhundert entwickelten die Araber die Technik des Seifensiedens und brachten sie nach Spanien. Oliven dienten als Öllieferant. Dazu kam sodahaltige Asche von Meerespflanzen. Die Franzosen gaben Pflanzenduftstoffe hinzu und erfanden die Toiletteseife – als kosmetische Seifenkugeln an Europas Höfen hochgeschätzt, für die Bevölkerung unerschwinglich. Im Mittelalter entwickelte sich eine Badekultur mit Badehäusern (Bild rechts), die auch dem Bürgertum und ärmeren Leuten zugänglich waren. Doch die Badewonnen fanden ein jähes Ende, als sich Pest und Syphilis ausbreiteten. Allein die Pestepidemie von 1347 bis 1351 raffte einen Viertel der europäischen Bevölkerung dahin. «Trockenwäsche» lautete von nun an das Motto: Im 16. und 17. Jahrhundert reinigte man sich mit Parfüm und Puder. Erst im 18. Jahrhundert liess man wieder Wasser und Seife an die Haut. Die Industrialisierung des 19. Jahr-



hunderts verhalf der Hygiene und damit der Seife zu einem ganz neuen Stellenwert. Chemische Erfindungen und billige Fettrohstoffe aus den Tropen ebneten den Weg für die industrielle Massenproduktion von Seife als Wasch- und Reinigungsmittel. Bis ins 20. Jahrhundert waren Kern- und Schmierseife die wichtigsten Wäschereinigungsmittel. 1907 kam das erste Vollwaschmittel auf den Markt.

«Ich gehe gern ins Bett. Jetzt, wo es immer trocken bleibt.»

Endlich können auch Kinder, die bettnässen, wieder glücklich und sorgenfrei aufwachen. Denn mit DryNites® Einmal-Unterhosen bleibt das Bett trocken. Selbst wenn mal ein kleiner «Unfall» passiert. DryNites® sehen aus wie normale Unterhöschen – mit speziellen Designs für Boys und Girls – und sind genauso leicht anzuziehen. Erfahren Sie mehr über Bettnässen und DryNites® unter www.drynites.ch

Gute Nächte beginnen mit DryNites®

GRATIS: Jetzt Muster bestellen unter www.drynites.ch

1st International Conference on Jewish Medical Ethics

6th-10th March 2008
Fürigen-Bürgenstock/Lake Lucerne
Switzerland

The Value of Human Life

Join us for a fascinating bouquet of lectures, where key figures of the Swiss Ethical boards discuss with the leading Jewish experts in the field about the following topics:

- Beginning and End of Life Decisions
- Organ Transplants
- Brain Death
- Genetics
- Stem Cell Research
- Preventive Medicine

For more information and online registration please visit: www.jmec.ch or call 044 480 04 00