

# *Seifen* für jedes Bedürfnis

**NATURSEIFEN** – Immer mehr Menschen möchten wissen, was in ihren Pflegeprodukten enthalten ist. Sie wollen Verpackungsmüll sparen und sind oft auf der Suche nach einfacher und ursprünglicher Körperpflege. Für diese Kunden kann Naturseife eine gute Lösung sein. Wie die Seifen hergestellt werden und welche Inhaltsstoffe für welche Pflege geeignet sind, erklärt Seifensiederin Melanie Göppert.



Foto: MC Fotografie Marie Christin Fernholz

## BUCH-TIPP

Die Autorin Melanie Göppert hat das Buch „Zero Waste Kosmetik: Natürlich schön und gepflegt mit Karotte, Kaffee-pulver & Co.“ veröffentlicht. Hier beschreibt sie, welche Zutaten und Pflanzen enthalten sind und welche Inhaltsstoffe besonders geeignet sind für Peelings, Gesichtsmasken, Bodylotions und Co. ISBN-13: 978-3818609573.



Naturseife fällt unter die europäische Kosmetikverordnung. Die INCI's müssen angegeben und die Naturseife vom Chemiker sicherheitsbewertet und notifiziert sein. Wenn die Ingredients zusätzlich und freiwillig in Deutsch gekennzeichnet sind, kann man sicher sein, dass das auch drin ist, was draufsteht.

**Der Vorteil einer guten Naturseife ist, dass sie oft mit wenigen Zutaten auskommt, was für empfindliche Haut, Allergiker und Problemhaut von Vorteil sein kann.** Die Rohstoffe kommen möglichst aus kontrolliert biologischem Anbau und werden schonend verarbeitet. Siegel für geprüfte Naturkosmetik geben dabei eine gute Orientierung für die Kunden – schließlich ist „Naturseife“ kein geschützter Begriff.

In einer guten Naturseife können die verschiedensten Zutaten aus der Natur verseift werden wie Kräuter, Honig, Eselsmilch, reine ätherische Öle, aber auch Obst, Gemüse, Bier, Kaffee und viele weitere naturreine Produkte.

**Eine Naturseife ist ein natürliches Tensid, eine waschaktive Substanz. Sie ist der Ursprung aller Kosmetik und Reinigungsmittel.** Früher hatten die Menschen nichts anderes als rei-

ne Kernseife für die Körperpflege und zur Reinigung.

### Herstellung von Naturseife

Der Hauptbestandteil einer Seife besteht immer aus pflanzlichen oder tierischen Ölen und Fetten. Um eine Verseifung einzuleiten, braucht es eine chemische Verbindung mit Natronlauge (NaOH). Öle und Fette werden durch Zugabe dieser Lauge zu Seifenleim gerührt.

Bei der chemischen Reaktion der Verseifung werden diese Fette mithilfe einer Lauge aufgespalten. **Um feste Naturseife zu erhalten, wird immer Natronlauge verwendet.** Als Hauptprodukt entsteht die echte Seife, das Salz der Fettsäuren. Außerdem bildet sich natürliches Glycerin. Bei der Herstellung von Naturseife verbleibt dieses zusammen mit unverseiften Fetten im Seifenleim, der bei niedrigen Temperaturen gerührt wird – im Gegensatz zu Kernseifen, aus denen das wertvolle hautpflegende Glycerin herausgewaschen wurde. Man spricht auch von Leimseifen.

In dickflüssigem Zustand wird der Seifenleim in die Formen gegossen. In diesem Stadium kann der Seifenleim kreativ mit Farben, Düften oder Kräutern veredelt und kreativ ausgeformt werden. Es gibt viele Seifenkünstler, die mit synthetischen Farben und Düften wunderschön bunte

und herrlich duftende Seifen produzieren. Alle Seifen müssen nach diesem Verseifungsprozess sechs bis acht Wochen in einen Reiferaum. Jetzt muss die Seife aushärten, und es braucht Zeit, um die überschüssigen Laugenreste abzubauen. Schließlich soll diese edle Seife unsere Haut sanft reinigen und pflegen. **Der pH-Wert einer Naturseife ist immer basisch und liegt zwischen 7 und 9.** Es gibt keine pH-neutralen Seifen. Bevor eine Naturseife gerührt wird, muss ihr Überfettungsgrad festgelegt werden. Dieser kann zwischen 3 und 20 Prozent liegen. Je höher der Überfettungsgrad, umso cremiger ist die Naturseife, aber umso weicher und kürzer haltbar ist sie.

Eine gute Naturseife hat ein Mindesthaltbarkeitsdatum. Je nach Qualität und Sorte der Pflanzenöle, Überfettungsgrad, Zutaten und Lagerverhältnis kann das Mindesthaltbarkeitsdatum zwischen einem und bis zu fünf Jahren variieren, sofern keine synthetischen Zusätze wie Konservierungsstoffe und sonstige Synthetik das Mindesthaltbarkeitsdatum verlängern. Es funktioniert wirklich! Wer Natur will, kann bei einer Naturseife Natur bekommen.

