



Cremen im Akkord hieß das Motto. Schließlich haben wir uns die geballte Creme-Kraft in Tuben in die Redaktion geholt.

FOTOS: JÖRN NEUMANN

LEBEN

Fünf Minuten ruhen lassen

Hände brauchen Creme und Zeit – die im Alltag oft fehlt

VON LIOBA LEPPING

Cremig, salbig, samtig, fettig, ölig, schmierig: Wie viele Adjektive gibt es, um eine Handcreme zu beschreiben? Bei unserem Test mit 24 Produkten aus Super-, Drogeriemarkt, Parfümerie und Internet haben wir gelernt, genau zu unterscheiden. Denn tatsächlich ist keine Creme ganz wie die andere. Besonders Duft und Konsistenz entscheiden oft darüber, ob wir eine Creme gut oder schlecht finden.

Bei unserem Test hat sich ein Überraschungskandidat als Favorit herauskristallisiert: Lindesa, eine unverdächtig aussehende Creme mit Bienenwachs überzeugte fast alle Tester. Da unsere Jury aus zwar leidenschaftlichen, aber laienhaften Testerinnen bestand, haben wir den Dermatologen Volker Steinkraus zu Handcremes befragt. Sein Rat: Sich am Tag mindestens fünf Minuten Zeit nehmen für sich und seine Hände.

WAS SOLL EINE HANDCREME EIGENTLICH LEISTEN?

Eine gute Handcreme stärkt langfristig die Barriere-Funktion der Haut. Unsere äußerste Hautschicht, die Hornhaut, wird geschützt von einem fein abgestimmten Film aus Cera-

miden, freien Fettsäuren und Cholesterol, dem sogenannten Hydrolipidfilm. Die Hornhaut sorgt dafür, dass wertvolle Stoffe drin und schädliche Stoffe draußen bleiben.

WIE MUSS EINE GUTE HANDCREME SEIN?

Sie soll den Feuchtigkeitsgehalt der Haut verbessern und Feuchtigkeit speichern. Jede Hautcreme, wie ja auch die Haut selber, besteht aus Wasser und Fett. Emulgatoren sorgen dafür, dass sich die Fett- und Wassermischung verbindet. Gute Feuchthaltefaktoren sind Glycerin oder Urea, weil sie die Haut nicht reizen.

WANN SOLLTE MAN HANDCREME NUTZEN?

Jedes Händewaschen entfettet die Haut, daher ist das Eincremen nach jedem Händewaschen prinzipiell sinnvoll. Die Haut enthält natürliche Feuchthaltefaktoren, die bei jedem Menschen individuell ausgeprägt sind. Deshalb brauchen manche Menschen seltener Handcreme als andere. Sinn macht es, sich morgens nach dem Duschen auch die Hände einzucremen und abends vor dem Schlafengehen. Am besten die Hände dick eincremen und dann fünf Minuten ruhen lassen. Diese Zeit gönnen wir uns im Alltag ja oft nicht, weil wir es eilig haben und sofort weiterarbeiten wollen. Eine längere Einziehzeit ist aber vom medizini-



Professor Dr. Volker Steinkraus entwickelt am von ihm gegründeten Dermatologikum in Hamburg kosmetische und medizinische Aspekte für die optimale Hautpflege.

schen Standpunkt aus gesehen nichts Schlechtes.

WELCHE INHALTSSTOFFE SOLLTE MAN MEIDEN?

Grundsätzlich können Duftstoffe, die einer Handcreme zugesetzt werden, Allergien auslösen. Das muss man einfach ausprobieren. Alle Cremes, die Sie in Deutschland kaufen können, sind dermatologisch unbedenklich. Empfehlenswert sind aus meiner Sicht dennoch unparfümierte Cremes.

MANCHE VERBRAUCHER FÜRCHTEN SICH VOR MINERALÖLEN IN CREMES. ZU RECHT?

Mineral- oder Paraffinöle in Cremes haben nichts mit dem Benzin zu tun, das es an der Tankstelle gibt. Im Zusammenhang mit Cremes sind Mineralöle unbedenkliche Inhaltsstoffe, die für eine gute Konsistenz sorgen.



