



Heute kannst Du ein 100% **natürliches Deo** mit Natron, Kokosöl und ätherischen Ölen ganz einfach selber machen.

Seit ich weiß, dass Aluminiumverbindungen in Deos im Verdacht stehen Brustkrebs oder Alzheimer mit zu verursachen bin ich auf selbstgemachte Deos umgestiegen.

Diese Deocreme ist mindestens so effektiv wie gekaufte wenn nicht sogar besser!

Sie enthält keine Aluminiumverbindungen, synthetische Duftstoffe, Konservierungsmittel oder Mineralölprodukte.

Kleine Warenkunde:

NATRON:

Natron wird in der Küche als Hauptbestandteil von von **Bakterien** und Natrium genommen, das habe ich es noch fein gemahlen. Z.B. mit einer Kaffeemühle oder mit einem Küchenmixer.



Backtriebmittel verwendet und ist der Backpulver. Natron **hemmt** das Wachstum **neutralisiert Gerüche**. Ich habe normales gibt es in jedem Drogeriemarkt. Allerdings

SPEISESTÄRKE:

Die Speisestärke im Rezept dient dazu, Flüssigkeit aufzunehmen und die Achsel **trocken** zu halten. Du kannst dazu Maisstärke, Tapiokastärke, Pfeilwurzelsstärke... oder was im Küchenschrank an Stärke ist verwenden.

BIENENWACHS:

Bienenwachs dient dazu, dass sich das Deo bei heißen Außentemperaturen nicht verflüssigt. Bei kühlen Jahreszeiten kannst du es auch weglassen.

KOKOSÖL:

Wirkt hautpflegend und bakterienhemmend. Es ist bei Temperaturen unter 26°C fest und gibt zusammen mit den anderen Zutaten eine feste Konsistenz.

ÄTHERISCHE ÖLE:

Verwende bitte nur hochwertige und **100% naturreine** ätherische Öle.

- Lavendel: wirkt bakterienhemmend und hautpflegend
- Limette: bakterienhemmend
- Rosengeranie: bakterienhemmend, hautpflegend, blumig-rosiger Duft
- Salbei: schweißhemmend, bakterienhemmend



- Zitrone: bakterienhemmend, riecht frisch
- Zypresse: bakterienhemmend, schweißhemmend, herb-holziger Nadelduft
- Petit grain: bakterienhemmend, duftet nach grünen Zitronen

ALLGEMEINES:

Unser Schweiß ist an sich geruchlos. Sobald er allerdings durch Hautbakterien zersetzt wird entsteht der bekannte und gefürchtete Schweißgeruch 😊 Der dabei entstehende Geruch ist abhängig von der Art der Bakterien. Es soll nicht das Ziel sein, das Schwitzen komplett zu unterbinden, sondern übermäßiges Schwitzen unter Kontrolle zu bringen und vor allem die Geruchsbildung zu verhindern.

DU BRAUCHST:

90 g Kokosöl (gibt es in Supermärkten, Drogerien oder Reformhäuser)

9 g Bienenwachs

45 g Natron (sehr fein mahlen)

45 g Speisestärke (Maisstärke)

45 Tropfen ätherische Öle, z.B. 15 Tropfen Zitronenöl

15 Tropfen Salbeiöl

15 Tropfen Limette

SO GEHT`S:

1. Das Kokosöl und das Bienenwachs im Wasserbad bei 60`C schmelzen.
2. Vom Herd nehmen
3. Natron und Speisestärke einrühren
4. Die ätherische Öle dazu geben , einrühren
5. In saubere Tiegel (Gläser) füllen.
6. Deckel drauf
7. Abkühlen lassen.



ANWENDUNG:

Jeweils eine Erbsengroße Menge unter die Achseln auftragen. Wenn die Masse zu fest ist, fährst du einfach fest mit dem Finger rein. Geh nicht zu sparsam damit um.

Viel Spaß beim ausprobieren 😊