

Brigitte

DOSSIER

**Glücklich ohne Mann:
Warum immer
mehr Frauen lieber
allein leben**

Nr. 15

MI 6.7.2016
DEUTSCHLAND 3,20 €
ÖSTERREICH 3,40 €

Knackig,
frisch, köstlich:

**SO LIEBEN
WIR
SALATE!**

MODE

**Die neuen Farben -
und wie man
sie kombiniert**

REPORTAGE

**Die
ausgebeuteten
Hausmädchen
in Katar**

RADELN ZUM JOB

**So gut wie
ein Workout**

KREBS

**Neue Therapien,
gute Nachrichten**

**Die schönsten
WOCHENENDEN
des Sommers**

**Kurze Reisen, kleine Fluchten,
wunderbare Stimmungsmacher**



HILFE, MEIN SHAMPOO LEBT!

Winzige Mikroben sollen in der Pflege Großes leisten? Beauty-Redakteurin Angela Schöneck hat's ausprobiert

Prickelt es auf meiner Kopfhaut? Ganz fein? Es prickelt. So soll das auch sein, denn in meinem Shampoo tummeln sich Abertausende unsichtbarer Kleinstlebewesen. Mikroorganismen, die – sehr vereinfacht gesagt – all das umweltfreundlich in ihre chemischen Einzelteile zerlegen und wegmampfen, was sich auf meiner Kopfhaut und in meinem Haar befindet und für meine Begriffe schleunigst runter sollte: Schmutz, Staub, Fett, Stylingprodukt-Rückstände. „Ma N°29“, mein Shampoo (siehe unten), schäumt zurückhaltend, und ich habe drei Minuten Zeit, um die Fugen der Dusche ein wenig zu reinigen, dem Prickeln nachzuspüren und mir noch vor Augen zu führen, was da passiert auf meinem Kopf.

Mikroorganismen, auch Mikroben genannt, sind wie Bakterien, winzigste Lebewesen, die seit Jahrmillionen in friedlicher Gemeinschaft alle nur denkbaren Flächen besiedeln. Ein Teil kommt auf Zitronen vor oder auf Fröschen, auf dem Kompost, aber auch in unserem Darm, in der Nase und auf der Haut. Die Winzlinge ernähren sich von organischen und anorganischen Partikelchen (etwa dem Silikon im Styling-Gel) und schaffen dabei ein Milieu, das zum Beispiel die Kopfhaut gesund erhält.

Jeder Mensch hat übrigens eine ganz individuelle Zusammensetzung verschiedenster Bakterienvölkchen, die, alle zusammen, Haut-Mikrobiom genannt werden. Und das ist in etwa noch so unerforscht wie die Tiefsee. All dies weiß ich, in groben Zügen, aus dem Bio-Unterricht und im Detail von Silvio Pillilini. Er ist der „Vater“ von „Ma N°29“, meinem

Shampoo. Der Mediziner, Heilpraktiker, Friseurmeister und Chef des Naturkosmetik-Unternehmens Hair Resource ist Vorreiter eines ziemlich heißen Trends, der sich momentan in der Kosmetik abzeichnet: Für gesunde Haut- und Haarfunktionen zuständige Mikroorganismen, im Genaueren „gute Bakterien“ und ihre Stoffwechselprodukte (etwa Milchsäure), einzusetzen.

Seit vielen Jahren gewinnt er in liebevoll-aufwendigen Fermentationsprozessen Essenzen für Haut und Haar (in Demeter-Qualität); mischt in riesigen Kolbengefäßen Früchte und Nüsse mit Bakterienstämmen, schöpft ab, filtriert, reinigt – stets mit einer gewissen Ehrfurcht vor der Arbeit der unsichtbaren Helfer. „Ich habe es immerhin mit lebendigen Organismen zu tun, die eine Symbiose mit denen der Haut eingehen. Sie wandeln natürliche biologische und organische Stoffe in ihre kleinsten Substanzen um: Mineralien, Enzyme, Spurenelemente und Vitamine, die notwendig und lebenswichtig sind.“

Susanne Thiele vom Helmholtz-Zentrum für Infektionsforschung begrüßt diesen Trend: „Zu häufiges Waschen, Desinfektions- und viele Konservie-

rungsmittel stören das Haut-Mikrobiom und ihren Schutzmantel – mit der Folge, dass sie juckt, sich entzündet und eher für Erreger durchlässig wird. Gute Bakterien können neutralisieren und reparieren.“ Die Fähigkeiten der Kleinstlebewesen sind vielfältig: Sie stärken etwa das Immunsystem, vermindern Hautalterungsfaktoren wie Entzündungen – und sie lassen Mikrobiologen wie Prof. Dr. Christine Lang aus Berlin zu Unternehmern werden.

Die Wissenschaftlerin lehrte lange an der TU Berlin und ging im Mai mit ihrer Kosmetiklinie Ibiotics (siehe unten) auf den Markt, nachdem sie in klinischen Studien nachweisen konnte, dass die verwendeten Essenzen Wachstums-signale an gute Hautbakterien senden – und so ein gesundes Milieu schnell wieder aufbauen. Christine Lang hofft, auch aus Sicht der Forscherin, dass Bakterien rehabilitiert werden. „Alles zu sterilisieren ist Retro, dahinter kommt man langsam.“

Und ich? Ich dusche jetzt mit „All Donna“, made by Pillilini. Die Tatsache, das mich Tausende zum Fressen gern haben, macht nicht nur meine Haut, sondern auch mich ganz weich. **1**



Winzlinge am Werk „Pro-BeActive“-Augencreme von Monteil, ca. 39 Euro; Ibiotics-„Gesichtscreme“ über microbiotics.de 54 Euro; „The Gold Mask“ von Starskin, ca. 10 Euro; „Ma N°29“-Konzentrat von Hair Resource über www.bioladen.bio ca. 40 Euro