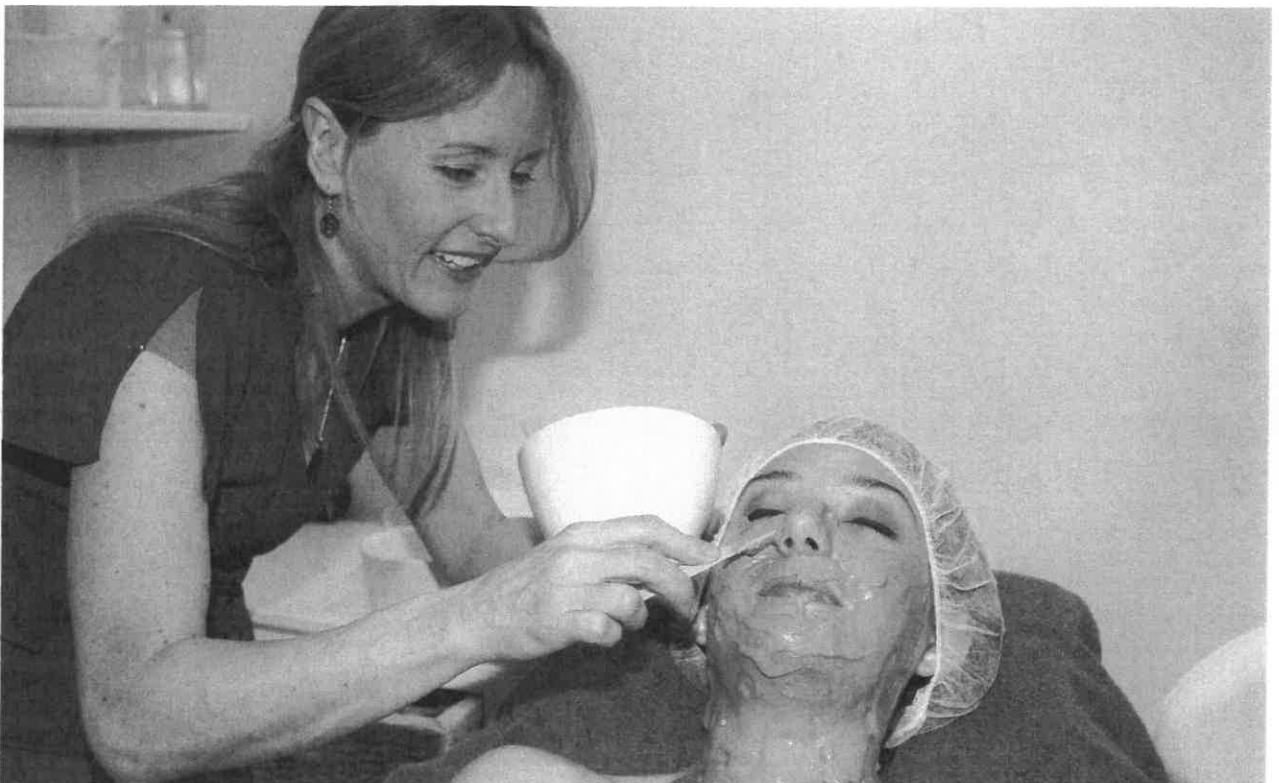


Beauty FOOD

WAS NUTRICOSMETICS KÖNNEN – Die zielorientierte Kundin erwartet von einer kosmetischen Fachkraft nicht nur eine schöne Kosmetikbehandlung, sie erwartet gleichermaßen qualifizierte Antworten zu neuen Trends. Gerade beim Thema Beautyfood handelt es sich um einen Trend, der es wert ist, näher beleuchtet zu werden.



Auch von außen können die Inhaltsstoffe einer Papaya gegen Hautalterung helfen. Hier in Form einer Maske.

Nutricosmetics beinhalten in der Regel Makro- und Mikronährstoffe, z.B. sekundäre Pflanzenstoffe und Fettsäuren. Sie sind an enzymatischen Prozessen beteiligt, sie beeinflussen Stoffwechselfvorgänge, bekämpfen freie Radikale, wirken auf die Mikrozirkulation ein und unterstützen so die Hautfunktionen. Wunder sollte man allerdings nicht von ihnen erwarten. Denn das Erbringen wissenschaftlicher Nachweise ihrer Wirkung

ist schwer. Nutricosmetics gezielt verabreicht, können aber helfen, wenn Mangelerkrankungen vorliegen.

