

TEST BODYLOTIONS

# GUT ZUR HAUT

Wir haben 15 Bodylotions getestet. Alle Produkte spenden Feuchtigkeit und sorgen für ein gutes Hautgefühl. Nur in einigen Lotionen trüben unerwünschte Chemikalien das Testergebnis.

## VIER PRODUKTE MIT BEDENKLICHEN CHEMIKALIEN

### DEN SCHUTZ ERHALTEN

Die Haut ist unser wichtigster Schutz vor gefährlichen äußeren Einflüssen. Sie verhindert, dass Krankheitserreger, Schadstoffe oder UV-Strahlung ungehindert in den Organismus eindringen können. Über die Hautbarriere erfolgt zudem die Regulierung der Körpertemperatur, über sie werden Wasser, Elektrolyte und andere körpereigene Stoffe ausgeschieden. Und die Haut gibt uns Orientierung, welche Bedingungen in unserer Umgebung herrschen, indem sie etwa Informationen über Druck, Hitze und Kälte an unser Nervensystem weiterleitet.

Ob Kälte, Sonne, trockene Luft, Waschsubstanzen oder Reinigungsmittel, unsere Haut ist tagtäglich Situationen ausgesetzt, die zu Austrocknung führen. Trockene Haut fühlt sich unangenehm an und reißt leicht ein. Das begünstigt Infektionen und Entzündungen. Trockene Haut neigt auch zu Juckreiz und wird eher wund. Umso wichtiger ist es, dass wir der Haut die verlorene Feuchtigkeit zurückgeben. Dafür ist es nicht zwingend notwendig, teure Spezialprodukte zu verwenden, Bodylotions oder eine geeignete einfache Hautcreme tun es dafür auch.



Baden oder Duschen bedeutet Stress für unsere Haut, sie verliert an Feuchtigkeit und trocknet aus. Bodylotions sollen Feuchtigkeit spenden und die Haut wieder geschmeidig machen. In einem internationalen Test haben wir überprüft, ob Körperlotionen, die für trockene Haut ausgelobt sind, das können. Die gute Nachricht: Alle 15 Produkte, ob günstige Drogerieeigenmarken oder teure Markenkosmetik, können Körperpflege. Sie reichern die Haut ausreichend mit Feuchtigkeit an und sorgen für ein angenehmes Hautgefühl. Die Wermutstropfen: In einigen Bodylotions stecken Duftstoffe, die Allergien auslösen können, in einigen sind hormonaktive Chemikalien enthalten.

#### Zwei Produkte sehr gut

Unsere Testsieger sind die beiden sehr guten Lotionen Balea Urea Bodylotion und Body Intensive 7 Days 24h Replenishing Lotion von Garnier. Beide verdienten sich die Topplatzierung, weil sie die Haut sehr gut mit Feuchtigkeit anreichern. Neun Produkte schnitten gut ab. Die vier Lotionen Reichhaltige Body Milk 72h Feuchtigkeit von Nivea, Balance my skin body lotion von Löwengrip, Sublime Melting Milk von Colistar und The Ritual of Karma 24h hydrating body lotion von Rituals schafften zwar ebenfalls eine gute Feuchtigkeitsanreicherung der Haut, enthalten jedoch hormonaktive Substanzen. Dies führt zur Abwertung auf ein durchschnittliches Testurteil.

#### Wie beliebt sind die Produkte?

Bei den Testerinnen kamen die Produkte hinsichtlich ihrer kosmetischen Eigenschaften insgesamt gut oder sogar sehr gut an. Kleinere Abstriche gab es ausgerechnet beim Testsieger von Balea sowie bei der Bodylotion von Weleda. Diese beiden Produkte fielen bei der Frage nach der Kaufabsicht mit einer durchschnittlichen Bewertung leicht ab. Was die Umwelteigenschaften der Verpackung angeht, besteht vor allem bei der entnehmbaren Menge sowie beim Verhältnis Verpackung zu Inhalt Verbesserungsbedarf. Die Deklaration der Produkte entsprach teilweise nicht den Vorschriften. Bei den Bodylotions von Garnier und L'Occitane fehlte eine Beschriftung auf deutsch.

Wir wollten auch wissen, ob eine einfache Hautcreme mit den Bodylotions mithalten kann, und haben den Testpersonen heimlich Nivea-Creme „untergejubelt“. Das Ergebnis lesen Sie in unserem Kosmetik-Check auf Seite 30.

