

## **Baobaböl**

Nicht nur die Baobab-Frucht aus dem Senegal ist beachtenswert, auch das goldgelbe, leicht nussig duftende Öl seiner Samen ist einmalig und derzeit der Hype in Hollywood. Das liegt an seinen vielen wunderbaren Eigenschaften, die das Öl vor allem dann hat, wenn es auf mechanischem Weg gepresst wird, ohne Lösungsmittel, ohne Erhitzen und ohne Filterung. So ein naturbelassenes Öl wird man in der üblichen Kosmetik vergeblich suchen.

Baobaböl pflegt, nährt, befeuchtet, regeneriert, verjüngt und unterstützt die Haut in einer Weise, wie man das von kosmetisch genutzten Ölen nicht gewöhnt ist. Baobaböl gibt es auch noch nicht lange außerhalb Afrikas. Es ist schwer zu gewinnen, die Samen sind hart und nicht leicht zu verarbeiten, außerdem braucht man sehr viele davon, um wenig Öl herzustellen. Darum ist am europäischen Markt bei billig angebotenen Ölen auch Vorsicht geboten, da diese mit anderen Ölen versetzt sein können.

Selbst in Afrika, wo es in allererster Linie als Heilmittel bei Verbrennungen eingesetzt wird, ist Baobaböl selten in größeren Mengen verfügbar. Es gilt aber als traditionelles Schönheits- und Heilmittel. Baobab ist für jeden Hauttyp und jedes Alter von der zarten, empfindlichen Babyhaut bis zur welken, feuchtigkeitsarmen Altershaut geeignet. Zusätzlich regeneriert es auch noch die Schleimhäute, was seine Einsatzmöglichkeit etwa in den gynäkologischen Bereichen erweitert.

### **Lange haltbar dank Antioxidantien**

Das Baobaböl enthält eine Menge ungesättigter Fettsäuren wie die Linolsäure, die ein wesentlicher Bestandteil der intakten Hautbarriereschicht ist. Sie verleiht dem Öl schützende und restrukturierende Eigenschaften. Linolsäure wird in der Haut durch ein hauteigenes Enzym in die entzündungshemmende Hydroxyfettsäure umgewandelt. Das erklärt die regenerativen Wirkungen des Baobaböls bei allen Hautentzündungen und Störungen der Hautbarriere. Dank ebenso reichlichen antioxidativen mittelkettigen Fettsäuren im Baobaböl bleibt die sonst schnell oxidierende Linolsäure außerordentlich stabil. Baobaböl ist zwei Jahre und länger haltbar – ungekühlt!

Kein Wunder, dass die Kosmetikindustrie laufend Rezepturen mit dem Wunderöl kreiert. Dabei gibt es hier kaum noch etwas zu verbessern. So wie es die Natur schenkt, ist es schon umwerfend.

Am besten verwendet man Baobaböl auf mechanischem Weg kaltgepresst und ungefiltert, denn seine Fettbegleitstoffe wie Tocopherole (Vitamin E) und Pflanzensterole sind einfach zu wertvoll, als dass man darauf verzichten sollte.

### **Reichhaltig, ohne die Poren zu verschließen**

Außerdem verfügt Baobaböl über einen hohen Gehalt an gesättigter Palmitinsäure, die das Öl reichhaltig macht. Palmitinsäure ist die dominante Fettsäure in der Hautbarriereschicht. Ihr Gehalt verringert sich mit zunehmendem Lebensalter, daher ist Baobaböl auch für trockene, reife und barrieregestörte Haut ideal.

### **Feuchtigkeit wird in der Haut gehalten**

Palmitinsäure bildet einen leichten Schutzfilm auf der Haut und reguliert den Wasserverlust, ohne jedoch die Hautporen abzuschließen, wie es bei Mineralölen der Fall ist. Baobaböl macht die Haut also glatt, weich und geschmeidig und das – im Unterschied zu den üblichen Feuchtigkeitslotions – sogar anhaltend. Baobaböl zieht schnell ein, schneller als man es von reinen Ölen kennt. Man glänzt auch nicht, sondern bekommt einen seidigen Teint.

### **Bei Akne, Pickel und Verbrennungen**

Dank seiner antikomedogenen (nicht-verstopfenden) Wirkung kommt es zu keinen Unreinheiten, Mitessern und Pickeln. Sogar Akne kann damit gepflegt werden, denn Baobaböl ist zusätzlich noch entzündungshemmend. Alle Hautentzündungen, Ekzeme, Neurodermitis, Psoriasis, Pilzinfektionen (auch Fußpilz, Nagelpilz, Hautpilz) – sowie Brandwunden und Sonnenbrand bessern sich schneller mit Baobaböl. Brandwunden klingen mitunter sogar ohne Narbenbildung ab – in der afrikanischen Volksmedizin ist das seit ewigen Zeiten bekannt. Antiallergen wirkt es zusätzlich. Es beruhigt die Haut nach dem Rasieren. Es beugt Altersflecken, Sonnenflecken und Dehnungsstreifen vor. Lauter Vorteile, die mehr an ein Heilöl ähnlich wie Ringelblumenöl denken lassen als an einen Kosmetikgrundstoff.

