



NEWSLETTER

hier abonnieren

aktuelle Ausgabe

So wirken Deodorants und Antitranspirantien

Seit mehr als 100 Jahren gibt es Deos. Geändert hat sich seitdem viel, eines jedoch nicht: schlechter Körpergeruch ist unangenehm. Menschen die schwitzen, leiden unter der ständigen Angst, unangenehm aufzufallen. Mit dem richtigen Deo sollte das nicht passieren.

Bis ins 19. Jahrhundert versuchte in unseren geographischen Breiten die bessere Gesellschaft mit Parfums ihren Körpergeruch zu überdecken. Tatsächlich dürfte die Geruchsentwicklung an den Königshöfen beträchtlich gewesen sein, denn erfahrungsgemäß hilft auch das beste Deo ohne vorheriges Waschen nichts. Wasser und Seife sind die Grundvoraussetzung für die Wirkung von Deodorants. Deos, die auf ungewaschener Haut verteilt werden, können den – durch Bakterien bedingten - Zerfallsprozess von geruchlosem Schweiß in Körpergeruch nicht rückgängig machen.

Stinkt Schweiß?

Frischer Schweiß auf sauberer Haut ist zunächst völlig geruchsfrei, denn Schweiß besteht zu 99 Prozent aus Wasser. Das andere Prozent sind vor allem Salze. Schweiß riecht erst dann, wenn die auf der Haut vorhandenen Bakterien den Schweiß – nach circa drei bis vier Stunden - zu zersetzen beginnen.

Was verrät der jeweilige Körpergeruch?

Schweiß kann nicht nur unangenehm riechen, sondern auch viel über Krankheiten verraten. Starkes Schwitzen und starker Schweißgeruch bedeuten nicht, dass zu viel getrunken wurde. Im Gegenteil; Menschen, die viel schwitzen und dann stark riechen, trinken häufig zu wenig oder das Falsche (Alkohol). Der Körper kann Giftstoffe, wenn er zu wenig Flüssigkeit bekommt, nicht ausreichend über die Nieren ausscheiden; als Folge davon beginnt er die Giftstoffe über die Schweißdrüsen nach außen abzusondern. Die ausgeschiedenen Giftstoffe werden dann auf der Hautoberfläche von Bakterien zersetzt und fangen stark zu riechen an. Tipp: Wer weniger schwitzen und riechen will, sollte also auch täglich mindestens 1,5 bis zwei Liter Wasser trinken.

Ein säuerlicher Schweißgeruch weist oft auf zu großen Fleischkonsum hin; der Körper kann – bei zu hohem Fleischkonsum - Eiweiße und Aminosäuren nicht mehr ausreichend abbauen und scheidet sie über die Schweißdrüsen aus. Auf der Haut werden Sie dann von Bakterien zersetzt und es entsteht ein starker, säuerlicher Schweißgeruch. Süßlich riecht Schweiß dagegen häufig bei einem zu hohen Blutzuckerspiegel.

Kann der „richtige“ Schweiß Mücken abwehren?

Die Antwort lautet: „Ja“. Während der Mückenzeit hält eine extra Portion **wasserlösliches Vitamin B (TerraSyn® Med B-Komplex)** die Mücken fern, färbt aber auch den Urin dunkelgelb. Der Körper scheidet das hochdosierte Vitamin B unter anderem über den Schweiß aus und den dabei entstehenden Geruch mögen Mücken nicht.

Wirkung

Der kleine Unterschied von Deodorant und Antitranspirant liegt in der Wirkungsweise.

Deodorants übertünchen in erster Linie den Achselgeruch durch Duftstoffe. In der Regel besitzen sie auch eine antibakterielle Wirkung, wodurch die Bakterienzahl in der Achselhöhle reduziert wird. Dies verhindert weitgehend, dass der aus den Drüsen austretende Schweiß zersetzt wird - die Ursache für unangenehmen Geruch. Bakterienhemmende Mittel sind zum Beispiel Triclosan (ein sehr wirksames, aber möglicherweise auch die Hautflora zu stark beeinflussendes Mittel aus der chemischen Gruppe der Chlorphenole) und Farnesol (gehört zur Gruppe der Sesquiterpenole, die in der Natur in einigen ätherischen Ölen vorkommen z.B. in Lindenblüten, Moschuskörneröl und Orangenblütenöl); Farnesol ist milder und verträglicher als Triclosan. Viele Deos versprechen einen 24 Stunden-Schutz gegen Schweißgeruch. Die Parfümstoffe und Inhaltsstoffe dieser Deos setzen sich auf der Haut fest; selbst starkes Schwitzen führt nicht dazu, dass diese Stoffe von der Haut heruntergespült werden. Die langwirkenden Inhaltsstoffe können jedoch die Hautporen verkleben, was bei sehr empfindlichen Menschen zu Hautreizungen führen kann.

Antitranspirantien regulieren vordringlich die Schweißabsonderung und regulieren damit die Achselnässe. Die enthaltenen Wirkstoffe (z.B. Aluminium) verengen die Ausgänge der Schweißdrüsen, so dass weniger Schweiß an die Hautoberfläche gelangen kann; dadurch wird den Bakterien ein Teil ihrer Nährstoffe entzogen. Aluminium-Chlorid ist in vielen handelsüblichen Deos, nur in sehr schwacher Konzentration enthalten; eine Konzentration von rund 20 Prozent in Ethylalkohol scheint jedoch am wirksamsten zu sein.

Sind Deos ungesund?

Nur wenige Schweißdrüsen sitzen unter den Achseln. Der Körper hat also noch genügend Fläche, sein eigenes "Kühlaggregat" optimal zu nutzen. Gerade weil die Haut unter den Achseln sehr zart und empfindlich ist, reagieren manche Menschen mit sensibler Haut auf handelsübliche Deos oder Antitranspirantien mit Rötungen und Ausschlag

Wie bleiben nun Personen frisch, die auf handelsübliche Deos allergisch reagieren? Als Hauptauslöser für allergische Reaktionen auf Deos gelten Duftstoffe; Stabilisatoren, Emulgatoren und Alkohol können die Haut zusätzlich reizen. Auch das bakterienhemmende Triclosan oder schweißhemmende Aluminiumsalze können für die sensible Haut Auslöser für eine Allergie sein.

In Apotheken und Reformhäusern gibt es durchaus natürliche Alternativen, also Deos mit gesundheitsverträglichen Wirkstoffen. Als sanfte und natürliche Wirkstoffe gelten zum Beispiel Zitronensäureester, Glycerinsäureester und Milchsäure. Ätherische Öle sorgen für einen angenehmen Duft und pflegende Öle haben eine beruhigende Wirkung auf die empfindliche Haut. Wer sicher gehen will, sollte beim Kauf eines Deos die Inhaltsliste studieren, um kritische Substanzen zu vermeiden.

© 2004, René Schnalzer, Graz

TerraSyn® Med - Bausteine des Lebens

Was vergessen?

TerraSyn® Med Memory

bringt wieder Farbe in Ihre grauen Zellen!

Bei Konzentrationsstörungen, eingeschränkter Gedächtnisleistung, eingeschränkter Konzentrationsleistung. **>> mehr**

