

Dick auftragen

Auch unsere Haut friert bei Temperaturen im Minusbereich und eisigem Wind. Reichhaltige Coldcreams können sie wirksam schützen. Eine Dermatologin hat neun Cremes auf der Skipiste getestet

Bei Minusgraden im Winter braucht der Körper Schutz. Für die Füße gibt es nichts Besseres als handgestrickte Wollsocken, gefütterte Jacken helfen uns in Wärmeklassen – und Coldcreams lassen Wind und frostige Temperaturen an der Haut abprallen. Wer viel draußen ist, an freien Tagen gerne Ski fährt oder Spaziergänge macht, der weiß, wie wichtig Hautschutz ist.

Bei Kälte ziehen sich die Blutgefäße zusammen, damit die tieferen Hautschichten nicht an Wärme verlieren. Dabei nimmt die Sauerstoffversorgung an der Oberfläche ab und die Barrierefunktion wird geschwächt, was die Haut empfindlicher macht gegenüber Umwelteinflüssen wie UV-Licht, Abgasen und kaltem Wind. Außerdem stellen die Talgdrüsen schon ab acht Grad Celsius die Fettproduktion fast vollständig ein. Dadurch kann der Hydrolipidfilm, ein körpereigener Mix aus Feuchtigkeit und Fetten, aus dem Gleichgewicht geraten. Und fehlen die Fette, ist die Haut weniger in der Lage, Feuchtigkeit zu speichern. Die Folge: Sie trocknet aus.

Wer fettige Haut hat, leidet am wenigsten unter der Winterkombination aus Frost und trockener Heizungsluft. Alle anderen brauchen eine spezielle Pflege, wenn sie länger der Kälte ausgesetzt sind.

Coldcreams wurden genau zu diesem Zweck entwickelt, sie schützen mit natürlichen Fetten wie Bienenwachs oder Olivenöl. Wichtig: In beheizten Räumen die Coldcream abwischen. Unter dem Schutzfilm kann die Haut ins Schwitzen geraten und mit Rötungen oder Juckreiz reagieren.

KATJA DREISSIGACKER



Die Expertin: Die Münchner Hautärztin Dr. Tatiana von Bayern ist neben klassischer Dermatologie insbesondere auf Lasertherapie, Dermatologie im Alter und Neurodermitis spezialisiert. In ihrer Praxis im Südlichen Schlossendell am Nymphenburger Schloss (dermatologie-schlosspalais.de) kombiniert sie Schulmedizin und Naturheilverfahren und berücksichtigt bei der Behandlung auch Ernährung und Lebensumstände ihrer Patienten. Die Coldcreams hat sie während ihres Skilauts zum Jahreswechsel seinem Härtetest auf der Piste unterzogen.

Hinweis der Redaktion: Ein Teil der auf dieser Seite vorgestellten Produkte wurde der Redaktion von den Herstellern zur Verfügung gestellt und nach dem Test zurückgeschickt oder gespendet.

ILLUSTRATION: DIK SCHMIDT, FOTOS: IMAGO, HERSTELLER



Teuer, aber erstklassig
„Bei dieser Coldcream muss ich zuerst auf die Wirkstoffe eingehen. Sie sind nicht nur alle unbedenklich, sondern die Gesamtmixtur hebt sich auch von den anderen Testprodukten ab. So ist neben Feuchtigkeitsspendender Hyaluronsäure ein Stiefmütterchen-Extrakt enthalten, das entzündungshemmend wirkt, sowie beruhigende Echinacea. Beides wertvolle Wirkstoffe, die der Haut im Winter besonders guttun. Selbst für Neurodermitiker ist die Creme bestens geeignet. Mein Fazit nach dem Test auf der Piste: Die Creme schützt die Haut zuverlässig vor Kälte und Wind. Hinzu kommt, dass sie sich sehr gut auftragen lässt und eine cremige Konsistenz hat, die mäßig schnell einzieht. Auf der Haut spürt man die Reichhaltigkeit, aber keinen Fettfilm. Vor allem trockene Haut wird sehr gut gepflegt. Wer abwartet, bis die Creme vollständig eingezogen ist, kann auch Make-up darüber auftragen. Wäre der Preis nicht so extrem hoch, hätte ich dieser Coldcream zehn Punkte gegeben.“