Die richtige Zufuhr

Wir alle wissen: Bei **Biotinmangel** brechen Fingernägel leicht ab, Biotin oder Kieselsäure können helfen. In unseren Regionen kann es im Winter durchaus zu **Vitamin-D-Mangel** kommen. Und auch die lebenswichtigen

Omega-3-Fettsäuren oder Jod, ein für die Schilddrüse wichtiger Stoff, sind nicht in jedem Organismus ausreichend vorhanden. Aber schnell mal ein paar Tage Biotin einnehmen bringt nichts, regelmäßig und langfristig sollte die Einnahme schon sein. Und wie eigentlich immer, kommt es auch hier auf die richtige Menge an. Denn viel hilft nicht immer viel. Außerdem ist **bei „richtiger“ Ernährung die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln meist überflüssig,**

BEGRIFF NUTRICOSMETICS

Es handelt sich bei dem Begriff Nutricosmetics eigentlich um eine Wortneuschöpfung. Die beiden enthaltenen Worte **Nutrition (Ernährung)** und **Cosmetics (Kosmetik)** kommen aus dem Englischen. Der Begriff „Nutricosmetics“ ist ebenso wie der Begriff „Cosmeceutical“

(Produkt, das im Grenzbereich zwischen Kosmetik und Medizin liegt) letztlich nur ein der Marketingsprache entlehnter Fantasiebegriff. Beide Begriffe beschreiben zwar Produkteigenschaften, haben aber keine eigenständige rechtliche Bedeutung.

wenn nicht gar schädlich. Mein Rat an die Kosmetik-Expertin: Da Nutricosmetics nur bei Mangelerscheinungen sinnvoll und hilfreich sind, ist eine Überprüfung – Blutbild beim Hausarzt – sinnvoll. Diese Aufklärung gibt Sicherheit und kann Basis für weitere Aktivitäten sein.

zielt geschehen. D.h. **durch spezielle Wirkstoffe kann unterschiedlichen Hautbedürfnissen entsprochen werden.** Bereiche wie Anti-Aging oder Sonnenschutz werden gleichermaßen erfasst wie z.B. trockene und empfindliche Haut.

Das leisten Nutricosmetics

Sie helfen mehr bzw. anders als Pflegeprodukte. Pflegeprodukte können und sollen nicht in alle Hautschichten vordringen. Pflegeprodukte entfalten ihre Wirkung fast ausschließlich in der Epidermis. Die Alterungsprozesse finden aber primär in den deutlich tiefer liegenden Hautschichten, vor allem in der Dermis, statt.

Genau da setzen Nutricosmetics an. Von innen heraus unterstützen und schützen sie die Funktionen und die Struktur der Haut. Dadurch, dass die Hautbarriere verbessert werden kann, ist die Haut besser geschützt, kann sich besser regenerieren, Feuchtigkeit besser speichern und hauteigene Abwehrkräfte stärken. Und das Beste daran: Das Ganze kann inzwischen sehr differenziert und ge-

Einordnung

Kosmetisches Mittel, Lebensmittel oder Arzneimittel? In welche Kategorie gehören nun die in Nutricosmetics? Aufgrund der enthaltenen Elemente sind sie jeweils unterschiedlichen Regelungsbereichen zuzuordnen: kosmetischen Mitteln, Lebensmitteln und Arzneimitteln. Anders als in den USA, wo Produkte gleichzeitig verschiedene Produktkategorien erfüllen können und oft eine Kombination aus kosmetischen Mitteln und Arzneimitteln sind, muss in der EU für jedes Produkt individuell entschieden werden, unter welche Kategorie es fällt.

Ein Produkt kann entweder ein kosmetisches oder ein Arzneimittel bzw. entweder ein Lebensmittel oder ein kosmetisches Mittel sein. Zwischen den



DIE WICHTIGSTEN INHALTSSTOFFE

- **Vitamin C:** regt die Bildung von Kollagen und Bindegewebe an und ist für die Regeneration der Haut wichtig und schützt die Haut vor Sonnenschäden.
- **Vitamin A-Derivate:** wirken wie Progesteron, hemmen den Kollagenabbau.
- **Vitamin E:** schützt die Zellmembran und beugt ebenfalls Sonnenschäden vor.
- **Beta-Carotin:** fängt freie Radikale ab und schützt die Zellmembran.
- **Gamma-Linolensäure:** reguliert die Talgdrüsensekretion.