#### Hauttypen

Die Haut wird grundsätzlich in verschiedene Typen eingeteilt: normale, fettige, trockene und Mischhaut. Zusätzlich gibt es den Sonderfall der zu Irritationen neigenden „empfindlichen“ Haut. Die Gesichtshaut lässt auch gewisse Rückschlüsse auf den allgemeinen Gesundheitszustand sowie die Hautalterung zu.

**Normale Haut.** Sie wirkt weder fettig noch trocken. Die Poren sind klein und kaum sichtbar.

**Trockene Haut.** Die Haut fühlt sich, wenn sie feucht ist, ziehend an. Sie ist stumpf und eher dünn. Trockene Haut neigt zur Schuppenbildung, schält sich leicht. Trockene Haut tritt häufig aufgrund von bestimmten Umwelteinflüssen wie UV-Strahlung oder Kälte auf.

**Fettige Haut.** Sie macht sich häufig nach der Pubertät bemerkbar, weil die Talgabsorption eng mit der Hormonproduktion verbunden ist. Fettige Haut glänzt und ist durch eine Verdickung der Epidermis sowie erweiterte Poren gekennzeichnet.

**Mischhaut.** Sie beschränkt sich auf das Gesicht und ist durch eine reichliche Talgproduktion in der T-Zone (Stirn, Nase und Kinn) charakterisiert. Gleichzeitig weist der Rest des Gesichts normale oder zu Trockenheit neigende Haut auf.

**Empfindliche Haut.** Wirkt fast wie eine normale und nicht fettige Haut. Sie ist eher dünn und verträgt aggressive physische und chemische Einflüsse schlecht. Es kommt rasch zu Hautreaktionen wie etwa Rötungen.

## Ursachen für trockene Haut

**Kälte und Hitze.** Kälte und niedrige Luftfeuchtigkeit trocknen die Haut besonders stark aus. Kaltes Wetter verschlimmert zudem bestehende Hautkrankheiten. Ebenfalls austrocknend wirkt sich das Klima etwa in Wüstenzonen aus, wo die Luft heiß und die Luftfeuchtigkeit niedrig ist. In Innenräumen entziehen Zentralheizungen, Klimaanlage und Raumheizungen der Luft ebenfalls Feuchtigkeit. Auch das führt zu trockener Haut.

**Enge Kleidung.** Enge Kleidung, aber auch Kompressionskleidung (z. B. bei Veneninsuffizienz) erhöht das Risiko für trockene Haut. Die Reibung des Stoffes auf der Haut kann dies weiter befördern.

**Bäder, Duschen und Schwimmen.** Häufiges Duschen oder Baden, insbesondere mit heißem Wasser, kann die Hautbarriere beeinträchtigen und die Haut austrocknen.

**Seifen und Reinigungsmittel.** Normale Haut ist leicht sauer, mit einem pH-Wert von 4,5 bis 5,75. Seifen, die alkalisch sind

(pH 7 – 12), können das Säure-Basen-Gleichgewicht der Haut stören und ihr Feuchtigkeit entziehen. Gesunde Haut kann das pH-Ungleichgewicht ausgleichen. Ist die Haut allerdings, etwa durch Kälte oder Sonne, strapaziert, kann es zu trockener Haut kommen.

**Sonne.** UV-Strahlung dringt tief in die Dermis ein und schädigt Kollagen- und Elastinfasern. Das führt zu tiefen Falten, schlaffer und trockener Haut. Auch wenn man das Sonnenbad liebt, sollte es nicht exzessiv ausfallen.

**Alter.** Bei älteren Menschen tritt trockene Haut häufiger auf, weil die Aktivität der Talg- und Schweißdrüsen abnimmt. Die Talgdrüsenaktivität erreicht in der Pubertät ihren Höhepunkt. Bei Frauen bleibt sie bis zur Menopause hoch und nimmt dann ab. Bei Männern sind die Talgdrüsen länger aktiv.

**Hautkrankheiten.** Menschen mit Hauterkrankungen wie atopischer Dermatitis (Ekzem) oder Psoriasis (Schuppenflechte) sind anfälliger für trockene Haut.