Die Kapriziöse L'Occitane Peaux Sèches

Preis: 22 Euro / 150 ml
Konsistenz: Zwischen Paste und Salbe, hinterlässt zunächst einen satten Fettfilm auf der Hand.
Duft: Angenehm nach Kokosnuss und Karité. Karité ist auch als Sheabutter bekannt. Stammt vom afrikanischen Butterbaum.
Einziehfaktor: Zieht erst nach Minuten ein, der Effekt ist dafür langanhaltend, einige Testerinnen klagten über ein glitschiges Hautgefühl.
Aufmachung: Die Tube aus Alu erinnert an Ölfarben aus dem Malerbedarf: très chic
Fazit: Französische Pflege der oberen Kategorie, die sich auch im Gäste-WC gut macht. Zumindest für die, die gute Paste teilen wollen....
Quelle: L'Occitane Shop



Die Patente Balea Handcreme Olive

Preis: 0,85 Euro/100 ml
Konsistenz: Milchige Creme, die zunächst von den Händen abzurutschen scheint, Teflon-Feeling
Duft: Riecht nach Blättern, irgendwie grün
Einziehfaktor: Ein wenig Einreiben ist schon nötig. Dass die Creme „sorgfältig“ einmassiert werden will, steht aber auch auf der Rückseite der Tube.
Aufmachung: Wie die dm-Hausmarke eben so aufgemacht ist: hellgrün mit Olivenbild in der praktischen Plastiktube, aber nicht hässlich.
Fazit: Die Creme bietet ein gutes Preis-Leistungsverhältnis: 1 ml kostet 1,17 Cent. Wer nicht viel Geld ausgeben möchte, macht hier nichts falsch.
Quelle: dm-Drogeriemarkt



Die Romantische Wild Rose Handcream

Preis: 14 Euro/100 ml
Konsistenz: Zwischen pastiger Deckfarben-Konsistenz und Erdbeer-Quark.
Duft: rosig-frisch, ein bisschen wie Frühling.
Einziehfaktor: Das Bodyshop-Produkt lässt sich gut verreiben und zieht schnell ein. Die Finger bleiben angenehm unfettig.
Aufmachung: Hübsche Retro-Look Alu-Tube mit rosarotem Aufdruck.
Sonstiges: Die Creme hat Lichtschutzfaktor 15 und verspricht, der Bildung von braunen Flecken vorzubeugen.
Fazit: Sehr hübsche Creme mit angenehmem Duft, nur für Gäste fast zu schade, besser im eigenen Bad hüten.
Quelle: Bodyshop



Die Nordische Neutrogena

Preis: 2,79 Euro/ 75 ml
Konsistenz: Die Creme macht einen blass-bläulich-transparenten Eindruck. Sie ist fettig-fest, hinterlässt einen leichten Film auf der Haut, fühlt sich an wie flüssige Butter. Zunächst nichts anfassen!
Duft: Weil unparfümiert, ist sie tatsächlich geruchsneutral.
Aufmachung: Die Tube der Sonder-Edition mit Herz, Vögelchen und Fischerdorf-Panorama vermindert den sonstigen rauen Norweger-Look. Hat Skihütten-Charme. Und Erste-Hilfe-Charakter für rissige Hände.
Fazit: Für Fans der geruchsneutralen Variante mit Herz für Vögelchen. Die handliche Tube verschwindet auch in Männer-Handtaschen.
Quelle: Drogeriemarkt



Die Edle Maria Galland Crème Satinée

Preis: ca 50 Euro/ 75ml
Konsistenz: erinnert an hochwertige Gesichtscremes, bei dem Preis ist man aber in der Tat schon leicht voreingenommen....
Duft: frisch, aber nicht aufdringlich, ein bisschen wie frisch bezogene Betten
Einziehfaktor: Sie hinterlässt, wie der Name es verspricht, in der Tat einen leichten Satin-Schimmer auf den Händen, ansonsten wird sie gut absorbiert.
Aufmachung: Der Graue-Maus-Look ist Tiefstapelei.
Fazit: Crème aus dem Pariser Kosmetik-Luxus-Segment. Sie enthält Anti-Aging-Wirkstoffe und soll Pigmentflecken vorbeugen. Wer es sich wert ist, kann das versuchen.
Quelle: Parfümerien oder im Internet



