



Handcreme einfach selber machen

Wir zeigen dir anschließend die einzelnen Schritte, um eine Emulsion mit einem ganz einfachen Rezept herzustellen: Eine Handcreme mit Ringelblumenextrakt. Die Ringelblume ist in Handcremes sehr beliebt, da sie außergewöhnliche Eigenschaften aufweist: Sie wirkt entzündungshemmend, wundheilend, hilft bei Ekzemen, Verletzungen und anderen Hautbeschwerden. Außerdem ist sie auch bei gereiztem Babypopo sehr zu empfehlen.

Zutaten für ungefähr 50 ml Creme

Ölphase

- 3 g Emulsan
- 1 g Cetylalkohol (Koemulgator)
- 5 g Jojobaöl
- 5 g Mandelöl
- 6 g Sehabutter

Wirkstoffe

- 10 Tropfen Panthenol 75 %
- 0,15 g Ringelblumenextrakt
- 5 Tropfen ätherisches Lavendelöl



Wasserphase

- 25 g destilliertes Wasser oder Hydrolat
- 10 Tropfen Rokonsal
- 1-2 Tropfen Milchsäure

Wenn du Zweifel bei der Umrechnung der Maßeinheiten hast, empfehlen wir dir, unsere **Konversionstabelle anzusehen:**

[Klicke hier](#), um sie zu öffnen.

Erste Schritte

Bevor du beginnst, desinfizierst du alle Utensilien, Arbeitsflächen und Behälter, die mit dem Produkt in Kontakt kommen. Du kannst dafür zwei verschiedene Methoden verwenden:

1. Fülle eine Sprühflasche mit Alkohol (min. 70 %) und besprühe damit alle Utensilien und die Arbeitsfläche. Danach lässt du sie trocknen.
2. Du gibst alle Utensilien (die nicht aus Plastik sind, das sich bei 120°C verformt) in den Dampfkochtopf und kochst alles 20 Minuten lang in Wasser.

Außerdem ist es sehr wichtig, sich die Hände zu waschen. Nach Wunsch kannst du Einweghandschuhe aus Latex verwenden.

Wir empfehlen, die Zutaten mit Spateln oder desinfizierten Löffeln zu entnehmen, um die Haltbarkeit der Rohstoffe zu verlängern.



Vergiss nicht, die Behälter zu desinfizieren, in denen du das Endprodukt aufbewahren wirst. Wenn du Behälter wiederverwendest, müssen diese zuerst gründlich gereinigt werden. Bei wiederverwendeten Behältern ist es komplizierter eine komplette Sterilität zu erreichen, doch dies ist nicht weiter schlimm, da du keine industriellen Kosmetika herstellst, die 24 Monate oder länger haltbar sein müssen.

Haltbarkeit

Die ungefähre Haltbarkeit von hausgemachten Kosmetikprodukten beträgt zwischen drei und sechs Monaten:

- Cremes/Emulsionen = 3 Monate
- Shampoo und Duschgel sowie andere Produkte mit Tensiden = 6 Monate unter optimalen Bedingungen

Die beste Haltbarkeit erreichst du im Normalfall mit Airless-Behältern. Die Creme hat darin keinen Kontakt mit den Fingern und reagiert weniger mit Sauerstoff und Licht. Wenn du nicht über diese Behälter verfügst, kannst du auch normale Kosmetikbehälter verwenden. Wir empfehlen dir allerdings, die Creme mit einer Spatel zu entnehmen.

Wenn du feststellst, dass die Creme ranzig riecht oder ihre Farbe, ihren Geruch oder ihre Konsistenz verändert, entsorgst du sie am besten.

Handcreme selber machen

Jetzt ist es so weit: Beginnen wir mit der Herstellung der Handcreme!

1. Zuerst gibst du alle flüssigen Öle (Jojobaöl und Mandelöl) zusammen mit den Emulgatoren in ein Gefäß, das du im Wasserbad erhitzen kannst, bis die Emulgatoren



Handcreme selber machen: Ganz einfach!

schmelzen (ungefähr bei 65°-70°).

2. Danach nimmst du die Schüssel aus dem Wasserbad und gibst die Butter dazu. Rühre solange um, bis sie schmilzt.
3. Koche jetzt das Wasser und lasse es dann auf 70°C abkühlen (wenn das Leitungswasser bei dir weich und von guter Qualität ist, kannst du es statt destilliertem Wasser verwenden).
4. Gib jetzt die Wasserphase (das Wasser) zur Ölphase (die Mischung aus Ölen, Butter und Emulgatoren) und rühre dabei ständig um. Ungefähr zwei Minuten danach (die Zeit variiert je nach Art von Emulgator und Mixer) sollte eine Emulsion entstehen.
5. Jetzt stellst du die Schüssel in kaltes Wasser und rührst weiterhin um, bis die Emulsion erkaltet.
6. Gib jetzt die Wirkstoffe dazu, die hitzeempfindlich sind: Panthenol, Ringelblumenextrakt, Konservierungsstoff und die ätherischen Öle. Am besten verrührst du jeden Wirkstoff einzeln mit dem Mixer und gibst nicht alle gleichzeitig dazu.
7. Wichtig! Jetzt musst du den pH-Wert überprüfen. Dieser sollte zwischen 5 und 5,4 liegen. Wenn dies nicht der Fall ist, gibst du einen Tropfen Milchsäure dazu. Dies müsste reichen, um den pH-Wert zu regulieren.
8. Zuletzt füllst du die Handcreme in die desinfizierten Behälter und beschriftest sie mit einer Etikette, auf die du auch das Herstellungsdatum schreibst. Lass die Creme über Nacht im Kühlschrank kalt werden, damit sie ihre endgültige Textur erreicht. So einfach ist es, Creme selber zu machen!

ANMERKUNG: Du darfst die Wirkstoffe nicht zur Handcreme geben, solange diese noch warm ist, denn die meisten reagieren auf hohe Temperaturen sehr empfindlich.



Handcreme selber machen: Ganz einfach!

Hier findest du alle Schritte mit Bildern kurz beschrieben: [Creme selber machen: Schritt für Schritt](#)

Rechts findest du eine einfache Grafik, die die einzelnen Phasen darstellt.

Wir hoffen, dass es dir damit leichter fällt, selbst Cremes herzustellen.

Vergiss nicht, dass du alle Utensilien, Verpackungen und Rohstoffe für selbstgemachte Cremes in unserem Online-Shop findest:

[Camassia Naturkosmetik](#)



Handcreme selber machen: Ganz einfach!

