
Subject: Retinol-Produkte

Posted by [romue77](#) on Sun, 17 Mar 2019 20:31:13 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo miteinander,

da Retinol hier ja auch immer mal wieder ein Thema ist, möchte ich in diesem Thread Erfahrungen mit Retinol-Produkten sammeln. Dabei interessieren mich in erster Linie Produkte, die tatsächlich Retinol enthalten, und nicht bloß Retinylpalmitat. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass selbst 0,3% Retinol bei mir wesentlich stärker wirken als 2,5% Retinylplamitat. Daher halte ich von Retinylpalmitat nicht mehr sonderlich viel.

Aktuell verwende ich:

La Roche-Posay Redermic R

Was ich daran gut finde:

- gute Tube, die sicherstellt, dass keine Luft eindringen kann
- angenehme Konsistenz und angenehmer Geruch
- Wirkung deutlich spürbar inkl. Spannungsegefühl und Hautrötungen, wenn man es übertreibt
- sichtbare Verbesserung des Hautbildes

Zukünftig möchte ich testen:

The Ordinary Retinol 0.5% in Squalane

The INKEY List Retinol

Kennt jemand diese oder gegebenenfalls noch andere Retinol-Produkte und kann Erfahrungen zu diesen beitragen?

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 18 Mar 2019 06:42:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

Was ist eigentlich mit diese Seren bei Amazon, z.b.dieses hier:

https://www.amazon.de/Hyaluronsure-Serum-30ml-Feuchtigkeitspflege-Verschlusskappe/dp/B0174TD8HG/ref=mp_s_a_1_27?__mk_de_DE=MZ&qid=1552853977&sr=8-27&pi=AC_SX236_SY340_QL65&keywords=Retinol&th=1&psc=1

Hat gute Bewertungen, aber ist das echtes Retinol?

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [romue77](#) on Mon, 18 Mar 2019 07:01:17 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Mon, 18 March 2019 07:42
Hat gute Bewertungen, aber ist das echtes Retinol?
Bei vielen ist kein Retinol drin, sondern nur Retinylpalmitat, aber bei dem von Dir verlinkten könnte vielleicht sogar richtiges Retinol drin sein. Die Frage ist allerdings wie viel, und die Herstellerseite liefert leider keinerlei Aufschluss darüber.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 18 Mar 2019 07:24:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Eigentlich meinte ich auch das hier:

https://www.amazon.de/Hyaluronsure-Feuchtigkeitsserum-Anti-Falten-Nachtpflege-parabensfrei/dp/B07JC8XP53/ref=mp_s_a_1_13?__mk_de_DE=MZ&qid=1552853925&sr=8-13&pi=AC_SX236_SY340_FMwebp_QL65&a mp;keywords=Retinol

Da sollen 2,5 Prozent drin sein.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [romue77](#) on Mon, 18 Mar 2019 08:24:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Mon, 18 March 2019 08:24Eigentlich meinte ich auch das hier:
[...]

Da sollen 2,5 Prozent drin sein.

Also bei 2,5% ist grundsätzlich große Skepsis angezeigt, ob das tatsächlich Retinol ist, denn selbst bei großzügiger Auslegung der Vorschriften sind rezeptfrei nicht mehr als 1% zulässig. Könnte natürlich trotzdem sein, dass irgendein China-Importeur sich einfach nicht darum kümmert, aber Zweifel erscheinen da schon angebracht.

Außerdem wären 2,5% Retinol auch die totale Keule. Das würde kaum jemand vertragen. Bereits Produkte mit 1% Retinol können ziemlich heftig sein was Hautirritationen betrifft. Also wenn Du dieses Serum kaum oder gar keine Hautirritationen hervorruft, dann sind da auch keine 2,5% Retinol drin. Soviel ist sicher. Und die Rezensionen bei Amazon klingen so als sei es gut verträglich, was meine Zweifel noch verstärkt.

Lies zum Vergleich mal die Rezensionen zu höher dosierten Retinol-Produkten, die als legit anerkannt sind (z.B. Paula's Choice oder eben auch das Retinol von The Ordinary, das ich verlinkt habe). Da findest Du relativ viele Kommentare, die von Hautirritationen berichten, und das ist oberhalb von 0,3% Retinol eigentlich auch zu erwarten.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 18 Mar 2019 09:06:06 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh man, also alles lug und betrug Mal wieder. Oder die Rezensionen sind Mal wieder gefaket. Aber gut zu wissen.

Hilft echtes Retinol den auch gegen fettige Haut, gerade auf der nase? Nase ist eigentlich mein Hauptproblem. Immer wieder Mitesser und auch bei mattierenden Cremes (Sante, sebamed) nach 4-5 Stunden fettig.....

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Pandemonium](#) on Thu, 21 Mar 2019 19:08:55 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

romue77 schrieb am Mon, 18 March 2019 09:24Fliesengott schrieb am Mon, 18 March 2019 08:24Eigentlich meinte ich auch das hiier:

[...]

Da sollen 2,5 Prozent drin sein.

Also bei 2,5% ist grundsätzlich große Skepsis angezeigt, ob das tatsächlich Retinol ist, denn selbst bei großzügiger Auslegung der Vorschriften sind rezeptfrei nicht mehr als 1% zulässig. Könnte natürlich trotzdem sein, dass irgendein China-Importeur sich einfach nicht darum kümmert, aber Zweifel erscheinen da schon angebracht.

Außerdem wären 2,5% Retinol auch die totale Keule. Das würde kaum jemand vertragen. Bereits Produkte mit 1% Retinol können ziemlich heftig sein was Hautirritationen betrifft. Also wenn Du dieses Serum kaum oder gar keine Hautirritationen hervorruft, dann sind da auch keine 2,5% Retinol drin. Soviel ist sicher. Und die Rezensionen bei Amazon klingen so als sei es gut verträglich, was meine Zweifel noch verstärkt.

Lies zum Vergleich mal die Rezensionen zu höher dosierten Retinol-Produkten, die als legit anerkannt sind (z.B. Paula's Choice oder eben auch das Retinol von The Ordinary, das ich verlinkt habe). Da findest Du relativ viele Kommentare, die von Hautirritationen berichten, und das ist oberhalb von 0,3% Retinol eigentlich auch zu erwarten.

Welche positiven Effekte bemerkst du durch Retinol?

Hält das Produkt, was es verspricht: "Reduziert selbst ausgeprägte Falten. Mildert Pigmentflecken. Für einen gleichmäßigeren Hautton."?