Die Beerenstarke Lavera Bio Cranberry

Preis: 2,95 Euro/50 ml
Konsistenz: leicht und luftig
Duft: sehr dezent, typisch Naturkosmetik, schwer zu identifizieren. Vermutlich nach Cranberrys, die einem hierzulande ja eher selten unter die Nase kommen.
Einziehfaktor: Wirkt zunächst klebrig, zieht dann aber schnell ein und hinterlässt ein angenehmes Hautgefühl, das auch anhält.
Aufmachung: Sieht weder luxuriös noch billig aus. Kein Hingucker, aber auch kein Schandfleck in Bad oder Toilette. Die kleinformatige Tube passt auch gut in die Handtasche.
Fazit: Eine günstige Biocreme, die leicht ist und pflegt, ohne den Nutzer bewegungslos zu machen. Motto: Cream & go.
Quelle: Drogeriemärkte



Die Amazone Skin Defender von Comfort Zone

Preis: ca 20 Euro/75 ml
Konsistenz: Textur, ist ausgewogen, nicht zu fest, nicht zu flüssig.
Duft: frühlingshaft bis sommerlich, wie frische Wäsche
Einziehfaktor: Die Creme hinterlässt ein zartes Gefühl. Wohltuender Feuchtigkeitskick.
Aufmachung: Sieht nach mittel-luxuriöser Kosmetik-Linie aus. Auf jeden Fall etwas für Handtasche oder Gäste-WC.
Fazit: Die Italienerin ist etwas für den gehobenen Anspruch und besser gefüllten Geldbeutel.
Quelle: Parfümerie und Internet



Die Hellenin Korres Natural Products

Preis: 12,99 Euro/75ml
Konsistenz: Leichte Salbe, nicht sehr fest, schöne Textur
Duft: Die aus Griechenland stammende Creme duftet erdig-blumig bis nussig, intensiv nach Natur
Einziehfaktor: Zieht nicht sofort ein, glättet jedoch schnell und hinterlässt das Gefühl, die Haut gestärkt und geschützt zu haben. Über Nacht einwirken lassen!
Aufmachung: Dank der griechischen Schrift wirkt sie sehr authentisch.
Fazit: Exotische Alternative!
Quelle: Parfümerie oder Internet

**Elektroläden
laufen leicht,
leise & alleine** **Markisen-Bergmann, 51067 Köln**
 Berg. Gladbacher Str. 635, ☎ 63 11 10
 Reparatur-Schnelldienst • Funkservice



Die Feine Jeunesse des Mains, Clarins

Preis: ca 22 Euro/ 100 ml

Konsistenz: sehr feine Salbe, die eher niedrig dosiert dank mikroskopischer Öffnung am Tubenkopf

Einziehfaktor: Sie zieht schnell ein, der sehr angenehme Duft bleibt.

Duft: wohltuend mit Anklängen an Melisse und Zitrone

Aufmachung: Mit der roten Schrift auf weißer Tube eindeutig als Mitglied der Clarins-Pflege-Serie zu erkennen. Verspricht Jugend für die Hände, soll Altersflecken vorbeugen.

Fazit: Die dezent-gekleidete Pariserin überzeugt. Geeignet auch als Geschenk für die reifere Dame, aber eigentlich kann man nicht jung genug damit anfangen.

Quelle: Parfümerien



Die Vernünftige Eucerin Repair Handcreme 5 % Urea

Preis: um 7 Euro/75 ml

Konsistenz: Das Produkt hat eine weiche, emulsionsartige Cremigkeit, die sich leicht verstreicht.

Einziehfaktor: Die Creme zieht zügig ein, es bleibt ein weicher Film auf der Haut, der nicht klebt.

Duft: Hier kommen keine Duftstoffe zum Einsatz, der Geruch ist leicht medizinisch.

Aufmachung: Durch und durch der Botschaft verhaftet: Was etwas taugt, braucht keinen Glitzer. Sprich: unauffällig.