Abbildungsnummer	Marke / Bezeichnung	Inhalt in ml	Angebotsform	Preis/100 ml in €	TESTURTEIL Erreichte von 100 Prozentpunkten	ANGABEN LT. ANBIETER				WIRKUNG	ANWENDUNG UND HAUTGEFÜHL
						Parfum	Potenziell allergieauslösende Duftstoffe <sup>1)</sup>	Anzahl potenziell allergieauslösender Duftstoffe	Potenzielle endokrine Disruptoren <sup>2)</sup>		
1	Balea <sup>3)</sup> Urea Bodylotion	400	PF	0,49	sehr gut   günstig (83)	✓	✓	1	×	++	+
2	Garnier Body Intensive 7 Days 24h Replenishing Lotion <sup>4)</sup>	400	F	1,86	sehr gut   günstig (81)	✓	✓	4	×	++	++
3	Nivea Smooth Sensation Body Milk 72h Feuchtigkeit	625 <sup>5)</sup>	PF	1,11	gut   günstig (75)	✓	✓	3	×	+	++
4	Neutrogena Deep Moisture	400	PF	0,99	gut   günstig (71)	✓	×	0	×	+	++
5	Yves Rocher Beruhigende Körpermilch Hafer & Buchweizen	390	PF	2,31	gut   günstig (71)	✓	✓	2	×	+	+
	CeraVe Feuchtigkeitlotion parfümfrei	473 <sup>5)</sup>	PF	4,00	gut (71)	×	×	0	×	+	+
	La Roche-Posay Lipikar Lotion	400	PF	4,72	gut (71)	✓	×	0	×	+	++
	Eucerin pH5 Beruhigende Lotion	400	PF	4,97	gut (71)	✓	✓	1	×	+	++
	Mixa Ceramide Protect	400 <sup>5)</sup>	PF	5,45	gut (68)	×	×	0	×	+	+
	Weleda Skin Food Body Lotion <sup>6)</sup>	200	F	9,23	gut (68)	✓	✓	5	×	+	+
	L'Occitane en Provence Lait riche corps Shea Butter	250	PF	15,60	gut (64)	✓	✓	6	×	+	+
	Nivea Reichhaltige Body Milk 72h Feuchtigkeit	625 <sup>5)</sup>	PF	1,11	durchschnittl. (57)	✓	✓	7	✓ <sup>7)9)</sup>	+	+
	Collistar Sublime Melting Milk	400	PF	5,59	durchschnittl. (57)	✓	✓	5	✓ <sup>7)9)</sup>	+	+
	Rituals The Ritual of Karma 24h hydrating body lotion	250	PF	5,96	durchschnittl. (57)	✓	✓	8	✓ <sup>7)10)</sup>	+	++
	Löwengrip Balance my skin body lotion	200	PF	10,48	durchschnittl. (57)	✓	✓	3	✓ <sup>7)10)</sup>	+	++

Bei gleicher Punktezahl Reihung nach Preis pro 100 ml in €. Infos zur GUT&GÜNSTIG-Auswahl: [konsument.at/gut-und-guenstig](https://www.konsument.at/gut-und-guenstig)  
**Zeichenerklärung:** ✓ = ja, × = nein PF = Pumpflasche, F = Flasche **1)** gemäß Kosmetikverordnung (EU) 1223/2009 Artikel 19 **2)** siehe <https://vki.at/kosmetika-chemikalien-die-wie-hormone-wirken> **3)** Eigenmarke dm **4)** nur online erhältlich, z. B. bei Amazon und lookfantastic.at **5)** Auch in anderen Verpackungsgrößen erhältlich. Die Bewertung der Umwelteigenschaften bezieht sich auf die hier genannte Verpackung. **6)** Naturkosmetiksigel Natrue **7)** führt zur Abwertung

## Was kann ich dagegen tun?

**Luftbefeuchter.** Besonders im Winter, wenn Heizung für trockene Raumluft sorgt, kann ein Luftbefeuchter sinnvoll sein. Stellen Sie ihn auf etwa 60 Prozent Luftfeuchtigkeit ein. Das sollte ausreichen, um die Haut mit ausreichend Feuchtigkeit zu versorgen.