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [romue77](#) on Thu, 21 Mar 2019 21:34:57 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pandemonium schrieb am Thu, 21 March 2019 20:08

Welche positiven Effekte bemerkst du durch Retinol?

Straffung, Poren ziehen sich zusammen und Talgproduktion wird vermindert.

Das mit den Pigmentflecken kann ich bislang eher nicht bestätigen. Habe einen ersten kleinen Altersfleck auf der rechten Wange. Der wird durch das Retinol bislang leider nicht schwächer.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Fliesengott](#) on Fri, 22 Mar 2019 04:46:41 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kann man Retinol sich einzeln kaufen und irgendwo zumischen? Bei dragonspice konnte ich sowas nicht finden....

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Shibalnu](#) on Fri, 22 Mar 2019 07:35:35 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei Dragonspice unter vitamin a palmitat zu finden

<https://www.dragonspice.de/schnellbestellung4/Vitamin-A-Palmitat.html?listtype=search&searchparam=Palmitat>

Ansonsten gibt es auch Tretinoin als creme in der Apotheke (rezeptpflichtig) diverse internet shops können da bestimmt helfen ;)

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Fliesengott](#) on Fri, 22 Mar 2019 08:08:13 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ist aber ja dieses retenyl-palmitat, was jannicht das selbe sein soll bzw.nicht so gut sein soll wie original Retinol, wenn ich danken richtig verstanden habe....

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Shibalnu](#) on Fri, 22 Mar 2019 09:47:04 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"original" retinol ist nur Tretinoin ;) die anderen Vorstufen müssen vom Körper erst in Tretinoin umgewandelt werden.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [krx](#) on Fri, 22 Mar 2019 10:03:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hat da jemand eine passende Creme zwecks Penetration, die sich anbietet ?

Stelle grade erschreckend fest, dass ich mit 26 doch stetig schnell altere. Oder das Minox trocknet da bisschen aus (wende auch auf den Wangen einen kleinen tropfen an.)

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [pilos](#) on Fri, 22 Mar 2019 14:59:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Fri, 22 March 2019 10:08Das ist aber ja dieses retenyl-palmitat, was jannicht das selbe sein soll bzw.nicht so gut sein soll wie original Retinol, wenn ich danken richtig verstanden habe....
ja, hast du richtig

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Fliesengott](#) on Fri, 22 Mar 2019 15:01:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hm, und kann man das näher definieren warum es nicht so gut ist? Hat es nicht den selben Effekt oder wird davon einfach nur mehr gebraucht?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [lala](#) on Fri, 22 Mar 2019 16:55:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zaptek schrieb am Fri, 22 March 2019 10:47"orginal" retinol ist nur Tretinoin ;) die anderen Vorstufen müssen vom Körper erst in Tretinoin umgewandelt werden.

Ich benutze Tretinoin Creme seit mind 5 Jahren. Bekomme immer ein Rezept vom Hautarzt und es wird in der apo gemischt.

Ich verwende sie ca alle 2 bis 3 Tage nur abends.

Habe das Gefühl dass T die zellerneuerung beschleunigt. Kleine pickelchen und "schadstellen" heilen schneller ab.

Habe für mein Alter nicht so viele Falten aber ob ich ohne T nun mehr falten hätte..

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [pilos](#) on Fri, 22 Mar 2019 16:55:51 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

es muss penetrieren...probleme

dann das palmitat abgespalten werden.....noch mehr probleme

das retinol muss dann in tretinoin umgewandelt werden.....wirkungsgrad

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [chess](#) on Sat, 23 Mar 2019 01:02:08 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

welche retionol creme/produkte
gibt es genau aus der apotheke?

wie lautet die konkrete rezeptur
für die anmischung in der apo?

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Shibalnu](#) on Sat, 23 Mar 2019 03:10:07 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cordes VAS

Ist aber Rezeptpflichtig

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [chess](#) on Wed, 27 Mar 2019 18:19:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lala schrieb am Fri, 22 March 2019 17:55Zaptek schrieb am Fri, 22 March 2019 10:47"original"
retinol ist nur Tretinoin ;) die anderen Vorstufen müssen vom Körper erst in Tretinoin
umgewandelt werden.

Ich benutze Tretinoin Creme seit mind 5 Jahren. Bekomme immer ein Rezept vom Hautarzt und
es wird in der apo gemischt.
Ich verwende sie ca alle 2 bis 3 Tage nur abends.
Habe das Gefühl dass T die zellerneuerung beschleunigt. Kleine pickelchen und "schadstellen"
heilen schneller ab.
Habe für mein Alter nicht so viele Falten aber ob ich ohne T nun mehr falten hätte..

wie lautet die rezeptur
deiner tret creme?

@ zaptek: danke für
den tipp. das ist ja ein
fertigprodukt

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 29 Apr 2019 22:28:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Welche rezeptfreie Creme hat derzeit das beste Preis/Leistungsverhältnis?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Piwie](#) on Wed, 01 May 2019 00:44:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zaptek schrieb am Fri, 22 March 2019 08:35Bei Dragonspice unter vitamin a palmitat zu finden

<https://www.dragonspice.de/schnellbestellung4/Vitamin-A-Palmitat.html?listtype=search&searchparam=Palmitat>

Wenn ich dort die Neutrale Basiscreme kaufe und dann das Vitamin A, Niacinamid und
Hyaluronsäure je 1% löse und reinmische, müsste das doch ne richtig geile Creme geben.

Vielleicht noch Vitamin C dazu.

Besitze leider keine geschulten Chemiekennntnisse, aber in den meisten "Wundercremes" sind doch derartige Mittel Dauergast und man könnte der Kosmetikindustrie ein schnippchen schlagen :o

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [chess](#) on Wed, 01 May 2019 07:51:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@zaptek: freuen uns über
deine Rezeptur :)

fertig produkt wäre die
Cordes VAS Creme. aber
du hast ja individual mix.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Shibalnu](#) on Wed, 01 May 2019 11:54:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe keinen individual mix

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 27 May 2019 15:21:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was ist von dieser Creme zu halten?

https://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?NAME=erweiterte-1-retinol-feuchtigkeitscreme-biologisch-ylang-ylang-60ml&PID=6323&OS=212

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [pilos](#) on Mon, 27 May 2019 15:40:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pandemonium schrieb am Mon, 27 May 2019 18:21Was ist von dieser Creme zu halten?