Fazit: Diese Creme spielt vor allem auf lange Distanz ihre Vorteile aus. Trockene Haut profitiert bei regelmäßiger Anwendung deutlich. Bietet aber auch Ad-hoc-Hilfe und lässt die Hände Tastatur-tauglich.

Quelle: Apotheke



Die Fruchtlige Florena Handcreme Q10 & Aprikosenkernöl

Preis: 1,15 Euro/100ml

Konsistenz: Die Creme aus dem Hause Beiersdorf changiert zwischen feucht und glitschig.

Einziehfaktor: Keine trockene Angelegenheit, aber nachhaltig

Duft: aprikosig, vermischt mit typischem Handcreme-Aroma

Aufmachung: Die Tube ist etwas schlanker als die Drogeriemarkt-Konkurrenz und liegt mit der Aufschrift „vegan“ voll im Zeitgeist. Wer Fragen hat, kann die rückseitig angegebene Hotline wählen.

Fazit: Die Creme tut ihren Dienst, ist für kleine Budgets und pragmatisch gestimmte Nutzer auf jeden Fall das Richtige. Nichts zum Angeben, aber ein solider Partner am Wasch- oder Spülbecken-Rand.

Quelle: Drogeriemarkt



Die Blumige Dr. Scheller Calendula Handbalsam

Preis: 1,25 Euro/ 75 ml

Konsistenz: fühlt sich etwas fettig-vaselinig an, eher etwas zäh

Einziehfaktor: Nach dem fettigen Auftakt zieht die Creme aber recht schnell ein und wirkt nachhaltig. Die Haut fühlt sich entspannt an.

Duft: blumig, wie die Calendula, also Ringelblume, die drinsteckt

Aufmachung: Unverdächtig, eher etwas überladene Front mit Bildchen, Kleingedrucktem, noch einem Text, da wollte das Marketing viel unterbringen

Fazit: Wer unter trockenen Händen leidet, findet in dieser Creme Linderung. Denn die orange-farbene Masse ist fett- und reichhaltig und schützend.

Quelle: Drogeriemarkt



Die Sanfte Kamill Hand- und Nagelcreme

Preis: 1,35 Euro/75ml

Konsistenz: Recht flüssige, leicht verlaufende milchige Creme, die angenehme Feuchtigkeit enthält.

Einziehfaktor: lässt sich gut verreiben, zieht schnell ein

Duft: leicht kamillig, natürlich und frisch, bisschen fruchtig auch

Aufmachung: Ähnelt farblich sehr dem Alverde Produkt (Bild rechts oben), doch wer Kamille möchte, der soll auch die Tube mit der weißen Blume kaufen und nicht die mit der orangefarbenen Ringelblume vom Konkurrenz-Produkt.

Fazit: Eine Kannste-nix-mit-verkehrt-machen-Creme für alle Lebenslagen: unterwegs, im Büro, Bad oder Küche. Solide, aber nicht zum verschenken oder Gäste-Beeindrucken.

Quelle: Drogeriemarkt



Die Sachliche Sensitive Handcreme

Preis: 1,49 Euro/75 ml

Konsistenz: Ein wenig vaselinig, aber dennoch geschmeidig.

Einziehfaktor: zieht schnell ein, hinterlässt aber recht klebrige Finger. Kleine Zwangspause bei der Arbeit einlegen!

Duft: sehr neutral, sie ist ja auch frei von Duft- und Farbstoffen

Aufmachung: medizinisch und sachlich. Klare Kennzeichnung auf der Tube, auch für zu Neurodermitis neigende Haut geeignet.

Fazit: Die Creme gehört in die Riege der nüchternen Medizinprodukte. Für Menschen geeignet, die von ihrer Creme eine eher heilende Wirkung wollen. Und sich um Duft und schickes Drumherum nicht kümmern. Hier überzeugt außerdem der Preis.

Quelle: Lidl



Die Sonnige Melvita Nectar de Miels

Preis: 12 Euro/75ml

Konsistenz: dick und pastig, dabei aber angenehm-weich

Einziehfaktor: Sie gibt sich etwas schwerfällig, es dauert schon ein wenig. Erinnert an eine dicke Sonnencreme und damit auch an Urlaub. Da hat man ja Zeit...