Die Kundin strahlt nach der Behandlung.

Produktkategorien besteht in der EU ein Ausschließlichkeitsverhältnis. **Nutricosmetics werden deshalb fast ausschließlich als Lebensmittel in den Verkehr gebracht.** Diese Entscheidung wird meist in einer Einzelfallbewertung, bei der alle Merkmale des Produkts berücksichtigt werden, getroffen. Und zwar in Abhängigkeit davon, welche Wirkweise überwiegt. Da der Lebensmittelbegriff keine spezifische Zweckbestimmung voraussetzt, spricht im Falle Nutricosmetics nichts gegen eine Zuordnung zum Lebensmittelbereich. „Nutricosmetics“ bzw. „Beauty Food“ sind also Lebensmittel, ggf. in Form von Nahrungsergänzungsmitteln, die mit Aussagen beworben werden, die dem Produkt eine kosmetische Zweckbestimmung zuweisen. Neben der Ge-

währleistung eines sicheren Lebensmittels und einer ordnungsgemäßen Kennzeichnung kommt es bei „Nutricosmetics“ deshalb maßgeblich darauf an, dass die jeweiligen Werbeaussagen rechtlich zulässig sind.

Behandlung im Institut

Der Ablauf:

- Begrüßung der Kundin mit einem frisch zubereiteten Smoothie (das Rezept gibt es online).
- Reinigung mit einem milden Reinigungsschaum.
- Flüssiges Enzympeeling anwenden. Alternativ nehmen Sie ein Fruchtsäure- oder ein mechanisches Peeling. Thematisch besonders passend ist ein Peeling mit Papaya. Mit dem



Die Rezepttipp und weitere Infos zum Thema Nutricosmetics von Waltraud Böhme finden Sie auf unserer Internetseite www.beauty-forum.com. Geben Sie einfach den Webcode „15000“ ein.

- leicht rauhen Innenteil der Schale das Gesicht der Kundin abreiben.
 - Alternativ zum Peeling Mikrodermabrasion durchführen.
 - Ausreinigen, Augenbrauenkorrektur, ggf. färben.
 - Tonisieren mit einem milden Tonic.
 - Hauttypgerechten Wirkstoff applizieren oder mittels Ultraschall einschleusen.
 - Klassische Massage, alternativ eine manuelle Lymphdrainage durchführen.
 - Frisch angerührte Gesichtsmaske, wenn möglich mit Farblichttherapie (Farbe nach Indikation) einwirken lassen und nach 15 Minuten Einwirkzeit mit lauwarmem Wasser entfernen.
 - Tonisieren und Abschlusspflege.
 - Auf Wunsch ein leichtes Tages-Make-up auftragen.
- Behandlungsdauer:**
In Abhängigkeit davon, ob Geräte verwendet wurden und ob eine Massage durchgeführt wurde, sollten für diese Behandlung ca. 70 bis 90 Minuten eingeplant werden.

Behandlungspreisvorschlag:
Der Preis hängt von dem üblichen Minutenpreis, der wiederum regional verschieden ist, ab. Smoothie und frisch zubereitete Maske werden nicht extra berechnet.

KALKULATION BEHANDLUNG

Arbeitsschritte	Kosten
Smoothie und Obstsnack	2,90 €
Reinigungsmilch	0,21 €
Peeling	2,25 €
Wirkstoffampulle	2,65 €
Maske	1,75 €
Massagecreme	1,13 €
Tagescreme	0,45€
Tonic	0,18 €
Materialeinsatz:	11,52 €

Empfohlener Dienstleistungspreis (Arbeitszeit kalkuliert mit 1,20 €/Min): 85 €*

* Mit Geräten 90 Min.: Detailplanung wie oben, Arbeitszeit durch Geräteinsatz ca. 20 Minuten länger, ergibt einen Behandlungspreis von 105 EUR. Diesem steht der gleiche Materialeinsatz gegenüber.



WALTRAUD BÖHME

Die Autorin ist Inhaberin und Geschäftsführerin der Elite Fernakademie für Kosmetik und Wellness GmbH – eines Anbieters von staatlich zertifizierten Aus- und Weiterbildungen sowie Seminaren im Bereich Kosmetik, Wellness und Spa. www.elite-fernakademie.de