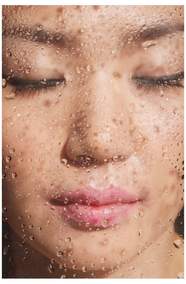


BEAUTY-TREND

Wirkstoff der Stunde: Bakuchiol ist das natürliche und vegane Retinol

Tania Villiger | Beauty
19.07.2022

Die Beauty-Industrie lockt immer wieder mit neuen Inhaltsstoffen, die unsere Haut jünger, reiner und strahlender machen sollen. Derzeitiger Shootingstar: Bakuchiol. Wir haben mit einer Dermatologin über die Vorzüge des natürlichen Retinols gesprochen.

Bakuchiol heisst der neue Lieblingswirkstoff aus der Naturkosmetik. Noch nie gehört? Das wird sich in Zukunft bestimmt ändern. Denn die Erwartungen an das natürliche Retinol-Pendant sind gross. Gewonnen wird Bakuchiol aus der indischen Babchi-Pflanze (Harzklee), und es ist ein sehr etabliertes Heilmittel gegen Hauterkrankungen in der ayurvedischen und traditionellen chinesischen Medizin.

Woher kommt der Hype um Bakuchiol? «Es wirkt sehr ähnlich wie Retinol, auch wenn es strukturell nichts mit Retinol zu tun hat», sagt die Dermatologin Dr. Inja Allemann im Gespräch. Häufig wird es als bessere Alternative zum seit den 1980ern angewendeten Anti-Aging-Wirkstoff Retinol angepriesen. Was aber genau sind die Vorteile?

«Retinol hat eine klar wissenschaftlich belegte Anti-Aging Wirkung», erklärt Dr. Allemann, «Es erhöht die Zellerneuerung und die Kollagenproduktion. Dies wiederum führt zu einer Reduktion von Falten und repariert Zeichen von geschädigter Haut durch die Einwirkung der Sonne. Das Problem mit Retinol ist aber immer, dass es irritieren kann», erklärt Allemann weiter. Daher ist es bei Menschen mit empfindlicher Haut schwierig anzuwenden. Hier soll nun Bakuchiol Abhilfe schaffen, denn ihm wird eine sehr hohe Hautverträglichkeit nachgesagt.

Zur Person

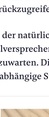
DR. INJA ALLEMANN
Doppelfachärztin FMH für Plastische Chirurgie und Dermatologie sowie Expertin der Lasermedizin. In ihrer Praxis Rivi bietet Sie, gemeinsam mit ihrem Team, eine moderne ganzheitliche Behandlung an.

Neben der guten Hautverträglichkeit überzeugt Bakuchiol im Vergleich zu Retinol vor allem dadurch, dass es pflanzlich und vegan ist. Wie Retinol aktiviert Bakuchiol die hauteigene Kollagensynthese, dadurch werden die Falten geglättet, das Hautbild verbessert. Der Hautton soll ausgeglichen werden, und die Elastizität der Haut wird gefördert. Zudem hat Bakuchiol eine antioxidative Wirkung und scheint Pigmentflecken aufzuhellen. Bei unreiner Haut wirkt es entzündungshemmend.

Bakuchiol Retinol Alternative Smoothing Serum von Herbivore Botanicals, 64 Franken; über Green Lane. (Bild: PD)

Was gilt es bei der Verwendung von Bakuchiol zu beachten?

Da die Haut ab dreissig anfängt zu altern, empfiehlt Inja Allemann zu diesem Zeitpunkt mit Anti-Aging zu beginnen, somit auch mit Bakuchiol. Durch seine gute Verträglichkeit lässt es sich für jeden Hauttyp verwenden. Hat jemand mit Allergien zu kämpfen, rät die Ärztin das Bakuchiol-Produkt zuerst für einige Tage in der Armbeuge auszuprobieren, so kann geprüft werden, ob es zu einer allergischen Reaktion kommt. Vorsicht gilt bei der Verwendung von irritierenden Substanzen wie Peelings oder Glycolsäure. Auf diese sollte während der Verwendung von Bakuchiol verzichtet werden.



GUT ZU WISSEN
Frühjahrsputz für die Haut: 10 Fragen und Antworten zu Peelings

Grundsätzlich können Pflegeprodukte mit dem Inhaltsstoff Bakuchiol regelmässig verwendet werden. Ein weiterer Tipp der Spezialistin ist die Abstimmung der Hautpflegeroutine. Nur wenn das Bakuchiol-Produkt richtig auf die bisherige Pflegeroutine abgestimmt wird, kann es seine optimale Wirkung entfalten. Bei der Art des Produkts sollte auf den Hauttyp geachtet werden. So sollte jemand mit öliger Haut nicht unbedingt Öle verwenden. Für jene mit trockener Haut empfiehlt Allemann, auf Crèmes zurückzugreifen.

Ob der natürliche Wirkstoff Bakuchiol wirklich diese vielversprechende Wunderwaffe gegen Hautalterung ist, bleibt abzuwarten. Die Prognosen stehen nicht schlecht, doch unabhängige Studien gibt es bis dato wenige.

UNTERWEGS
Diese multifunktionalen Beauty-Produkte sind ideal für die Sommerferien

FERMENTED BEAUTY
Fermentieren ist jetzt auch in der Beauty ein grosses Thema

SILENT SALONS
Muss man beim Coiffeur bald keinen Smalltalk mehr führen?

Newsletter

Die besten Artikel aus «NZZ Bellevue», einmal pro Woche von der Redaktion für Sie zusammengestellt: Jetzt kostenlos abonnieren.

Diesen Artikel teilen