Duft: sommerlich-süß und blumig

Aufmachung: Der Hersteller hat sich für eine Bio-Optik entschieden, nicht für einen nüchtern-medizinischen Look, obwohl sich die Creme an Menschen mit sehr trockenen Händen richtet.

Fazit: Reichhaltige Creme, die nicht für den ständigen Gebrauch zu empfehlen ist. Eher für Notfälle, wenn Hände strapaziert oder besonders trocken sind.

Quelle: Ausgewählte Naturkosmetik-Läden, Adressen im Internet



Die Orange Weleda Sanddorn

Preis: 5,75 Euro/50 ml

Konsistenz: erst angenehm, dann beginnt es zu kleben

Einziehfaktor: Langsam, aber sicher – anders als auf der Verpackung angekündigt

Duft: Sehr intensiv nach Zitrusfrüchten, möglicherweise riecht so Sanddorn...? Erinnert jedenfalls an den letzten Ostsee-Urlaub.

Aufmachung: Weleda setzt ganz auf das Sanddorn-Orange. Ein Blickfang ist diese Tube, die in hochwertig anmutender Verpackung (ebenfalls knallorange) daher kommt, auf jeden Fall. Ein Hauch Sonne, wo auch immer sie steht.

Fazit: Den Geruch von Sanddorn sollte man mögen, ansonsten etwas für Naturkosmetik-Fans.

Quelle: Drogeriemarkt



Die Ehrliche

Alverde Handcreme Calendula

Preis: 1,95 Euro/75 ml
Konsistenz: leicht und milchig, ein bisschen wie Körper-Lotion
Einziehfaktor: klebt zunächst ein wenig, zieht dann aber rasch ein, fühlt sich angenehm an.
Duft: Zitronig-frisch, irgendwie nach Natur
Aufmachung: Eher unspektakulär. Orange, weiß und grün überwiegen. Oben prangt die Ringelblume, darunter die Marke, die Naturkosmetik verspricht. Kein Schmuckstück, aber das kleine Format passt in jede Handtasche.
Fazit: Das Alverde-Produkt ist eine Creme aus der Naturkosmetik-Sparte, die das Budget schont. Für kleines Geld bekommt man eine vernünftige Creme, vorausgesetzt man mag Ringelblume.
Quelle: dm Drogeriemarkt



Die Dezente

Isana Handcreme Intensiv

Preis: 0,99 Euro/ 100 ml
Konsistenz: Kommt etwas dickflüssig aus der Tube, nicht sehr geschmeidig und klebt ein wenig.
Einziehfaktor: Entschlossenes Einreiben bringt die Creme schnell unter die Haut.
Duft: neutral, nichts für Duft-Adepten
Aufmachung: kommt klinisch-kompetent daher, dank der medizinisch-anmutenden Optik mit den Kreuzen. Und benimmt sich auch so.
Fazit: Der Hinweis „für sehr trockene Haut“ sollte ernst genommen werden. Die voluminöse Creme braucht den passenden Gegenpart, also raue Hände, die einen Schutzmantel brauchen, Gartenarbeiter und Vielspüler etwa..
Quelle: Rossmann Drogeriemarkt



Die Leichte

Dove Intensive Handcreme

Preis: 1,95 Euro/ 75ml
Konsistenz: sehr leicht und luftig
Einziehfaktor: Blitzschnell, trockene Hände schlürfen die leichte Lösung so weg
Duft: seifig-frisch, wer andere Dove-Produkte kennt, wird den typischen Dove-Geruch erschnuppern
Aufmachung: Die Creme gehört in die Reihe der Niedrigpreisprodukte, dennoch ist die Aufmachung eher ansprechen. Das Logo-Täubchen, die weinrote Schrift, die nicht überladene Vorderseite der Tube – alles zusammen wirkt ansprechen und nicht superbillig.
Fazit: Sofort-Hilfe bei rauen Händen. Nicht nur dieser Satz auf der Tube stimmt. Auch der Preis lässt keine Wünsche offen. Für unterwegs oder Bad und WC.
Quelle: Drogeriemarkt



