



## KASTANIE

## Stacheliges Multitalent

Sie ist der typische Schattenspender in Biergärten. Vor allem ihre braunen Früchte stecken voller Beauty-Power. Die Samen enthalten den Wirkstoff Aescin. Er beeinflusst das Gefäßsystem positiv, stärkt die Venen, lindert Augenringe und geschwollene Beine. Der Gerbstoff wirkt wie eine Art Naturklebstoff, dichtet Gefäßwände von innen ab, was die Spannkraft der Venen verbessert. Produkte mit Rosskastanien-Extrakt gibt es zum Einnehmen oder als Salbe. Die Saponine aus den Früchten bilden bei Wasserkontakt einen Schaum, der zu 100 Prozent abbaubar ist. Davon profitieren Shampoos und Duschzusätze.

## Baumstark

Diese Beauty-Helfer enthalten Linde, Kastanie, Birke und Co.



## WEITERLESEN

Bettina Lemke, „Das kleine Buch vom Waldbaden“, Scorpio, 12 Euro

- 1 „Birkenblatt Glanz-Haarspülung“, Sante, 200 ml, ca. 6 Euro. 2 „Birken Aktiv-Getränk“, Weleda, 200 ml, ca. 10 Euro. 3 „Shampoo mit Reis-Proteinen und Linde“, Korres, 250 ml, ca. 13 Euro. 4 „Wind und Wetter Bad“, Dr. Hauschka, 30 ml, ca. 5 Euro. 5 „Bio Rosskastanie Muskel Vital Bad“, Alkmene, 125 ml, ca. 5 Euro. 6 „Lindenblüten Balsam“, Gertraud Gruber, 50 ml, ca. 23 Euro. 7 „Beinwell Rosskastanie Badekristalle“, Kneipp, Sachet, ca. 1 Euro. 8 „Extreme Night Treatment“, Ahava, 30 ml, ca. 66 Euro. 9 „Hand- und Körperseife Wacholder“, Mádara Organic Skincare, ca. 7 Euro. 10 „Woody Raumduft“, Ipero, 240 ml, ca. 25 Euro. 11 „Rosea Calm Cream“, Dr. Schrammek, 50 ml, ca. 40 Euro. 12 „Stretch it Face Serum“, Aesthetico, 5 ml, ca. 16 Euro. 13 „Graedir Hendur Handcreme“, Sóley Organics, 50 ml, ca. 15 Euro