

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 65 (2008)
Heft: 7-8: Schönheit aus dem Meer

Artikel: Schönheit aus dem Meer
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-554518>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Schönheit aus dem Meer

Frische, Vitalität, glatte Haut, glänzendes Haar – in den Ozeanen schwimmen auch kosmetische Schätze. Salzwasser, Meeresschlick und Algen schenken uns ein Meer von Pflege und Wohlbehagen.

Die erste «Kosmetik aus dem Meer» war wohl der Schwamm. Seit alters her wird das Sponginskelett des «Gewöhnlichen Badeschwammes» (*Spongia officinalis*) verwendet, um unsere Haut sanft und weich zu waschen. Thalassotherapie am Meer gehört schon seit einigen Jahrzehnten zum Wellnessprogramm. Inzwischen aber werden auch Plankton, Perlenproteine, Dutzende von Algenar-

ten und Meerespflanzen in der Schönheitspflege verwendet. Meerwasser, das besonders viele Mineralien und Spurenelemente enthält, und Meersalz sind beliebte Inhaltsstoffe, besonders in der Naturkosmetik.

Die Naturstoffe aus dem Meer beruhigen die Haut, gleichen Wasserverluste aus, bekämpfen schlaffes Gewebe und Cellulite, sollen der Hautalterung vorbeugen

und werden teilweise auch naturheilkundlich eingesetzt.

Erfindungsreiche Algen

Grün-, Braun-, Rot- und Blaualgen sind kosmetische Tausendsassas. Aus ihnen werden immer neue Stoffe gewonnen. Die riesige Artenvielfalt der Algen gedeiht, indem sie dem Meerwasser Vitamine, Spurenelemente, Mineralstoffe und Feuchtigkeit entzieht. Viele von ihnen enthalten besondere chemische Stoffe, die sie vor schädlichen Einflüssen schützen. Diese können sie an unsere Haut weitergeben.

So werden Extrakte aus Grünalgen als Feuchtigkeitsspender eingesetzt, beruhigen die Haut, vermindern Juckreiz und Spannungsgefühl und schützen vor freien Radikalen. Bestimmte Eiweiße aus Grünalgen, z.B. dem Meeressalat, sollen die Zellen des Bindegewebes zur Kollagen-Synthese anregen und damit die Hautelastizität verbessern.

Laminaria ochroleuca, eine Braunalge, kennen wir aus der japanischen Küche als Kombu. Wie andere Braunalgen auch bildet sie grosse Kelpwälder in den Weltmeeren und ist besonders stark der Sonne ausgesetzt. Zum Schutz vor dem UV-Licht bildet die Alge Stoffe, die nun auch den Schutz unserer Haut gegen äussere Reize und UV-Strahlung verstärken sollen.

Ein Extrakt aus braunem Blasentang, der reich an Jodsalzen und Mehrfachzuckern ist, aktiviert den Lymphfluss und hat damit abschwellende Wirkung. Der Rinentang, eine kleine, zähe Braunalge, stimuliert die Synthese von Kollagenen und Proteoglycanen, die für die elastischen Eigenschaften des Bindegewebes verantwortlich sind. Alginat oder Algin, das aus verschiedenen Braunalgen gewonnen wird, bindet Wasser und wirkt feuchtigkeitsspendend.

Eine rosafarbene Rotalge namens Coralli-



Der widerstandsfähige Blasentang (oben) und die Korallen-Rotalge (unten) geben ihre Geheimnisse preis.

na officinalis konzentriert in ihren Zellen im Meerwasser vorhandene Spurenelemente wie Eisen, Kupfer, Jod, Kobalt und Mangan. Ihr Extrakt soll die Haut mit Mineralstoffen und Spurenelementen versorgen.

Wohltuender Meeresschlick

Schlick oder Meeresschlamm wird auch in der Naturheilkunde eingesetzt und wirkt z.B. gegen Muskelschmerzen und Verspannungen. Auch Schlickbäder zur Linderung von Hautproblemen kannte man schon in alten Kulturen. In neuerer Zeit kam als erster ausgerechnet eine

Schöne und gesunde Haut, festeres Bindegewebe, lockere Muskeln, schmerzfreie Knochen: Das alles verspricht uns der mineralstoffreiche Meeresschlick.