Die Bewährte

Nivea Handcreme Soft & Intensive

Preis: 1,95 Euro/ 125 ml
Konsistenz: Nicht ganz so fest wie die berühmte Nivea-Creme aus der blauen Dose, aber die Verwandtschaft ist unverkennbar.
Einziehfaktor: Zieht schnell ein und hinterlässt auch keinen Film. Macht die Hände weich, fühlt sich aber ein wenig an wie eine Hülle, wirkt nicht in der Tiefe, Nachcremen nötig.
Duft: typisch Nivea, aber etwas leichter als die Mutter aller Cremes aus der Dose
Aufmachung: Das Nivea Blau-Weiß wird nur durch einen Tropfen Macadamia-Öl ergänzt.
Fazit: Die große Tube stellt man besser ins Badezimmer. Alltagscreme für die Grundausstattung.
Quelle: Super-/Drogeriemarkt



Die Frische

Caudalie Crème Gourmande

Preis: 6,90 Euro/75 ml
Konsistenz: Cremig-kühl schmiegt sich diese in Apotheken vertriebene Creme an die Haut.
Einziehfaktor: Sie zieht schnell ein, hinterlässt dabei nur einen feinen Film auf der Haut.
Duft: Die Crème Gourmande (was sich irgendwie zum Reinbeißen anhört, zumal Avocado- und Karitébutter drin sind) duftet angenehm nach Zitrusnoten. Frisch, fröhlich, frühlingshaft.
Aufmachung: Der Metallic-Look ist zwar nur vorgetäuscht, doch sieht sie etwas edler aus als die gemeine Tube aus dem Drogeriemarkt.
Fazit: Zum essen viel zu schade, diese hübsche Französin lassen wir gerne an Hände und Nägel.
Quelle: Apotheken oder Internet



Die Betörende

Butter Hand Cream

Preis: 14,95 Euro/75 ml
Konsistenz: Ein bisschen salbenartig kommt die leicht klebrige Crème daher.
Einziehfaktor: Damit lässt sich das Produkt aus Israel ein wenig Zeit, nichts für Eilige, aber sie erzeugt ein gutes Hautgefühl.
Duft: Wer diese Creme benutzt, braucht kein Parfum mehr. Intensives Patchouli-Lavendel-Vanille-Aroma hinterlässt, wer hier auf die Tube drückt. Viele Testerinnen juchzten entzückt, einige rümpften die Nase.
Aufmachung: Hübsch, aus der Abteilung Beatrix-Potter-Romantik
Fazit: Die Creme ist eine günstige Alternative zum Parfum. Sie hat nur Fans oder Feinde, unberührt lässt sie keinen. Love it or leave it.
Quelle: Internet



Die Medizinische

Ombia Med Handcreme

Preis: 2,99 Euro/150 ml
Konsistenz: eine feste Creme, die man ordentlich verreiben muss
Einziehfaktor: hinterlässt einen leichten Film, fühlt sich lange nicht so an, als würde sie richtig einziehen
Duft: Eher medizinisch, keine Duft- und Farbstoffe
Aufmachung: Die blau-weiße Farbgebung wirkt sachlich und medizinisch, die Note „sehr gut“ von Öko-Test ist prominent platziert. Die große Tube wirkt geradezu wuchtig. Nichts für die Handtasche.
Fazit: Die Creme spricht eine nüchtern-faktenorientierte und preisbewusste Klientel an. Die große Tube ist was für Vorratshalter. Da hat man lange was davon.
Quelle: Aldi



Die Bienenkönigin

Lindesa

Preis: ca 1,50 Euro/50 ml
Konsistenz: Cremig, nicht fettig
Einziehfaktor: sehr schnell, daher sehr angenehm
Duft: riecht nach Bienenwachs, was magischerweise eine wohltuende Atmosphäre schafft. Biene Majas meist heile Welt lässt grüßen.
Aufmachung: Sehr sachlich-medizinisch aus der Abteilung No-Non-sense. Sieht eher nach Notfall-Apotheke als nach Toiletten-Artikel aus.
Fazit: Echter Geheimtipp. Kostet wenig – wohl weil der Handel komplett außen vor bleibt – und wirkt, wie es eine ordentliche Handcreme tun soll. Außerdem sitzt Hersteller Dr. Matzel Medical in Köln.
Quelle: Märkte und Internet