**Nur kurz baden und duschen.** Beschränken Sie sich auf ein 5- bis 10-minütiges Bad oder eine Dusche pro Tag. Je länger Sie in der Badewanne liegen, desto mehr geht von der Fettschicht der Haut verloren, was einen Verlust an Feuchtigkeit mit sich bringt. Verwenden Sie lauwarmes anstatt heißes Wasser. Heißes Wasser wäscht die in der Haut befindlichen natürlichen Öle und Lipide stärker aus.

**Weniger Seife.** Verwenden Sie möglichst seifenfreie Reinigungsmittel und verzichten Sie auf Deo-Seifen, parfümierte Seifen und alkoholhaltige Waschprodukte, da diese die natürlichen Öle aus der Haut entfernen. Wenn Sie doch Seifen benutzen möchten, achten Sie bei der Auswahl auf Produkte,

die überfettet sind. Das bedeutet, dass die enthaltenen Fette oder Öle nicht vollständig verseift wurden und als Reste in der Seife verblieben sind.

**Abtupfen statt abreiben.** Reiben Sie die Haut mit dem Handtuch nach dem Duschen oder Baden nicht ab, sondern tupfen Sie die Feuchtigkeit weg. Verwenden Sie auch keine Scheuerbürsten sowie raue Badeschwämme oder Badehandschuhe.

**Nicht kratzen.** Trockene Haut neigt zu Juckreiz. Unterdrücken Sie den ersten Impuls, kratzen zu wollen. Versuchen Sie, den Juckreiz mit einer Feuchtigkeitscreme zu lindern. Sie können dazu auch eine Kältepackung oder -kompressen verwenden.

**Kleidungswahl.** Verwenden Sie keine Kleidung aus hautreizenden Materialien.

**Kälteschutz.** Kalte, windige Luft trocknet die Haut stark aus. Ziehen Sie sich deshalb im Winter warm an. Tragen Sie Fäustlinge oder Handschuhe und kleiden Sie sich in Schichten, um Überhitzung und übermäßiges Schwitzen zu vermeiden.

	Kosmetische Eigenschaften									Empfundene Wirksamkeit	UMWELTEIGENSCHAFTEN DER VERPACKUNG 10 %					DEKLARATION UND WERBEAUSSAGEN 10 %	
	Geruch vor dem Auftragen	Einziehen / Absorption	Verteilbarkeit	Textur	Geruch auf der Haut	Klebrigkeit	Fettigkeit	Allgemeine Akzeptanz	Gesamtbeurteilung		Kaufabsicht	Primärverpackungsmaterial	Sekundärverpackung	Entnehmbare Menge	Packaging impact ratio		
	+	0	0	+	+	0	+	+	0	0	0	+	+	+	+	+	+
	++	+	+	++	++	+	++	++	++	+	++	++	+	+	++	0	++
	++	+	+	++	++	++	+	++	++	++	++	++	+	++	0	+	+
	+	+	+	++	+	+	++	++	++	+	++	++	+	++	-	-	0
	+	0	+	++	+	0	+	+	+	+	+	+	+	++	0	-	0
	+	+	+	++	++	+	+	+	++	+	++	++	+	++	-	-	0
	++	++	++	++	++	++	+	++	++	++	++	++	-	0	++	--	-
	+	0	+	++	+	0	+	+	+	+	+	+	0	+	++	-	+
	+	0	+	++	+	0	+	+	0	0	+	+	0	+	++	-	0
	+	+	+	++	++	+	++	+	+	+	+	+	0	0	++	-	-
	+	++	+	+	++	++	+	+	+	+	++	++	0	++	++	-	0
	+	+	+	+	+	0	0	0	+	+	+	+	0	0	++	0	-
	++	++	++	++	+	++	++	++	++	++	++	++	+	+	++	0	-
	++	+	++	++	++	+	++	++	++	++	++	++	-	0	++	--	-



MEHR ZUM THEMA



Die Testkriterien finden Sie unter [konsument.at/bodylotions](https://www.konsument.at/bodylotions). Mit Ihrem Abo bzw. bei Kauf eines 24-h-Tickets haben Sie auch Zugriff auf den Produktfinder und weitere Informationen.

8) BHT 9) Benzyl Salicylate, D5 10) Benzyl Salicylate  
 Beurteilungsnoten: sehr gut (++) , gut (+) , durchschnittlich (0) , weniger zufriedenstellend (-) , nicht zufriedenstellend (--)  
 Prozentangaben = Anteil am Endurteil  
 Preise: Februar 2025