Landratte auf die Idee, Meeresschlamm zur Pflege der Haut einzusetzen.

Der gebürtige Schlesier Paul Gojny war schon in seiner Jugend fasziniert vom Meer. Aus Gesundheitsgründen musste er die geliebte Marinefliegerei aufgeben und begann in Cuxhaven als Physiotherapeut zu arbeiten. In seinen Kurbädern behandelte er Rheumakranke mit Schlick – und bemerkte, wie positiv Problemhaut auf den Rohstoff aus der Natur reagierte.

Das Meer ist ja, hol's der Deibel, immer schön. George Grosz

Schlick hat heilende Eigenschaften, ist Träger von Mineralsalzen, Spurenelementen und Vitaminen und macht die Haut glatt und rosig. So kam Gojny auf den Gedanken, den Effekt durch die Herstellung eines Schlickkonzentrats zu verstärken und entwickelte eine Creme, die er «La mer» taufte. Seitdem stellt das «Laboratorium für Meereskosmetik» Produkte vom Augengel bis zur Fusscreme aus dem Schlick aus einem bestimmten Bereich des Naturparks Wattenmeer her. Viele von ihnen haben medizinischen Zusatznutzen und sind auch für die therapiebegleitende Pflege von Neurodermitis und Psoriasis geeignet.

Auf die einzigartigen Eigenschaften des Meeresschlammes setzt auch der französische Hersteller Phytomer, der sich einen selbsterwärmenden Schlamm als Bestandteil seiner «Methode réflexothermale» patentieren liess.

Gönnen wir uns einen Urlaub am Meer, können wir die wohltuende Wirkung des Schlicks aber auch per «do it yourself»-Methode geniessen: Arme und Beine mit Meeresschlick bedecken, ein Weilchen antrocknen lassen und dann sanft abwischen. Ihre Haut bedankt sich mit zarter Glätte und guter Durchblutung.



Salz auf unserer Haut

«Wer es sich leisten kann, Meerbäder zu nehmen, wird damit sein Drüsensystem zweckdienlich aktivieren und anregen können. ... Es hat auf den Gesamtstoffwechsel einen ausgezeichneten Einfluss», empfahl Alfred Vogel schon in den frühen 1950er Jahren. Und mit dem Augenzwinkern des «Kleinen Doktors» fügte er hinzu: «Sehr gut wirkt auch das tägliche Trinken von Meerwasser, selbst wenn es nur ein Schluck sein sollte. Wer sich im Meere draussen in den Wellen tummeln kann, der weiss, wie leicht ihm solch ein Schluck gespendet wird.»

Das haben sich Kosmetikproduzenten zu Herzen genommen. Meerwasser, so ihre Überzeugung, regt die Durchblutung an,

aktiviert den Ionenaustausch und dadurch den Zellstoffwechsel. So sorgt es für eine effiziente Entschlackung der Zellen.

Die für die Erneuerung der Hautzellen wichtigen Mineralsalze sind im Meerwasser in gelöster Form enthalten. Meersalz schenkt eine zarte und gepflegte Haut, weswegen es in kaum einer «Meeres-Creme» fehlt; es fördert in Zahnpasten aber auch die Gesunderhaltung von Zähnen und Zahnfleisch. Von besonderer Bedeutung ist Meersalz auch im medizinisch-kosmetischen Bereich. Meersalzcremes werden besonders gerne zur Hautpflege bei Neurodermitis und Psoriasis eingesetzt.

•CR

Das gibt's zu kaufen:

Auf dem Markt gibt es sehr viele Pflegeprodukte mit Algen, Meeresschlick oder Meersalz bzw. -wasser. Nicht alle Produzenten sind zertifizierte Naturkosmetik-Hersteller. Die Aufwendungen für die Meereskosmetik sind in aller Regel hoch, daher haben die Produkte auch ihren teilweise recht üppigen Preis. Die Liste zeigt nur eine kleine Auswahl.

Biomaris: Bedeutender Hersteller von Meeres-Kosmetik in Deutschland; in der Schweiz sind die Produkte über die Firma Cosmetix SA erhältlich. Die Marke bietet Pflegelinien von Kopf bis Fuss an; neueste Entwicklung ist die «anti-aging-line». Biomaris ist Mitglied der Forschungsgemeinschaft für Meeresheilkunde und setzt sich in diesem Zusammenhang für die Erhaltung des Meeres ein.