### **Heilt die Haut bei Strahlenschäden und Candida**

Baobaböl wird zur Vorbeugung und zur Nachbehandlung vor/bei Hautschäden durch Strahlentherapie, nach Chemotherapie und nach Antibiotikabehandlung angewandt, denn häufig tritt sonst Candida auf. In bemerkenswerter Weise hilft es außerdem, die Mund- und Vaginalschleimhaut bei Infektionen mit Candida-Pilz zu regenerieren. Bei Scheidentrockenheit (auch nach dem Wechsel) ist Baobaböl ebenso hilfreich und weit besser geeignet als handelsübliche Gels, die langfristig austrocknend wirken. Die Anwendung (2-3 ml) vor dem Schlafengehen mittels (nadelloser) Spritze ist am einfachsten. Der Körper saugt das Öl auf. Nach etwa vier Tagen kann man die Dosis reduzieren. Das Öl wirkt bei Schnupfen und trockener Nasenschleimhaut ebenso. In ein Pipettenfläschchen umfüllen und einmal täglich zwei, drei Tropfen in jedes Nasenloch geben.

### **Pflegt Haut, Haare, Nägel und Schleimhaut**

Baobaböl wirkt trockener, rissiger, spröder, entzündeter Haut entgegen, erhöht ihre Elastizität und Festigkeit und hat einen verjüngenden Effekt auf die Hautzellen durch Erneuerung der Zellmembranen. Es kann als Massageöl verwendet werden, als Tag- und Nachtpflege von Kopf bis Fuß. Auf die noch feuchte Haut nach der Dusche aufgebracht, zieht das Öl besonders schnell ein und ersetzt Feuchtigkeitslotions. Wer zu trockener Haut neigt, sollte niemals ohne ein, zwei Esslöffeln Öl im Badewasser baden. Das Öl bildet an der Wasseroberfläche einen Film. Setzt man sich in die Wanne, wird die gesamte Hautoberfläche mit dem Öl dünn benetzt und kann in der Wärme gut eindringen. Baobaböl kann auch als Nagelöl verwendet werden und als Haaröl, gegen Schuppen und trockene Kopfhaut.

Trockenes, strapaziertes, geschädigtes Haar wird leicht aufgehellt, wieder geschmeidig und glänzend, erhält Feuchtigkeit und hat mehr Elastizität. Baobaböl schützt die Haarstruktur und die Kopfhaut. Am besten vor der Haarwäsche wenige Tropfen in den Händen verreiben und in die Haare streichen, gut durchkämmen, mindestens 15 Minuten, besser noch eine Stunde einwirken lassen und mit mildem Naturshampoo anschließend die Haare zweimal waschen.

Baobaböl in etwa Wasser ist bei schmerzhaften Zahnfleisch- und Mundschleimhautentzündungen als Mundspülung geeignet. Einnehmen bzw. schlucken sollte man es jedoch nicht. Baobaböl ist kein Speiseöl und wurde auch nie als solches verwendet.

Baobaböl ist zwar durch Antioxidantien gut geschützt, dennoch muss man immer auf höchste Hygiene im Umgang mit nativen Ölen achten. Es ist ja kaltgepresst und ungefiltert, daher nicht so stabil wie stark erhitzte Industrieöle, die normalerweise verwendet werden. Nicht mit den Fingern ins Öl greifen. Den Tropfer oder Spender immer mit einem Papiertuch abwischen, da das Öl an der Luft mit der Zeit oxidiert. Für Anwendungen mit Pipette oder Spritze die benötigte Menge in ein kleines Fläschchen füllen und immer nur so viel, wie schnell verbraucht wird.

#### **Baobaböl unterstützt bei:**

- Akne
- Alternder Haut
- Altersflecken
- Aphten
- Aufhellen der Haare
- Brandwunden
- Brüchigem Haar
- Candida
- Dehnungsstreifen
- Ekzemen
- Entzündeter Haut
- Fußpilz
- Geschädigter Haut
- Hautkrebs
- Nagelpilz
- Neurodermitis
- Pilzinfektionen
- Rosacea
- Scheidentrockenheit
- Schlaffer Haut
- Schuppen
- Schuppenflechte
- Sonnenbrand
- Strahlentherapie
- Trockener Haut
- Trockenem Haar
- Unreiner Haut
- Zahnfleischentzündung