https://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?NAME=erweiterte-1-retinol-feuchtigkeitscreme-biologisch-ylang-ylang-60ml&PID=6323&OS=212
wofür`?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [chess](#) on Mon, 27 May 2019 16:25:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zaptek schrieb am Wed, 01 May 2019 13:54Ich habe keinen individual mix

sorry, ich hatte wohl
user lala gemeint.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [chess](#) on Mon, 27 May 2019 16:26:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Aloe Barbadensis †, Helianthus Annuus †, Isopropylpalmitat, Pentylene Glycol, Phospholipide *, Retinol, Polysorbat 20, Kaliumphosphat, Tocopherol *, Cassia Angustifolia Samen Polysaccharid, Glyceryl Stearate *, Cetylalkohol *, Stearinsäure *, kosher pflanzliches Glyzerin, Simmondsia chinensis †, aus kontrolliertem Anbau Camellia Sinensis, aus kontrolliertem Anbau Resina Propoli, Butyrospermum Parkii, Panthenol *, Phenoxyethanol, Ethylhexylglycerin *, Xanthan *, Zitronensäure *, Ylang-Ylang.

† Biologisch
* Pflanzen Abgeleitet

97% Natürlich. Kein Parabene, Sulfate oder Phthalate.

Die Symbole (gerade Bio-Rohstoffe)
finde ich etwas abschreckend ;)

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 27 May 2019 18:11:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Mon, 27 May 2019 17:40Pandemonium schrieb am Mon, 27 May 2019 18:21Was ist von dieser Creme zu halten?

https://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?NAME=erweiterte-1-retinol-feuchtigkeitscreme-biologisch-ylang-ylang-60ml&PID=6323&OS=212
wofür`?

Anti-Aging

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [pilos](#) on Mon, 27 May 2019 21:10:50 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pandemonium schrieb am Mon, 27 May 2019 21:11pilos schrieb am Mon, 27 May 2019 17:40Pandemonium schrieb am Mon, 27 May 2019 18:21Was ist von dieser Creme zu halten?

https://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?NAME=erweiterte-1-retinol-feuchtigkeitsscreme-biologisch-ylang-ylang-60ml&PID=6323&OS=212
wofür`?

Anti-Aging

ich finde es schon teuer

der träger ist aber akzeptabel

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [chess](#) on Mon, 27 May 2019 21:12:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was genau ist denn
hier anti aging? also
weniger falten, längeres
leben oder was?^^

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [noname1985](#) on Mon, 27 May 2019 21:20:25 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

chess schrieb am Mon, 27 May 2019 23:12was genau ist denn
hier anti aging? also
weniger falten, längeres
leben oder was?^^
Weniger im Geldbeutel ;)

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [romue77](#) on Mon, 27 May 2019 21:23:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pandemonium schrieb am Mon, 27 May 2019 17:21 Was ist von dieser Creme zu halten?

https://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?NAME=erweiterte-1-retinol-feuchtigkeitscreme-biologisch-ylang-ylang-60ml&PID=6323&OS=212

Ich hatte mal die höher dosierte Variante davon:

https://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?PID=6322&deptid=0&cid=0&OS=204&NAME=erweiterte-25-retinol-feuchtigkeitscreme-biologisch-ylang-ylang-60ml

Damals wusste ich noch nicht, dass Retinol in so hoher Dosierung heftige Hautirritationen verursachen würde ... wenn denn wirklich Retinol drin wäre, was dort offensichtlich nicht der Fall war. Jedenfalls hatte ich dann später die Redermic R mit 0,3% Retinol, und selbst die war heftiger als die Biovea-Creme mit angeblich 2,5%.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [chess](#) on Mon, 27 May 2019 21:55:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wobei Retinol im Vergleich zu dem Tretinoin doch eh wirkungslos ist, oder?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 27 May 2019 21:55:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

romue77 schrieb am Mon, 27 May 2019 23:23 Pandemonium schrieb am Mon, 27 May 2019 17:21 Was ist von dieser Creme zu halten?

https://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?NAME=erweiterte-1-retinol-feuchtigkeitscreme-biologisch-ylang-ylang-60ml&PID=6323&OS=212

Ich hatte mal die höher dosierte Variante davon:

https://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?PID=6322&deptid=0&cid=0&OS=204&NAME=erweiterte-25-retinol-feuchtigkeitscreme-biologisch-ylang-ylang-60ml

Damals wusste ich noch nicht, dass Retinol in so hoher Dosierung häftige Hautirritationen verursachen würde ... wenn denn wirklich Retinol drin wäre, was dort offensichtlich nicht der Fall war. Jedenfalls hatte ich dann später die Redermic R mit 0,3% Retinol, und selbst die war heftiger als die Biovea-Creme mit angeblich 2,5%.

Dosierungen von 2,5% und mehr werden ja von vielen verschiedenen Herstellern angeboten. Wenn die wirklich alle Etikettenschwindel betreiben, wäre das schon ein Ding.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [romue77](#) on Tue, 28 May 2019 06:01:24 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

chess schrieb am Mon, 27 May 2019 23:55 wobei Retinol im Vergleich zu dem Tretinoin doch eh wirkungslos ist, oder?

Wenn Du glaubst, dass Retinol wirkungslos ist, dann kannst Du Dir ja mal das hier ins Gesicht schmieren:

<https://www.cultbeauty.co.uk/the-ordinary-retinol-1-in-squalane.html>

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [romue77](#) on Tue, 28 May 2019 06:03:34 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pandemonium schrieb am Mon, 27 May 2019 23:55

Dosierungen von 2,5% und mehr werden ja von vielen verschiedenen Herstellern angeboten. Wenn die wirklich alle Etikettenschwindel betreiben, wäre das schon ein Ding.

Ist aber so. 2,5% sind ja auch überhaupt nicht zugelassen. Das ist alles nur Retinylpalmitat, und Retinylpalmitat scheint im Gegensatz zu Retinol tatsächlich weitgehend wirkungslos zu sein.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Pandemonium](#) on Tue, 28 May 2019 07:56:45 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

romue77 schrieb am Tue, 28 May 2019 08:01 chess schrieb am Mon, 27 May 2019 23:55 wobei Retinol im Vergleich zu dem Tretinoin doch eh wirkungslos ist, oder?

Wenn Du glaubst, dass Retinol wirkungslos ist, dann kannst Du Dir ja mal das hier ins Gesicht schmieren:

<https://www.cultbeauty.co.uk/the-ordinary-retinol-1-in-squalane.html>

Da ist also garantiert echtes Retinol drin? Preislich wäre das ja noch in Ordnung.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [romue77](#) on Tue, 28 May 2019 08:44:12 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pandemonium schrieb am Tue, 28 May 2019 09:56

Da ist also garantiert echtes Retinol drin? Preislich wäre das ja noch in Ordnung.