### Seifen je nach Inhaltsstoff

Die Zutaten bestimmen die Eigenschaft der Seifen. Es gibt für alle Ge



## SCHON GEWUSST?

### Die Geschichte der Kernseife:

Vor etwa 100 Jahren wussten die Frauen auf den Bauernhöfen noch, wie Kernseife hergestellt wird. Damals war es ein altes traditionelles Handwerk. Früher haben die Menschen verseift, was sie hatten: Schweineschmalz, Rindertalg oder Ziegentalg. Als Lauge haben sie aus Buchenholz eine Pottasche in einem aufwendigen Verfahren hergestellt. Diese Seifen haben im flüssigen Zustand stinkig und trüb ausgese-

hen. Deshalb wurde diese Seifenbrühe mit Salz ausgewaschen, indem man Salz zugesetzt und aufgekocht hat. Bei diesem Prozess hat sich das enthaltene Glycerin von der Seife getrennt. Oben schwamm der kernige Seifenleim und unten im Kessel die trübe Brühe. Die Kernseife wurde abgeschöpft, und es entstand eine wunderbare, helle Kernseife, die eine unfassbare Reinigungskraft für Haushalt und Wäsche hat. Kernseife hat die Eigenschaft, hundert Jahre alt zu werden.



In Naturseifen können je nach Pflege- oder Geruchsbedürfnis die unterschiedlichsten Inhaltsstoffe der Natur, wie hier im Bild Lavendel, verwendet und verarbeitet werden.

legenheiten eine Naturseife, für den Körper, die Haare, die Hände, zur Rasur, zum Abschminken oder für die Füße:

- Bei der **Haarseife** bestimmen Pflanzenöle, zum Beispiel Traubenkernöl, Avocadoöl oder Jojobaöl, die Pflege der Haare und der Kopfhaut, aber auch Zutaten wie Bier, Alpakawolle oder Erdbeeren. Die Kopfhaut wird gepflegt, und die Haare wachsen schöner nach, werden stärker und weicher. Fettiges Haar und damit verbunden tägliches Haarewaschen können der Vergangenheit angehören.



### MEHR ERFAHREN – ONLINE GEHEN!

Exklusiv für Online-Abonnenten: Im Artikel „Wickel und Auflagen“ erfahren Sie von Autorin Waltraud Kehl, wie Sie mithilfe von natürlichen Inhaltsstoffen pflegende Ergebnisse erzielen. Gehen Sie auf [www.beauty-forum.com](http://www.beauty-forum.com) über den Webcode 154357.

ren. Es braucht dafür eine Umstellung, die mal schneller, mal langsamer geht.

- Bei sehr **trockenen, schrundigen Händen** kann eine stark rückfettende Seife wie Ziegen-, Kuh- oder Schafmilchseife verwendet werden. Sie sind noch cremiger und überfettender als gewöhnliche Pflanzenölseifen. Insbesondere Eselsmilchseifen ergeben ohne zusätzliches Nachcremen samtweiche Haut.
- Kaffee, Kohle oder Salz in der Naturseife **neutralisieren Gerüche** wie Knoblauch, Zwiebeln, Zigaretten oder Stall. Sie reinigen die Hände von grobem Schmutz wie Harz, Gartendreck oder Motorenöl. Naturseifen laugen die Hände nicht aus, sondern geben ihr zur Reinigung zusätzlich Pflege.
- Besonders edle Zusätze wie Rotwein, Weinstein und feinherbe Schokolade ergeben sanfte Seifen mit besonders zartem Schaum, zum Beispiel für die **Gesichtspflege**.
- **Für das reife Gesicht** sind Avocadoöl und Sheabutter empfehlenswerte

Inhaltsstoffe, beliebt sind diese Naturseifen für die Rasur. Du sparst dir die zusätzliche Gesichtscreme. Beine rasieren wird zum Erlebnis.

- In **Peelingseifen** eignen sich alle gemahlene Getreidesorten wie Vollkornhafer, Roggen oder Dinkel, Kaffeepulver, Mohn und gemörserte Kräuter.
- **Bei fettiger und unreiner Haut** sind Kohle, Salz oder Soleseifen wirkungsvolle Zutaten und trocknen trockene Haut nicht aus. Bei empfindlicher Haut haben sich Honig und Sanddornfruchtfleischöl bewährt.
- Sogar **zum Abschminken** haben schon viele Kosmetikerinnen auf Naturseife umgestellt. Palmöl ist aus ökologischen Gründen in Naturseifen nicht zu empfehlen.

### Von flüssig auf fest

Die Umstellung von Flüssigseife auf Naturseife kann einige Tage bis Wochen dauern, je nachdem wie vorbelastet die Haut ist. Beim ersten Mal Waschen mit Naturseife kann es sein, dass sich die Seife auf der Haut rau anfühlt, austrocknend und gar nicht schön. Dieses Gefühl geht vorbei, und wenn die Umstellungszeit durchgestanden ist, werden die meisten mit wunderbar weicher Haut belohnt. Wenn eine Naturseife gute Zutaten enthält, sind diese in den Gewässern abbaubar. Naturseife belastet unsere Umwelt viel weniger als herkömmliche Pflegeprodukte mit zum Teil kritisch eingestufte Zusätzen. Die vielen Plastikflaschen im Badezimmer und der Müllberg werden ordentlich minimiert, und somit wird auch der Geldbeutel wieder entlastet. □



**MELANIE GÖPPERT** ist seit über 18 Jahren Seifensiederin mit eigener Seifenmanufaktur. Sie lebt und arbeitet auf einem Bio-Bauernhof im Schwarzwald und ist als Autorin mit Spezialgebiet Naturkosmetik tätig. [www.fixenaturhof.de](http://www.fixenaturhof.de)