Bakuchiol ist ein pflanzlicher Wirkstoff, der aus den Samen und Blättern der indischen Babchi-Pflanze (Psoralea corylifolia) hergestellt wird. Diese Pflanze ist in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) und auch in der ayurvedischen Heilkunst sehr beliebt.

Die Babchi-Pflanze zeichnet sich unter anderem durch Coumarine, Flavonoide und Meroterpene aus. Ein weiterer Wirkstoff ist **Bakuchiol, das insbesondere in der Hautpflege sehr effektiv ist**. Es handelt sich um ein rein veganes, sehr sanftes Produkt, das dem Alterungsprozess entgegenwirkt und auch bei Problemen wie Pickeln oder Hautunreinheiten zum Einsatz kommt.

> *Die Babchi-Pflanze wird in der Ayurveda-Medizin unter anderem zur Behandlung von Haarausfall, Schuppenflechte oder Ekzeme verwendet. Sie ist in verschiedenen asiatischen Ländern, wie Indien, der Himalaya-Region Pakistans und China beheimatet.*

Da Bakuchiol **ähnliche Eigenschaften wie Retinol** aufweist, wird es gerne als pflanzliches Retinol bezeichnet, auch wenn die chemischen Eigenschaften völlig anders sind.

Die Vorteile von Bakuchiol

Studien konnten nachweisen, dass Bakuchiol die **Elastizität und Festigkeit der Haut fördert und Falten entgegenwirkt**. Außerdem ist es auch bei **Sonnenschäden und Pigmentflecken** wirksam. Der großes Vorteil dieses rein pflanzlichen Wirkstoffs ist, dass er **keine Hautreizungen, Rötungen oder**

Photosensibilisierung auslöst und auch für empfindliche Haut gut verträglich ist.

Bakuchiol wird in der anspruchsvollen Leitlinie der GD Gesellschaft für Dermopharmazie e. V. “Dermokosmetika gegen Hautalterung” gelistet, welche die Ähnlichkeit zu Retinol betont.

Die wichtigsten Vorteile:

- Bakuchiol **stimuliert die Kollagensynthese**, verbessert die Hautfarbe, die Elastizität und Festigkeit, hat aufhellende Eigenschaften und wirkt feinen Falten entgegen.
- Außerdem wirkt es **gegen Sonnenschäden, Hauttrockenheit und -rauigkeit.** Insgesamt verbessert dieser Wirkstoff das Erscheinungsbild der Haut.
- Gleichzeitig weist dieser Wirkstoff talgregulierende Eigenschaften auf und eignet sich zur **Behandlung von Haut mit Akne**, da er gegen das Propionibacterium acnes wirkt.

Bakuchiol oder Retinol?

Die ausgezeichnete Wirkung von Retinol als Anti-Aging-Produkt ist wissenschaftlich nachgewiesen, doch dieser Wirkstoff hat auch viele Nebenwirkungen, unter anderem Hautreizungen, Rötungen oder Hautschüppchen. Personen mit empfindlicher Haut vertragen Retinol oft nicht. Außerdem wird dieses Produkt bei Kinderwunsch, während der Schwangerschaft und in der Stillzeit nicht empfohlen. Nicht zu vergessen ist, dass **Retinol die Haut lichtempfindlich macht** und deshalb tagsüber nicht verwendet werden sollte.

Bakuchiol hat alle Vorteile, jedoch keine unerwünschten Nebenwirkungen. Beide Wirkstoffe können jedoch ergänzend in Kombination zum Einsatz kommen.

Rezepte

▶ **Anti-Aging-Gelcreme für fettige Haut** Dieses Rezept spendet fettiger Haut Feuchtigkeit und strafft sie.

▶ **Anti-Aging-Serum mit Bakuchiol** Ein sehr einfaches, effektives Rezept, das sich auch für Anfänger:innen eignet.



FAQ: Bakuchiol in Naturkosmetik

Für welchen Hauttyp eignet sich Bakuchiol?

Es handelt sich um einen sehr **sanften Wirkstoff, der für jeden Hauttyp geeignet ist**, auch für empfindliche Haut. Aufgrund seiner talgregulierenden Eigenschaften ist dieser Wirkstoff auch bei fettiger Haut zu empfehlen. Bakuchiol eignet sich außerdem für trockene und sonnenempfindliche Haut.

Experten empfehlen Personen, die in Küstengebieten leben oder häufig der Sonne

ausgesetzt sind, ihre Haut mit Produkten zu pflegen, die Bakuchiol enthalten.

Für welche Produkte eignet sich dieser Wirkstoff?

Dieser Wirkstoff eignet sich sowohl in der Tages- als auch in der Nachtpflege, da er die Lichtempfindlichkeit im Gegensatz zu Retinol nicht erhöht. Bakuchiol kann in Cremes, Seren oder Ölen verarbeitet werden.

Der Online-Shop von Camassia Naturkosmetik bietet zwei Arten an. Welche Unterschiede gibt es?

Bakuchiol Sytenol®A (veganes Retinol) ist ein patentiertes Produkt, **Bakuchiol (veganes Retinol)** weist dieselben Eigenschaften auf, doch die Herstellungsprozesse sind unterschiedlich.

Kann ich diesen Wirkstoff pur auf die Haut auftragen?

Nein. Bakuchiol ist ein Wirkstoff, der in Cremes, Seren oder anderen Pflegeprodukten verwendet wird. Die empfohlene Dosierung beträgt 0,5 – 1,0 Prozent.

Gibt es Studien, welche die Wirksamkeit dieses Wirkstoffes nachweisen?

In den vergangenen Jahren wurden verschiedene Studien durchgeführt, welche unter anderem die antioxidativen, entzündungshemmenden und regenerierenden Eigenschaften von Bakuchiol nachweisen. Eine kleine Auswahl:

- Prospective, randomized, double-blind assessment of topical bakuchiol and retinol for facial photoageing

- Applications of bakuchiol in dermatology: Systematic review of the literature
- Bakuchiol – a plant-based retinol. The review article
- Clinical Evaluation of a Nature-Based Bakuchiol Anti-Aging Moisturizer for Sensitive Skin

Wo kann ich das vegane Retinol kaufen?

Du erhältst Bakuchiol zum besten Preis in unserem Online-Shop Camassia Naturkosmetik:

Bakuchiol Sytenol®A (veganes Retinol) – **Bakuchiol (veganes Retinol)**

Übersicht

Hautpflegende Eigenschaften:

entzündungshemmend

antioxidativ

depigmentierend, aufhellend

regenerierend

beruhigendantibakteriell

talgregulierend

stimuliert die Kollagensynthese

fördert die Elastizität und Festigkeit der Haut

schütz vor schädlichen Umwelteinflüssen

wirkt gegen UV-Schäden

Botanischer Name: Psoralea corylifolia
INCI: Bakuchiol
Rein pflanzlich / vegan
Hauttyp: für jeden Hauttyp, reife Haut, unreine und fettige Haut, Haut mit Akne, empfindliche und trockene Haut
Nicht photosensibilisierend, kann deshalb auch bei Sonnenexposition verwendet werden.
Dosierung: 0,5 – 1,0 %
Aufbewahrung: Gut verschlossen an einem trockenen, kühlen Ort aufbewahren.
Vorsichtsmaßnahmen: Generell empfiehlt sich vor jeder Anwendung eines neuen Produktes ein Patch-Test.

Probiere unsere Rezepte aus!
HIER findest du den antioxidativen Wirkstoff Bakuchiol.
Weitere Rohstoffe für Naturkosmetik und Seifen gibt es in unserem Online-Shop:

Camassia Naturkosmetik