Börlind: Kontrollierte Naturkosmetik. Bietet eine Reihe von Pflegeprodukten mit Algenextrakten und Meersalz, insbesondere in der «Tautropfen»- und der «For Men»-Serie. Das «Börlind Meeresalgen Vital-Shampoo» wurde von der Zeitschrift Öko-Test 2007 als «sehr gut» bewertet.

La mer: Die Produkte werden über Kosmetikinstitute, Wellness-Hotels und Apotheken vertrieben. «La Mer Med Meersalzcreme» schneidet im «Öko-Test Jahrbuch Kleinkinder 2008» unter Neurodermitikercremes/Basispflege mit «sehr gut» ab.

La Prairie: Nutzt Meerwasser, Meerespettersilie, Algen und Extrakte aus Korallengras für die «Advance Marine Biology Cream» für Frauen und Männer. Die Algenextrakte, Hauptbestandteile der Anti-Aging Creme, stammen ausschliesslich aus Pflanzen, die mithilfe nachhaltiger Aquakultur an Land gezüchtet werden. La Prairie unterstützt die Arbeit der Non-Profit-Organisation «Ocean Futures Society».

Lavera: Kontrollierte Naturkosmetik. Lavera bietet Produkte mit Meeresalgenextrakt, Meersalz und «Flor de Sal» an, besonders in den Linien «basis sensitiv», «Body Spa» und «Men». Lavera führt auch eine meersalzhaltige Zahncreme.

Migros: Führt die Pflegeserie «Arad» mit Mineralien aus dem Toten Meer und empfiehlt sie bei trockener, irritierter Haut. Unter dem Namen «Seapearls» bietet sie eine Pflegelinie auf der Basis von Blaualgen zur Bekämpfung von Cellulite an.

«Das Salz als Heilmittel»

Alfred Vogel, der das Meer ebenso liebte wie die Berge, schrieb immer wieder über die gesundheitliche Bedeutung des Meersalzes und empfahl Meersalzbäder bei verschiedenen Erkrankungen. Als Ernährungstherapeut wusste er natürlich, dass «bei hohem Blutdruck auf zusätzliches Salzen verzichtet werden (sollte), da dadurch die Gefahr einer weiteren Steigerung besteht.»

Er war jedoch überzeugt davon, dass Meersalz mit seinen Mineralstoffen und Spurenelementen gewöhnlichem Kochsalz weit überlegen sei. Er führte sogar seine Beobachtung, dass viele Bewohner des Mittelmeerraumes trotz des Konsums von Pasta und Weissbrot häufig schöne und gesunde Zähne hätten, auf deren

Verwendung des Meersalzes zurück. Auch der natürliche Jodgehalt des Meersalzes schien ihm unbedenklicher als ein künstlich jodiertes Salz.

So verwundert es nicht, dass er immer wieder «Versuche durchführte, um ein Würzsalz ... in Verbindung mit frisch verarbeiteten Würzkräutern» aus reinem Meersalz herzustellen. Auf diese Weise entstanden die heutigen Spezialitäten: Herbamare®, mit 12 erntefrischen Gemüsesorten und Kräutern aus kontrolliert biologischem Anbau, angereichert mit der jodhaltigen Meeresalge Kelp und das rassige Trocomare®, das zusätzlich Paprika und Meerrettich enthält. Geniesser, die es pikant lieben, schwören auf Herbamare Spicy® mit Chili und Pfeffer.

Das für eine kochsalzarme Ernährung geeignete Herbamare® Diet wird im Gegensatz zu den anderen Salzen nicht mit Meersalz, sondern aus Kalium- und Magnesiumchlorid hergestellt und ebenfalls mit Gemüse und Kräutern aus kontrolliert biologischem Anbau und dem mineralstoffreichen Kelp angereichert.



Aus den Salzgärten der Camargue kommt das naturreine Meersalz für die A.Vogel Frischkräutersalze. Alfred Vogel war davon überzeugt, dass Meersalz zur «Wellness von innen» beiträgt.