Ich habe das nicht untersuchen lassen, aber zumindest verursacht das Zeug Hautirritationen wie sie bei einer Konzentration von 1% zu erwarten sind. Die Biovea-Creme mit angeblich 2,5% hat bei mir hingegen selbst bei großzügiger Anwendung keinerlei Hautirritationen hervorgerufen, und das widerspricht allem was über Retinol zu lesen ist.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Pandemonium](#) on Tue, 28 May 2019 09:39:21 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

romue77 schrieb am Tue, 28 May 2019 10:44Pandemonium schrieb am Tue, 28 May 2019 09:56

Da ist also garantiert echtes Retinol drin? Preislich wäre das ja noch in Ordnung.

Ich habe das nicht untersuchen lassen, aber zumindest verursacht das Zeug Hautirritationen wie sie bei einer Konzentration von 1% zu erwarten sind. Die Biovea-Creme mit angeblich 2,5% hat bei mir hingegen selbst bei großzügiger Anwendung keinerlei Hautirritationen hervorgerufen, und das widerspricht allem was über Retinol zu lesen ist.

Danke, werde den niedrigeren Dosierungen von 0,2% und 0,5% auch mal eine Chance geben.

Edit: Gute Zusammenfassung zum Wirkstoff:

<https://www.beautyshelf.de/beauty-insider-alles-ueber-retinol-und-die-besten-15-retinol-produkte/>

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 02 Jun 2019 14:36:38 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kennt sich jmd aus?

Was ist mit „Retinol Polysorbat 20“??

Wirksam oder Müll? Hab da 2,5% von „Poppy Austin“

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [pilos](#) on Sun, 02 Jun 2019 14:54:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar-in-der-Suppe schrieb am Sun, 02 June 2019 17:36

Was ist mit „Retinol Polysorbat 20“??

sowas gibt es nicht ;)

wird schon passen

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Piwie](#) on Thu, 13 Jun 2019 01:06:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

romue77 schrieb am Tue, 28 May 2019 08:03 Das ist alles nur Retinylpalmitat, udn Retinylpalmitat scheint im Gegensatz zu Retinol tatsächlich weitgehend wirkungslos zu sein. Also ist das oben verlinkte Palmitat quasi auch nutzlos?
<https://www.dragonspice.de/schnellbestellung4/Vitamin-A-Palmitat.html?listtype=search&searchparam=Palmitat>

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [pilos](#) on Thu, 13 Jun 2019 06:56:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Piwie schrieb am Thu, 13 June 2019 04:06romue77 schrieb am Tue, 28 May 2019 08:03 Das ist alles nur Retinylpalmitat, udn Retinylpalmitat scheint im Gegensatz zu Retinol tatsächlich weitgehend wirkungslos zu sein. Also ist das oben verlinkte Palmitat quasi auch nutzlos?
<https://www.dragonspice.de/schnellbestellung4/Vitamin-A-Palmitat.html?listtype=search&searchparam=Palmitat>

studien widersprechen sich :|

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [TD](#) on Fri, 21 Jun 2019 22:10:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hab mir das von The Ordinary 1% auch mal bestellt und tropf es seit 2 Tagen ins Gesicht. Ziemlich fettig das ganze oder ? Mal gucken was es bringt, kostet ja fast nix

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 22 Jun 2019 05:42:19 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aus dem Grund habe ich es auch wieder zurück geschickt. Total fertig, selbst bei einem Tropfen. Tagsüber sah ich total fettig im Gesicht aus und nach 2 Tagen hatte ich überall Pickel durch die verstopften Poren. Hatte gehofft, meine Mitesser auf der Nase auch etwas damit zu bekämpfen, aber dafür hatte ich dann richtig Fette Pickel auf der nase. Also nichts für mich.

Gibt es auch Retinol Produkte ohne Öl?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Shibalnu](#) on Sat, 22 Jun 2019 06:51:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Tretinoin ist natürlich Rezeptpflichtig:

Auf Reddit habe ich öfters von dieser Seite hier gelesen

https://www.farmaciaenandorra.com/shop/index.php?category_id=0&search=Retirides&submit_search=&sub_category=1&route=product%2Fsearch&sub_category=true&description=true

Habe ich aber noch nicht ausprobiert, also freiwillige vor ;)

Auch interessant aus Griechenland

<https://www.ebay.de/itm/Cream-Pierre-Fabre-Airol-20-g/223549430887?hash=item340c959c67:g:0JoAAOSwBgZdAPn2>

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Rosso](#) on Sat, 22 Jun 2019 08:08:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zaptek schrieb am Sat, 22 June 2019 08:51Tretinoin ist natürlich Rezeptpflichtig:

Auf Reddit habe ich öfters von dieser Seite hier gelesen

https://www.farmaciaenandorra.com/shop/index.php?category_id=0&search=Retirides&submit_search=&sub_category=1&route=product%2Fsearch&sub_category=true&description=true

Habe ich aber noch nicht ausprobiert, also frewillige vor ;)

Funktioniert. Schon 3 x dort bestellt.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Pandemonium](#) on Sat, 22 Jun 2019 09:19:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Sat, 22 June 2019 07:42 Aus dem Grund habe ich es auch wieder zurück geschickt. Total fertig, selbst bei einem Tropfen. Tagsüber sah ich total fettig im Gesicht aus und nach 2 Tagen hatte ich überall Pickel durch die verstopften Poren. Hatte gehofft, meine Mitesser auf der Nase auch etwas damit zu bekämpfen, aber dafür hatte ich dann richtig Fette Pickel auf der nase.
Also nichts für mich.

Gibt es auch Retinol Produkte ohne Öl?
Bei der Anwendung abends, die bei Retinol sowieso empfohlen wird, habe ich keine Probleme.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Gorilla](#) on Sat, 22 Jun 2019 10:33:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Benutze Ordinary 0,2 bzw 0,5% auch seit kurzem. Ja es ist fettig, also eher über Nacht einwirken lassen.
Ein kribbeln oder so bemerke ich aber nicht, wie es manche beschreiben.

gibts übrigens auch bei Douglas oder Amazon

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [TD](#) on Sat, 22 Jun 2019 20:08:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich bemerk bei der 1% Lösung auch nichts. Einfach nur n fettiges Zeugs, als wenn man sich Olivenöl ins Gesicht schmiert. Werd jetzt mal 3-4 Wochen abwarten ob man was sehen kann

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Gorilla](#) on Sat, 22 Jun 2019 20:40:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

TD schrieb am Sat, 22 June 2019 22:08 Ich bemerk bei der 1% Lösung auch nichts. Einfach nur n fettiges Zeugs, als wenn man sich Olivenöl ins Gesicht schmiert. Werd jetzt mal 3-4 Wochen abwarten ob man was sehen kann
ok das ist aber komisch. ich hab extra nur 0.5% gekauft weil überall zu lesen ist das bei 1% Retinol die Haut am Anfang deutlich Irritationen zeigt und es kribbelt etc...

Ordinary vllt doch scam ? warum ist es auch im Vergleich zu anderen soviel günstiger ?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Faraday](#) on Sat, 22 Jun 2019 22:16:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dazu ein Zitat aus dem Artikel von Camacho et al. (1996):

"Consequently, in our protocol of treatment for male androgenetic alopecia we usually advise patients to avoid using tretinoin in the morning of sunny days, and especially if they plan to go to the beach."

Quelle: <https://jamanetwork.com/journals/jamadermatology/article-abstract/558380>

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [MarioHeinz](#) on Sat, 22 Jun 2019 22:59:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

TD schrieb am Sat, 22 June 2019 22:08Ich bemerk bei der 1% Lösung auch nichts. Einfach nur n fettiges Zeugs, als wenn man sich Olivenöl ins Gesicht schmiert. Werd jetzt mal 3-4 Wochen abwarten ob man was sehen kann
Ergebnisse treten erst nach 3 bis 6 Monaten auf.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Shibalnu](#) on Sun, 23 Jun 2019 00:51:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gorilla schrieb am Sat, 22 June 2019 22:40
ok das ist aber komisch. ich hab extra nur 0.5% gekauft weil überall zu lesen ist das bei 1% Retinol die Haut am Anfang deutlich Irritationen zeigt und es kribbelt etc...

Schwere Irritationen können auch eine allergische Reaktion auf die Inhaltsstoffe sein.
Aber eine Anfangsverschlechterung ist durchaus normal.

Ich nutze Tretinoin 5% etwas vermischt mit normaler Creme und könnte bis auf die hautschälende Wirkung keine Irritationen feststellen.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Gorilla](#) on Sun, 23 Jun 2019 09:34:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zaptek schrieb am Sun, 23 June 2019 02:51Gorilla schrieb am Sat, 22 June 2019 22:40

ok das ist aber komisch. ich hab extra nur 0.5% gekauft weil überall zu lesen ist das bei 1% Retinol die Haut am Anfang deutlich Irritationen zeigt und es kribbelt etc...

Schwere Irritationen können auch eine allergische Reaktion auf die Inhaltsstoffe sein. Aber eine Anfangsverschlechterung ist durchaus normal.

Ich nutze Tretinoin 5% etwas vermischt mit normaler Creme und könnte bis auf die hautschälende Wirkung keine Irritationen feststellen.

Ich habe keine Reaktion. Hab extra nur 0,5% gekauft, wegen der "starken" Wirkung ab angeblich 1%. Die meisten Foren reden davon.

Fragt sich halt ob das The Ordinary Zeug überhaupt potent ist, der Preis lässt mich immer noch zweifeln. Kosten doch andere Produkte locker das 3x fache

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [andal](#) on Sun, 23 Jun 2019 18:18:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Tretinoin 5%
Tippfehler?, hab ich noch nie in ner creme gesehen... :roll:

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Shibalnu](#) on Sun, 23 Jun 2019 18:36:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mit 5% meine ich natürlich 0.05%´ ;)

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [andal](#) on Sun, 23 Jun 2019 18:39:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

alles klar, hab mir schon sorgen gemacht :lol: :thumbup:

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Piwie](#) on Tue, 25 Jun 2019 21:59:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bin auch interessiert an Retinol.

Werde die 1% Variante versuchen 50/50 mit ner Creme zu mischen, für besseres auftragen und 0,5% Konzentration.

Mal sehen, ob sich das Gebräu unterrühren lässt.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Pandemonium](#) on Tue, 25 Jun 2019 22:25:28 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Piwie schrieb am Tue, 25 June 2019 23:59 Bin auch interessiert an Retinol.

Werde die 1% Variante versuchen 50/50 mit ner Creme zu mischen, für besseres auftragen und 0,5% Konzentration.

Mal sehen, ob sich das Gebräu unterrühren lässt.

Nacheinander auftragen sollte im Prinzip auch möglich sein.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [TD](#) on Wed, 26 Jun 2019 06:32:13 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wozu mischen ?

Das von Ordinary ist so fettig, dass kann man nur abends / nachts auftragen. Das macht tagsüber überhaupt keinen Sinn.

Habs jetzt übrigens ca eine Woche täglich einmal drauf. Kann keine Nebenwirkungen erkennen, bei eigentlich empfindlicher Haut. Ich habe immerhin keine Pickelattacke in der Zeit gehabt. Mit der Flasche würde man wohl aufgrund der extrem geringen Menge die man benötigt bestimmt locker mind nen halbes Jahr auskommen.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [MarioHeinz](#) on Wed, 26 Jun 2019 12:39:30 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Retinol kann je nach Formulierung photosensitiv sein, deswegen würde ich generell davon abraten es während des Tages zu verwenden

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Piwie](#) on Wed, 26 Jun 2019 14:24:28 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

TD schrieb am Wed, 26 June 2019 08:32 Wozu mischen ?

Ich habe mir eine Creme mit Hyaluron und Niacin drin gebastelt und würde gerne das Retinol

damit zusammen auftragen, vor dem Schlafen gehen, ohne dazu noch mal vor den Spiegel gehen zu müssen.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [TD](#) on Sun, 30 Jun 2019 21:37:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kurzes Update:

Hautrötungen gehen schon nach ca 1,5 Wochen sichtbar zurück. Es sind keine neuen Pickel entstanden (vollkommener Verzicht auf BPO / Salicylsäure Produkte). Die trockene Haut um die Augen hat abgenommen. Vollkommen 0 "Nebenwirkungen"

Insgesamt also ein recht spannendes Produkt.
Danke für die Anregungen, wäre nie auf Retinol gekommen.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [TD](#) on Thu, 25 Jul 2019 20:09:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nochmal ein Update:

4 Wochen Später. Ich benutze es täglich abends. Ungefähr 6 Tropfen reichen fürs ganze Gesicht.

Wie bereits geschrieben, brauche ich sonst keine Mittel mehr gegen Pickel. Das Hautbild hat sich ganz klar schon gebessert. Es ist insgesamt "ebener" geworden. Wobei die Rötung noch nicht weg ist (vielleicht sollte ich das ein oder andere Bier etc weglassen).