Zieht zu langsam ein
„Auch hier ist der erste Eindruck der Coldcream durchaus positiv. Die schützende Pflege lässt sich gut auftragen, hat eine angenehme weiche, cremige Konsistenz. Doch dann zieht sie leider nur mäßig gut ein und fühlt sich fettig auf der Haut an. Das könnte man besser machen. Insbesondere trockene Haut schützt sie gut vor Wind und Kälte. Man spürt, wie die Haut nicht nur geschützt, sondern dabei auch gepflegt wird. Make-up lässt sich nur schlecht darüber auftragen. Und selbst einige Stunden nach dem Auftragen fühlt sich die Haut noch unangenehm fettig an. Zu den Inhaltsstoffen: Negativ aufgefallen sind mir Vaseline und minderwertiges Mineralöl. Ebenso Duftstoffe, die Allergien auslösen können und insbesondere bei Mischhaut nicht geeignet sind.“



Nährstoffcreme von Susanne Kaufmann
Preis: 71 Euro* für 50 ml
Bewertung: 9 von 10 Punkten



Coldcream von Strathmann
Preis: 10,78 Euro* für 150 ml
Bewertung: 5 von 10 Punkten

Schützt auch Allergiker

„Eine Coldcream, die schon beim Auftragen überzeugt. Die cremige Konsistenz hat mir sehr gut gefallen, die Haut fühlt sich sofort gut und reichhaltig gepflegt an. Es dauert etwas länger, bis die Creme eingezogen ist, aber nicht so lang wie bei den meisten anderen Testprodukten. Kälte und Wind können der Haut dann nichts mehr anhaben. Lediglich bei Rosazea würde ich ein anderes Produkt empfehlen. Make-up lässt sich darüber auftragen, allerdings mit kleinen Abstrichen: Für ein makelloses Finish muss man etwas mehr Zeit einplanen. Die Wirkstoffe sind alle okay. Lediglich das minderwertige Mineralöl hat mich etwas gestört. Gut fand ich, dass die Creme unpuffert ist, was vor allem Allergikern und Menschen mit Neurodermitis zugute kommt. Für mich ist die Coldcream von La Roche-Posay ein Allround-Präparat für die ganze Familie.“



Cold Cream Naturel von La Roche-Posay
Preis: 7,90 Euro* für 100 ml
Bewertung: 8 von 10 Punkten

Fühlt sich leicht an

„Auch diese Coldcream war einen Hauch besser als viele andere. Sie lässt sich gut auftragen und hat eine auffallend leichte Konsistenz, die schnell einzieht. Selbst direkt auf der Haut fühlt sie sich angenehm leicht an – und das kommt bei Coldcreams nur sehr selten vor. Man hat den Eindruck, sie macht die Haut etwas glatter. Make-up darüber aufzutragen ist gar kein Problem – und es hält sogar sehr gut. Nicht zuletzt deshalb kann man sie für den ganzen Tag auf der Haut lassen. Manko: Bei Temperaturen unter minus zehn Grad ist der Kälteschutz nicht mehr zu hundert Prozent gegeben. Die Inhaltsstoffe sind unbedenklich, ich hätte mir nur noch ein gutes Pflanzenöl gewünscht. Wer auf Duftstoffe reagiert, sollte lieber ein anderes Produkt wählen, denn sie können potenziell Allergien auslösen.“



Winter Creme von Dr. Grandel
Preis: 24,90 Euro* für 75 ml
Bewertung: 8 von 10 Punkten

Zu ölig auf der Haut

„Wegen der eher öligem Konsistenz der Coldcream von Bergland braucht sie relativ lange, bis sie einzieht. Wenn man schnell auf die Piste will oder es morgens einfach eilig hat, kann das schon nervig sein. Und leider bleibt das ölig fettige Gefühl auch für länger auf der Haut. Beim Schutz vor Wind und Kälte macht die Pflege dann wieder einen guten Job, vor allem, wenn die Temperaturen wirklich sehr niedrig sind. Empfehlen würde ich das Produkt aber nur für trockene bis sehr trockene Haut. Mischhaut oder fettige Haut wird mit dieser Creme übersorgt, was zu Irritationen und Pickeln führen kann. Wer über der Coldcream Make-up auftragen will, muss ein anderes Produkt wählen – das geht hier nur ganz schlecht. Bei den Inhaltsstoffen gibt es dank Olivenöl und Bienenwachs aber grünes Licht vor mir.“



Cold Cream von Bergland-Pharma
Preis: 8,25 Euro* für 30 ml
Bewertung: 5 von 10 Punkten

