

Deo selber machen. Schnell, günstig und ohne Aluminium!

Die Datenlage soll sich verändert haben... Bei der Verwendung von Deos und Antitranspirantien sei eine Aufnahme von Aluminium über die Haut unwahrscheinlich. Zu diesem Schluss kommt das Bundesinstitut für Risikobewertung neuerdings. Finni Fit ist der Meinung, dass Vorsicht besser ist als Nachsicht. Sie zeigt euch vor diesem Hintergrund, wie einfach es ist und günstig noch dazu: Deo selber machen – und zwar ohne Aluminium und weitere, unerwünschte chemische Zusätze. Ganz natürlich!

Zutatenliste

100 ml Wasser
2 TL Speisestärke
2 TL Natron
10 Tropfen ätherisches Öl

Neben den angegebenen Zutaten benötigt ihr lediglich einen kleinen Kochtopf, einen Schneebesen und einen leeren Deoroller, der wiederverwendbar ist, d.h. bei dem sich der Rolleinsatz ab- und wieder aufsetzen lässt.



Was den Einsatz des spezifischen ätherischen Öls anbelangt, hängt dies natürlich einerseits von eurem persönlichen Geschmack ab, andererseits sollte es sich um ein ätherisches Öl handeln, das antibakterielle Eigenschaften besitzt, um die Wachstumsbedingungen für Bakterien in der Achselhöhle zu verschlechtern. Die Bakterien sind es nämlich, die durch ihre Stoffwechselprodukte fürs Müffeln sorgen.

Antibakterielle ätherischen Öle:

Ingwer, römische Kamille, Kardamom, Kiefer, Lemongras, Majoran, Minze, Orange, Pfefferminze, Rosmarin, Wintergrün und Zitronengras

Antibakterielle und antifugale ätherische Öle:

Eukalyptus, Lavendel, Salbei, Sandelholz, Teebaum, Thymian, Wacholder und Zitrone

Nützliches Wissen für den Alltag

Wenngleich das ätherische Öl im Deo in verdünnter Form zum Einsatz kommt, könnte es sein, dass ihr darauf empfindlich reagiert. Finni Fit schlägt deshalb vor, 1|2 Tropfen des Öls eurer Wahl ins Handgelenk einzumassieren und für einen Moment abzuwarten, noch bevor ihr es zur Herstellung des Deos einsetzt. Sollten an dieser Stelle Jucken oder Rötungen auftreten, nutzt besser einen anderen Duft, der bei euch keine Hautreizungen hervorruft.

Das Natron dient im Deo mit seinem hohen, basischen pH-Wert sowie reinigenden und neutralisierenden Eigenschaften übrigens dazu, Gerüche zu binden. Zudem wirkt es antibakteriell. Die Speisestärke wird im Deo insbesondere genutzt, um eine zähflüssige Konsistenz für das Roll-On zu erreichen und die Achseln trocken zu halten.

Vielleicht noch ein Hinweis: In der Regel haben Deoroller ein Fassungsvermögen von 50 ml. Die Zutatenliste ist entsprechend ausreichend, gleich zwei Deos herzustellen.



Deo selber machen. So geht's!

Gebt 2 Teelöffel Speisestärke in 100 ml kaltes Wasser, lasst das Gemisch kurz in einem kleinen Topf unter Rühren aufkochen und nehmt es dann von der heißen Herdplatte. Im Ergebnis sollt ihr eine zähflüssige Konsistenz bei eurer Deo-Basis-Creme erreicht haben, die vor dem nächsten Schritt zunächst einmal abkühlen sollte.

Ist die in Wasser gelöste und angedickte Speisestärke abgekühlt? Dann kann's weitergehen. Mischt nun 2 Teelöffel Natron unter eure Deo-Basis-Creme – sowie das ätherische Öl eurer Wahl. Abfüllen. Fertig! Und übrigens: natürlich ist es möglich, auch verschieden ätherische Öle miteinander zu mischen...