Für knapp 10 Euro eine ganz klare Kaufempfehlung. Da noch weit mehr als die Hälfte in der Pulle ist, denke ich die reicht bei täglicher Anwendung ca 4 Monate.

Ganz klar muss das Produkt Abends (!) angewendet werden. Tagsüber ist es viel zu fettig.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Piwie](#) on Sun, 18 Aug 2019 22:49:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hatte Retinol (0,5%) jetzt auch mehrere Wochen benutzt und musste eine Pause einlegen, da die Haut unter den Augen sehr trocken und knittrig aussah. Ist es normal, dass das Hautbild auch erstmal schlechter werden kann? Ich meine es soll ja eigentlich gegen Falten sein :|

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [pilos](#) on Mon, 19 Aug 2019 06:49:55 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

trocken ja, aber knittrig :?:

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 19 Aug 2019 09:18:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Piwie schrieb am Mon, 19 August 2019 00:49 hatte Retinol (0,5%) jetzt auch mehrere Wochen benutzt und musste eine Pause einlegen, da die Haut unter den Augen sehr trocken und knittrig aussah. Ist es normal, dass das Hautbild auch erstmal schlechter werden kann? Ich meine es soll ja eigentlich gegen Falten sein :|
Kann im Gewöhnungsprozess passieren, Warnhinweise stehen auf der Flasche (The Ordinary).

Habe eine 0,2% Flasche leer (ohne Irritationen) und mache nun mit 0,5% weiter.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [chess](#) on Mon, 19 Aug 2019 09:32:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wo ist der Link zu den
0,5% Retinal Ordinary
Tropfen / Lösung? Ist
das nur gegen Falten oder
auch bei AGA gut?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Piwie](#) on Mon, 19 Aug 2019 22:20:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Mon, 19 August 2019 08:49

trocken ja, aber knittrig :?:
Im Normalzustand nicht knittrig, aber beim Augen zusammenkneifen wurden die Fältchen echt extrem wellig und zahlreich. Mittlerweile auch wieder etwas besser geworden. Vielleicht ursächlich durch die trockene Haut und einem nicht sichtbaren Abschuppungsprozess der oberen Hautschicht, ausgelöst durch das Retinol.

Zitat:

Ist das nur gegen Falten oder
auch bei AGA gut?

Gegen Falten

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Nemesis](#) on Tue, 27 Aug 2019 23:32:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe noch Acitretin in Tablettenform rumliegen. Ist das nicht auch sowas? Zumindestens auch ein Retinoid.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Bauo](#) on Sun, 15 Sep 2019 17:18:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

finde das thema auch sehr interessant und wollte retinol mal ausprobieren, hätte aber die eine oder andere frage dazu

welches serum verwendet ihr derzeit denn? es gab ja den einen oder anderen der das serum von ordinary fettig fand. ist das bei anderen produkten ähnlich oder weniger schlimm?

mischt ihr das serum mit einer anderen creme oder tragt ihr es pur auf? wie viele tropfen verwendet ihr pro tag und in welcher konzentration?

ich habe des öfteren gelesen, dass eine tagescreme mit Isf empfohlen wird, wenn man das retinol aufträgt

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [MarioHeinz](#) on Sun, 15 Sep 2019 22:03:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bauo schrieb am Sun, 15 September 2019 19:18finde das thema auch sehr interessant und wollte retinol mal ausprobieren, hätte aber die eine oder andere frage dazu

welches serum verwendet ihr derzeit denn? es gab ja den einen oder anderen der das serum von ordinary fettig fand. ist das bei anderen produkten ähnlich oder weniger schlimm?

mischt ihr das serum mit einer anderen creme oder tragt ihr es pur auf? wie viele tropfen verwendet ihr pro tag und in welcher konzentration?

ich habe des öfteren gelesen, dass eine tagescreme mit Isf empfohlen wird, wenn man das retinol aufträgt
ist unabhängig von retinol empfehlenswert, da die sonne ein hauptgrund für optische hautalterung ist.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 16 Sep 2019 09:36:13 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Täusche ich mich oder ist die Creme Roche Posay Redermic R im Preis gesunken? Aktuell 9,63 für 30 ml.

<https://www.amazon.de/Roche-Posay-Redermic-30-Creme/dp/B005OMZW48/>

Zitat:mischt ihr das serum mit einer anderen creme oder tragt ihr es pur auf? wie viele tropfen verwendet ihr pro tag und in welcher konzentration?
Ordinary 0,5% pur abends einige Tropfen

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Bauo](#) on Mon, 16 Sep 2019 16:23:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MarioHeinz schrieb am Mon, 16 September 2019 00:03Bauo schrieb am Sun, 15 September 2019 19:18finde das thema auch sehr interessant und wollte retinol mal ausprobieren, hätte aber die eine oder andere frage dazu

welches serum verwendet ihr derzeit denn? es gab ja den einen oder anderen der das serum von ordinary fettig fand. ist das bei anderen produkten ähnlich oder weniger schlimm?

mischt ihr das serum mit einer anderen creme oder tragt ihr es pur auf? wie viele tropfen verwendet ihr pro tag und in welcher konzentration?

ich habe des öfteren gelesen, dass eine tagescreme mit Isf empfohlen wird, wenn man das retinol aufträgt
ist unabhängig von retinol empfehlenswert, da die sonne ein hauptgrund für optische hautalterung ist.

ja, das ist natürlich empfehlenswert.
ich dachte hierbei aber an die wichtigkeit bei der retinol anwendung.
jetzt wo es richtung herbst/winter geht und die uv-strahlung entsprechend abnimmt frage ich mich wie wichtig der Isf ist.
im sommer erscheint es wohl unabdingbar

Zitat:Ordinary 0,5% pur abends einige Tropfen
hatte überlegt 1% zu verwenden, aber das könnte natürlich (vorerst) zuviel sein.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [krx](#) on Mon, 16 Sep 2019 20:30:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Welche Tagescreme mit Isf empfiehlt sich da denn ?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Gorilla](#) on Tue, 17 Sep 2019 05:25:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

krx schrieb am Mon, 16 September 2019 22:30 Welche Tagescreme mit Isf empfiehlt sich da denn ?
im sommer hab ich einfach das hier benutzt
https://www.amazon.de/gp/product/B079J71QZW/ref=ppx_yo_dt_b_asin_title_o06_s00?ie=UTF8&psc=1 zusätzlich zur tagespflege. das gute ist, man sieht zeitgleich nicht fettig aus, da es mattiert. und besser vom LSF geht nicht

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [krx](#) on Sun, 13 Oct 2019 12:36:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

https://www.amazon.de/Bionura-Retinol-Feuchtigkeitscreme-Creme-Feuchtigkeitsbehandlung/dp/B01LXYH5ZW/ref=sr_1_2_sspa?keywords=Retinol&qid=1570969988&sr=8-2-spons&psc=1&spLa=ZW5jcmlwdGVkUXVhbGlmaWVyPUEyUVVJGMzc5OUU4ODdRJMvUyY3J5cHRIZEIkPUEwNjgxNDIxMVdTT1Q3OTZaWVdSWiZlbnNyeXB0ZWRBZEIkPUEwNzYxNTQ5M0RFT0I0SU1QQjVIRyZ3aWRnZXROYW1lPXNwX2F0ZiZhY3Rpb249Y2xpY2tSZWRpcmVjdCZkb05vdExvZ0NsaWNrPXRydWU=

Tendiere dazu diese Creme 2-3 mal pro Woche aufzutragen.

Meinung von den Experten ?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Piwie](#) on Mon, 14 Oct 2019 15:37:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mit der Creme kannst du nichts falsch machen, aber ob sie auch effektiv ist?

2,5 % Angabe ist irreführung.

Hier liegt eine andere Form von Retinol vor, sicher Retinolpalmitat (weitaus milder) keine Retinsäure (am aggressivsten) bzw. reines Retinol.

Aufgrund der Milde hier vermutlich höher konzentriert. 2,5% reines Retinol hältst du nicht aus und wäre nicht erlaubt. Das Palmitat muss erst in der Haut über mehrere Schritte umgewandelt werden, ob ein Effekt übrig bleibt, da scheiden sich die Geister. Für einen Effekt sagt man, reichen aber schon 0.1% reines Retinol.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Bauo](#) on Thu, 31 Oct 2019 13:45:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich verwende jetzt seit etwas über einem monat das 1%-ige retinol von ordinary so gut wie täglich. wie zu erwarten konnte ich in den ersten tagen eine rötung feststellen. die hatte sich aber schnell wieder gelegt. die rötungen trat in den letzten tagen aber wieder auf. fand ich etwas merkwürdig, da ich dachte, dass sich das eher auf ganz am anfang beschränkt.

Piwie schrieb am Mon, 19 August 2019 00:49 hatte Retinol (0,5%) jetzt auch mehrere Wochen benutzt und musste eine Pause einlegen, da die Haut unter den Augen sehr trocken und knittrig aussah. Ist es normal, dass das Hautbild auch erstmal schlechter werden kann? Ich meine es soll ja eigentlich gegen Falten sein :|
das problem habe ich auch. ich trage oftmals eine feuchtigkeitsscreme um die augen herum auf, aber eigentlich sollte es ja kein dauerzustand sein, dass die haut so trocken bzw. knittrig wird?

ich hatte überlegt, ob man das retinol vielleicht nur mehrfach in der woche statt täglich aufzutragen, um so etwas vorzubeugen?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Pandemonium](#) on Thu, 31 Oct 2019 19:27:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bauo schrieb am Thu, 31 October 2019 14:45 ich hatte überlegt, ob man das retinol vielleicht nur mehrfach in der woche statt täglich aufzutragen, um so etwas vorzubeugen?
:thumbup:

Oder wieder auf 0,5% wechseln.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Piwie](#) on Sat, 02 Nov 2019 01:48:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Benutze mittlerweile nur noch 0,3% 2x die Woche. Wenn ich es z.b. drei Tage hintereinander auftrage, ist die Haut immer sehr gereizt.
"Knittrig" kann die Haut aussehen, bevor sie sich schälen will.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [chess](#) on Sat, 02 Nov 2019 10:25:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also hier geht es nicht um haare
sondern nur um falten- und pigmentflecken
freie haut?

kann man etwa sagen wie man von retinol
auf tretinoin umrechnen kann?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [TD](#) on Sat, 02 Nov 2019 10:40:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

chess schrieb am Sat, 02 November 2019 11:25also hier geht es nicht um haare sondern nur um falten- und pigmentflecken freie haut?

kann man etwa sagen wie man von retinol auf tretinoin umrechnen kann?

Eine Gruppe an indischen und deutschen Forschern will in einer Studie herausgefunden haben, dass Tretinoin 20 Mal so effektiv ist wie Retinol. Der Grund? Retinol muss auf der Haut erst durch einige Umwandlungsprozesse gehen, um aktiv wirken zu können. Tretinoin dringt hingegen direkt in die Haut ein und kann sofort zu arbeiten beginnen.

Quelle: elle.de

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [chess](#) on Sat, 02 Nov 2019 11:01:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

d.h. wenn hier leute 0,3% oder 0,5% retinol creme schreiben, würde das einer tretinoin konzentration von gerade einmal 0,015% bis 0,025% entsprechen?! so geringe konzentrationen gibt es bei dem tretinoin ja gar nicht zu kaufen..

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Pandemonium](#) on Sat, 30 Nov 2019 22:36:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bauo schrieb am Thu, 31 October 2019 14:45Piwie schrieb am Mon, 19 August 2019 00:49hatte Retinol (0,5%) jetzt auch mehrere Wochen benutzt und musste eine Pause einlegen, da die Haut unter den Augen sehr trocken und knittrig aussah. Ist es normal, dass das Hautbild auch erstmal schlechter werden kann? Ich meine es soll ja eigentlich gegen Falten sein :|

das problem habe ich auch. ich trage oftmals eine feuchtigkeitscreme um die augen herum auf, aber eigentlich sollte es ja kein dauerzustand sein, dass die haut so trocken bzw. knittrig wird?

Das Knittrige bei den Augen beobachte ich nun bei mir auch. Hat es sich bei euch mit der Zeit gebessert? Werde wohl auch erstmal nicht mehr täglich 1% anwenden.

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Gorilla](#) on Sun, 01 Dec 2019 11:58:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kann ich auch bestätigen. also zumindest mit diesem billigen Retinol Produkt, welches wohl alle hier verwenden.

Das die Haut glatter und schöner wird, ist nicht wirklich der Fall bei mir.

Allgemein finde ich das Serum sehr ölig.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Pandemonium](#) on Sun, 01 Dec 2019 12:59:20 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gorilla schrieb am Sun, 01 December 2019 12:58 kann ich auch bestätigen. also zumindest mit diesem billigen Retinol Produkt, welches wohl alle hier verwenden.

Das die Haut glatter und schöner wird, ist nicht wirklich der Fall bei mir.

Allgemein finde ich das Serum sehr ölig.

Bei mir ist die Haut um die Nase herum feinporiger geworden. Der negative Effekt um die Augen herum (bei mir nur dort) kommt dann wohl von einer austrocknenden Wirkung vom Öl-Träger und Retinol.

Habe diesen Hinweis gefunden:

"Wichtig: Nicht übertreiben! Zwei bis drei Mal in der Woche vor dem Schlafen ein Retinol-Serum auftragen reicht. Der entfettende Effekt kann die Haut sonst austrocknen."

<https://www.instyle.de/beauty/retinol>

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Piwie](#) on Mon, 02 Dec 2019 00:10:09 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es ist einfach zu stark, besonders um den sensiblen Augenbereich herum. Manche sagen sogar, man soll den Augenbereich auslassen, was es für mich aber unnütz machen würde.

Spricht nichts zwingend gegen das Öl. Ich benutze es gestreckt nur noch 2x die Woche und selbst dann brennt die Haut noch ein wenig am nächsten Tag bei Berührungen.

Es heißt eigentlich auch immer, die Haut gewöhnt sich daran und dann könnte man die Konzentration auf bis zu 1% steigern. Das kann ich nach 4 Monaten jedenfalls in keinsten Weise.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [JohnStrong](#) on Mon, 16 Mar 2020 10:31:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Okay, ich möchte das Ganze nochmals aufleben lassen; :)

Ich suche ebenfalls nach einem Retinol Produkt, weiß aber nicht wirklich welches ich nehmen soll; Dass manches rezeptpflichtig ist ist kein Problem, habe trotzdem Zugriff;

Allerdings weiß ich nicht, WAS ich am besten kaufen sollte; Man sagt Tretinoin ist 20x effektiver als Retinol, aber die Dosierung ist ja auch viel geringer;

Nehmen wir die Creme Cordes VAS; Die Dosierung liegt bei 0.05%, was dann 1%iger Retinol Creme entsprechen würde? Sollte ich also Cordes VAS kaufen? Oder doch lieber "The Ordinary" mit 1% Retinol?

Oder sollte ich mir eine Creme mit 0.1% Tretinoin in der Apotheke holen? Oder erst einmal mit 0.05% Tretinoin beginnen und dann eventuell auf 0.1% steigern?

Ich bin etwas verloren und würde mich über eine Empfehlung freuen; Was ich suche: Verbesserung des Hautbilds, Milderung von noch sehr kleinen Falten (bin 28J) und möglichst Erhalt des jugendlichen Aussehens (ich bin der Meinung dass man wie beim Haarausfall lieber früher als später beginnt)

Würdet ihr mir und meiner Schwester(31J) und meiner Mutter (61J) das Gleiche empfehlen?

Persönlich dachte ich einfach mal die Cordes VAS zu bestellen...

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 16 Mar 2020 10:40:10 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

JohnStrong schrieb am Mon, 16 March 2020 11:31 Oder doch lieber "The Ordinary" mit 1% Retinol?

Bestes (mir bekanntes) Preis/Leistungsverhältnis.

Zitat: Oder sollte ich mir eine Creme mit 0.1% Tretinoin in der Apotheke holen? Oder erst einmal mit 0.05% Tretinoin beginnen und dann eventuell auf 0.1% steigern?

Wenn du das Rezept bekommst...

Zitat: Würdet ihr mir und meiner Schwester(31J) und meiner Mutter (61J) das Gleiche empfehlen?

Test von Retinol: ja. Vorsicht beim Kauf: oft ist kein echtes Retinol enthalten.

Subject: Aw: Retinol-Produkte

Posted by [JohnStrong](#) on Mon, 16 Mar 2020 11:10:49 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Okay dazu habe ich zwei Fragen:

1. Ist 0,05% Tretinoin gegenüber 1% Retinol vorzuziehen wenn man weiß, dass beide legit sind? Oder empfehlst du deswegen das Tretinoin weil es aus der Apotheke kommt und man daher wirklich weiß, dass die Inhaltsangaben wirklich stimmen? Mich würde eure Erfahrungen

im Vergleich der Wirksamkeit der beiden Mittel interessieren

2. Welche Creme ist denn angenehmer/verträglicher? Bei "The Ordinary" habe ich oft gelesen, dass es sehr ölig ist, ist das bei der Creme Cordes VAS besser?

Preis finde ich auf so geringem Niveau nicht ausschlaggebend; Außerdem kostet die Creme 19€ pro 50ml, "The Ordinary" 5.8 Pfund pro 30ml, was auf 50 ml gerechnet 9.6 Pfund bzw. 10.56€ sind; Die Apotheke ist allerdings kostenlos in der Lieferung, sodass der Unterschied ohnehin marginal ist

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [Shibalnu](#) on Mon, 16 Mar 2020 12:38:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du vergleichst Äpfel mit Birnen
Ausserdem ist tretinoin rezeptpflichtig

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [JohnStrong](#) on Mon, 16 Mar 2020 13:33:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, aber ich habe sehr einfache Möglichkeiten, das trotzdem alles zu bekommen; Also um das Rezept geht es nicht;

Wenn du sagst, dass ich Äpfel mit Birnen vergleiche bedeutet das, dass beide Vor- und Nachteile haben und deswegen objektiv kein besser oder schlechter gibt? Falls ja, wo ist dann Retinol und wo Tretinoin besser?

Subject: Aw: Retinol-Produkte
Posted by [JohnStrong](#) on Tue, 17 Mar 2020 10:54:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Okay, habe jetzt Cordes VAS bestellt, wird heute Abend geliefert - wie trage ich das am besten auf?

Ich dachte zu Beginn 2x in der Woche abends (wegen UV Licht etc), am Morgen davor und am Morgen danach möchte ich mich jeweils mit einer normalen Creme eincremen, weil Tretinoin stark austrocknet - passt das so?

Wie dick trage ich das auf und trage ich es im gesamten Gesicht auf oder lasse ich einige Regionen frei?