Für die ganze Familie

„Das Auftragen ist dank der cremigen Konsistenz ein Kinderspiel. Wenn die Coldcream jetzt noch etwas schneller einziehen würde, wäre ich begeistert. Schon direkt danach fühlt sich die Haut gut an, von Juckreiz oder Spannungsgefühlen keine Spur. Und auch auf der Piste hat mich das Produkt überzeugt, es schützt die Haut zuverlässig und hinterlässt ein sehr gut und reichhaltig gepflegtes Gefühl. Diese Creme eignet sich für die ganze Familie. Foundation und Puder sollte man lieber nicht darüber geben, das Ergebnis lässt dann doch zu wünschen übrig. Bei den Wirkstoffen habe ich Minuspunkte entdeckt: Das Produkt enthält neben Bienenwachs und Thermalwasser minderwertiges Paraffinöl und Duftstoffe, die Allergien auslösen können. Das macht auch das gute Preis-Leistungs-Verhältnis nicht wett.“



Cold Cream von Avène
Preis: 9,90 Euro* für 40 ml
Bewertung: 7 von 10 Punkten

Auch für Babys gut

„Ich glaube, die Coldcream von Weleda ist eines der bekanntesten Produkte – aber deshalb muss es nicht automatisch das Beste sein. Das beginnt schon beim Auftragen, die Creme mit öligem Konsistenz zieht nur mäßig schnell ein, der Film auf der Haut wirkt fettig. Beim Schutz vor Wind und Kälte überzeugt sie dann doch auf ganzer Linie. Auch bei sehr trockener Haut sorgt die Creme für ein gepflegtes Gefühl. Selbst für Säuglinge und Kinder würde ich sie empfehlen – allerdings nicht bei Mischhaut. Aufgrund des Fettfilms sollte man auf Make-up lieber verzichten. Die Wirkstoffe haben mich überzeugt. Mandel- und Erdnussöl zählen zu den hochwertigen Ölen. Nur die ätherischen Öle können potenziell Allergien auslösen, alles andere ist unbedenklich. Deshalb beurteile ich das Preis-Leistungs-Verhältnis auch als relativ gut.“



Coldcream von Weleda
Preis: 9,95 Euro* für 30 ml
Bewertung: 7 von 10 Punkten

Fairer Preis

„Bei Coldcreams erwartet man ja eher eine recht zähe Konsistenz. Doch die Pflege von Alterra ist angenehm cremig, lässt sich leicht auftragen und zieht mäßig schnell ein. Gestört hat mich zunächst, dass sie sich auf der Haut klebrig anfühlt. Im Outdoor-Test hat sie allerdings wieder überzeugt: Sie schützt die Haut zuverlässig vor Kälte und eisigem Wind. Wenn man nach dem Auftragen ein paar Minuten wartet, kann man auch Make-up darüber geben, ohne dass es fleckig wirkt. Was die Inhaltsstoffe angeht, gibt es nur ein Manko: Duftstoffe, die Allergikern Probleme bereiten könnten. Ansonsten sind hochwertige Öle aus Oliven, Mandeln und Avocado enthalten. Das Preis-Leistungs-Verhältnis finde ich absolut in Ordnung.“



Cold Cream von Alterra
Preis: 3,29 Euro* für 50 ml, exklusiv bei Rossmann
Bewertung: 6 von 10 Punkten

Ideal für trockene Haut

„Fast 30 Euro ist für eine Coldcream schon recht teuer. Deshalb war ich gespannt, was sich in dieser Tube verbirgt. Zunächst die Konsistenz: cremig weich; das Produkt lässt sich gut auftragen und zieht schnell ein. Die Creme ist extrem reichhaltig und hinterlässt auf der Haut ein leicht fettiges Gefühl. Doch für sehr trockene Haut ist das gut, sie profitiert davon. Beim eigentlichen Test, dem Schutz vor Kälte und Wind, gibt's hier volle Punktzahl. Selbst bei sehr kalten Temperaturen wird auch trockene Haut sehr gut geschützt. Schade, dass sich Make-up nicht gut mit der Creme verträgt – aber das ist bei den meisten Coldcreams der Fall. Die Inhaltsstoffe sind unbedenklich, nur die enthaltenen Duftstoffe sind wieder potenziell Allergien auslösend.“



Cold Cream von La Biotechnique
Preis: 29,50 Euro* für 30 ml
Bewertung: 7 von 10 Punkten

*= Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers