



Gratis

# Wenn Kosmetik uns krank macht!

**Die Haut lässt keine Sünde ungestraft!**

*„Pflegeprodukte zeichnen sich nicht nur dadurch aus, welche Inhaltsstoffe sie enthalten. Nicht minder wichtig ist es, welche Stoffe nicht enthalten sind!“*



Manuela Möckel

## **INHALTSVERZEICHNIS**

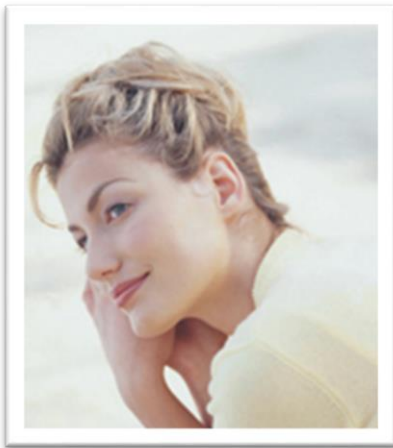
<b>Vorwort</b> .....	2
<b>Meine eigenen Erfahrungen</b> .....	4
<b>Warum eigentlich dieses E-Book?</b> .....	7
<b>Unsere Haut</b> .....	9
Oberhaut (Epidermis).....	10
Lederhaut.....	10
Unterhaut .....	10
<b>Wenn Kosmetik krank macht!</b> .....	12
<b>Gefährliche Inhaltsstoffe</b> .....	17
<b>Zusammenfassung</b> .....	30
<b>Weitere Gesundheitsinformationen</b> .....	31
<b>Links, die Ihnen weiterhelfen</b> .....	32
<b>Haftungsausschluss / Rechtliche Hinweise</b> .....	33

## VORWORT

Liebe Leserin, lieber Leser!

Schön sein will jede(r) von uns und wir geben dafür manchmal schon recht viel Geld aus. Jedoch welche der verschiedenen Kosmetikprodukte taugen wirklich etwas? Heißt teuer auch immer gute Qualität?

Eins ist doch ganz klar: alle Frauen wollen schön sein. Heutzutage bemüht sich sogar unsere Männerwelt um tolles Aussehen. Und da greift so mancher von uns nicht nur tief in den Cremetopf, sondern auch tief in die Geldbörse. Jedoch kommt bei der Flut der Produkte häufig die Frage auf: welche taugen eigentlich wirklich etwas? Die Zeitschrift Öko-Test ist im Stande uns darüber Aufschluss geben, sie durchleuchten ständig die Kosmetik-Produkte, welche sich auf dem Markt befinden, nach bedenklichen Inhaltsstoffen. Und dabei kommen sie auch immer wieder zu alarmierenden Resultaten.



So schnitten immerhin von 51 Gesichtscremes 18 mit „sehr gut“ ab – allerdings stehen dem aber 20 Produkte gegenüber, welche mit „mangelhaft“ bewertet wurden. Auch bekannte Marken wie Jade, L'Oréal, Oil of Olaz Complete-Feuchtigkeitscreme und sogar die aufbauende Tagespflege Nivea Visage Vital zählten dazu!

In diesen Cremes fand man schädliche Stoffe, wie z.B. künstliche Moschus-Verbindungen, welche sich im Körper anreichern oder auch Duftstoffe, die Allergien auslösen und um die Sache abzurunden auch Konservierungsstoffe mit dem krebserregenden Formaldehyd. Also wenn Sie meinen nur teure Produkte kaufen zu müssen, schützt Sie das jedoch auch nicht vor bedenklichen Inhaltsstoffen. Bei einem anderen Test im Bereich der Luxuscremes bekamen tatsächlich mehr als die Hälfte der Produkte ein „ungenügend“. Ob die Creme von Chanel für immerhin stolze 56 Euro oder auch die Feuchtigkeitscreme von Douglas für „nur“ 39 Euro – Öko-Test bewertete etliche luxuriöse Cremes als „nicht empfehlenswert“. Beunruhigend, wenn man mal überlegt, wie viel Geld so manch einer von uns für das angeblich „hochwertige“ Produkt ausgibt! Allerdings lagen zu meinem echten Erstaunen, die sogenannten „Billigprodukte“ von Aldi, Lidl, Netto, Penny oder Plus fast immer im grünen Bereich.

Im Großen und Ganzen immer ganz vorne mit dabei, egal ob Creme, Shampoo oder auch bei der dekorativen Kosmetik, liegen die Naturkosmetik-Marken wie Logona, Lavera, Weleda, Dr. Hauschka, Sante.

**Fazit:** Teure Präparate müssen nicht automatisch besser sein und auch der bekannte Markenname ist keine Sicherheit für gute Qualität.

Ihre

*Manuela Möckel*

## MEINE EIGENEN ERFAHRUNGEN

Es begann alles im Jahre 2001, bis dahin war ich quicklebendig, voller Energie und auch nie wirklich krank gewesen. Nach der Geburt meines 3. Kindes, fing es dann langsam an, ganz allmählich, ohne dass ich an was Schlimmes dachte.

Sie kennen das doch vielleicht auch? Morgens oder auch abends gehen Sie duschen, stehen dann unter der Dusche und erfreuen sich daran, wenn das Wasser so herrlich über Ihren Körper plätschert. Sie greifen zum Duschbad und seifen sich gründlich ein. Es schäumt, es schnuppert so schön und tut so richtig gut. Man fühlt sich dann wie neugeboren. Nun werden die Haare gewaschen und dann zum Schluss cremt man sich noch schön mit einer sündhaft teuren Körperlotion ein. Und weil es immer noch nicht reicht und man für seinen Schatz auch noch gut duften will, gibt es noch ein paar Spritzer von dem kostspieligen Parfum.









Doch das, was dann ungefähr eine ½ Stunde danach losging, war die Hölle. Ausnahmslos jeder Zentimeter meines Körpers fing fürchterlich zu kribbeln an, es war wirklich nur noch entsetzlich. Andauernd hatte ich das Verlangen mich zu jucken und mich auf dem Rücken zu kratzen. Das war wirklich unangenehm. Können Sie sich nur in etwa ausmalen, was das für ein Gefühl ist?








Du hast keine andere Wahl, du musst dich kratzen, scheuern, jucken und du kannst es nicht, damit deine Freundeskreis und auch die Arbeitskollegen nicht meinen, man hätte vielleicht Flöhe oder „Krätze“. Oh Mann, das war so peinlich. Also dachte ich mir, dass ich zum Arzt gehe, was alleine schon ein lächerlicher Gang war. Der Arzt lacht dich doch bestimmt aus. Soweit so gut, die Ärztin hat sich das angeschaut und ich musste mein Leiden schildern, als dann die Diagnose kam. Sie erklärte, damit das nur ein kurzfristiger Juckreiz (in der Medizin Pruritus genannt) sei. Sie sagte, dass es schon wieder weg geht. Aber, sollte dieser Juckreiz länger anhalten, so müssten wir dann halt mit Medikamenten etwas dagegen tun.

Als ich dann wieder zu Hause war, fing ich an nachzuforschen, alles was es in Büchern, im Internet und in Zeitschriften zu finden war. Woher könnte es kommen? Was könnte ich dagegen tun? Und noch viele andere Fragen mehr. Bei meinem nächsten Arztbesuch kannte ich mich dann schon etwas besser aus und fragte nach. Gibt es verschiedene Ursachen für diese Hauterkrankung? Worauf ich erst mal eine Auflistung der verschiedensten Ursachen bekam.

### **Ursachen für meine Hauterkrankung konnten z.B. sein:**

-  Neurodermitis
-  Pilzinfektionen
-  Nesselsucht
-  Kontaktallergie
-  Sonnenallergie
-  Hauterkrankungen durch tierische Parasiten, zum Beispiel Krätze

Aber meine Ärztin meinte, mein Juckreiz könnte auch ebenso „nur“ eine Begleiterscheinung für folgende Krankheiten sein:

-  Stoffwechselstörungen (z.B. Schilddrüsenüberfunktion, Schilddrüsenunterfunktion, Diabetes mellitus)
-  Krebserkrankungen (z.B. Leukämie)
-  Arzneimittelüberempfindlichkeiten
-  Blutkrankheiten (z.B. Eisenmangelanämie)
-  Lebererkrankungen (z.B. Leberzirrhose, Gallenstauung)
-  Psychische Erkrankungen (z.B. Zwangsstörungen)
-  Infektionen mit bestimmten Erregern (z.B. Spulwurm)

Viele Antworten und noch viel mehr Fragen. Nun machte ich mir schon ziemliche Sorgen und der Spaß ging wieder von vorn los. Ich fand tage- und nächtelang keine Ruhe. Ich durchsuchte und analysierte alles was Google so hergab. Ich überlegte auch, wer in meiner Familie hatte Neurodermitis, Krebs oder irgendwelche Hautkrankheiten? Ich war wirklich schon völlig fertig und verzweifelt. Dann fand ich eine Webseite mit der Überschrift:

### **„Wenn dein Shampoo dich krank macht“**

Außerdem gab es auch einige Erklärungen zu den Mogelpackungen der Industrie, von Inhaltsstoffen, welche uns im wahrsten Sinne des Wortes krank machen, dass sich diese „Pfleagemittel“ eigentlich kein normaler Mensch auf die Haut schmieren würde. Mein Wissensdurst war geweckt. Konnte es vielleicht möglich sein, dass mein Juckreiz damit zusammenhing? Sind in unserer Kosmetik tatsächlich solche Inhaltsstoffe enthalten? Also, nochmal von vorn, Google sei Dank. Ich fing wieder an zu recherchieren und was ich da alles entdeckte war empörend und erschreckend.

Nahezu in allen Badezimmern sind „Pflegeprodukte“ zu finden. Sehen Sie doch mal in Ihrem eigenen Badezimmer nach. Ganz egal, ob Gesichtscreme, die Seife, Schaumbad, Duschgel, die Haarwäsche oder die Körperlotion. Alle diese Produkte haben eines gemeinsam: Wir benutzen sie zur Pflege und für unsere Schönheit. Aber einige, der in diesen sogenannten Pflegeprodukten enthaltenen Inhaltsstoffe, können auch Krankheiten und Allergien verursachen. Die Haut wird dann nicht sanft gepflegt, sondern leidet und macht sich durch Ausschlag oder Juckreiz bemerkbar.

Ich startete also eine „Ausräumaktion“ und entsorgte ausnahmslos alle Produkte aus unserem Haushalt, die all diejenigen Stoffe enthielten, die ich Ihnen zu einem späteren Zeitpunkt in diesem E-Book noch vorstellen werde. Und Sie werden mich vielleicht für verrückt erklären, aber mein Juckreiz verging nach einigen Wochen eiserner Vermeidung der besagten Kosmetik und gleichzeitig nutzte ich Produkte, welche solche schädlichen Inhaltsstoffe nicht enthielten.

Bis heute habe ich also viele Jahre recherchiert und mich informiert. Und nun kam mir die Idee, einige dieser Nachforschungen in ein Gratis-E-Book zu verpacken und an Sie weiter zugeben.





## WARUM EIGENTLICH DIESES E-BOOK?

Mittlerweile achten heute Millionen von Menschen auf eine gesunde Ernährung, aber bei der Kosmetik glauben wir immer noch den täglich verbreiteten Werbeaussagen der Medien. Und dann wundern wir uns, wenn wir an Immunstörungen oder vielen anderen Zivilisationskrankheiten leiden.

Dabei würde doch schon gelegentlich ein Blick auf die Inhaltsstoffe unserer Kosmetik und auch unserer Haushaltsmittel reichen. Jedoch kaum einer von uns weiß heute etwas mit diesen Inhaltsstoffen anzufangen. Nur wer einmal Beschwerden hat und nicht weiß, wo sie vielleicht herkommen, der fängt an sich eventuell zu informieren, so wie ich es getan habe. Aber diese Informationen sind in so vielen einzelnen Artikeln, auf hunderttausend Webseiten und hunderten von Büchern nachzulesen, dass es normalerweise ein recht schwieriges Unterfangen wird, tatsächliches und konkretes Material zu finden und auszuwerten. Ich habe meine Erfahrungen gesammelt, habe über mehrere Jahre Informationen recherchiert, gesammelt und verfolgt. Deswegen möchte ich Ihnen mit diesem Report meine Erfahrungen weitergeben.

Um den Verbraucher, also auch Sie, zu schützen, hat die EU seit dem 01.07.1999, die Deklaration der Inhaltsstoffe von Kosmetika nach der **INCI**-Nomenklatur (International Nomenclature of Cosmetic Ingredients) geregelt. Das heißt, dass alle Inhalts- und Zusatzstoffe in Ihrer Kosmetik, direkt auf dem Produkt angegeben werden müssen. Aber auch hier gibt es viele Kritiken von Verbraucherschützern und Anwendern. Selbst ein ehemaliger Minister unserer Bundesregierung, der liebe Herr Trittin, informierte schon im Jahr 2004 unter dem Arbeitstitel "REACH" über toxische Inhaltsstoffe in den sogenannten Körperpflegeprodukten! Auch das Europäische Parlament war hier eingebunden.

Seit dem 1. Juni 2007 ist die Verordnung **zur Registrierung, Bewertung, Zulassung und Beschränkung chemischer Stoffe** (englisch: **REACH** – Registration, Evaluation and Authorisation of Chemicals) in Kraft. Sie ist eine Verordnung der Europäischen Gemeinschaft und stellt eine umfassende Reform des europäischen Chemikalienrechts dar.

Schalten Sie doch einmal Ihren Fernseher an oder schauen Sie in eine Zeitung, überall werden uns Menschen gezeigt, die eine wirklich tadellose Haut haben. Kein einziger Pickel, keine Falten oder sonstige Hautunreinheiten. Schon seit Jahrtausenden, ist eine schöne und reine Haut, das Merkmal für Vitalität, Gesundheit und Schönheit. Da ist es doch wohl nur selbstverständlich, dass wir heute alle so gern faltenfrei und schön aussehen möchten. Dafür „schenkt“ uns die Kosmetikindustrie tausende von Kosmetikprodukten, die uns eine glatte und schöne Haut verheißen. Produkte, welche uns jünger aussehen lassen und uns alle zu dem machen wie es uns eingeredet wird. Und genau hier beginnt die vertuschte Wahrheit.



Und nicht zuletzt trägt ebenso die ungenügende Aufklärung der Verbraucher dazu bei, dass wir heutzutage in sehr vielen im Handel käuflichen Körperpflegeprodukten gesundheitsgefährliche Inhaltsstoffe finden. Inhaltsstoffe, die zum Teil aus Behältern stammen, die vollgeplastert mit Warnetiketten und „Totenkopf-Symbolen“ sind (nachzulesen in vielen Ausgaben des „ÖKO-TEST-Magazins“). Aber wer von uns kennt sich schon so gut in Chemie oder in Biochemie aus, dass er die Liste der Inhaltsstoffe auf seinen Körperpflegeprodukten richtig versteht?

**Nun werden Sie sich fragen, wieso können Inhaltsstoffe in Pflegeprodukten für Sie gefährlich werden?**

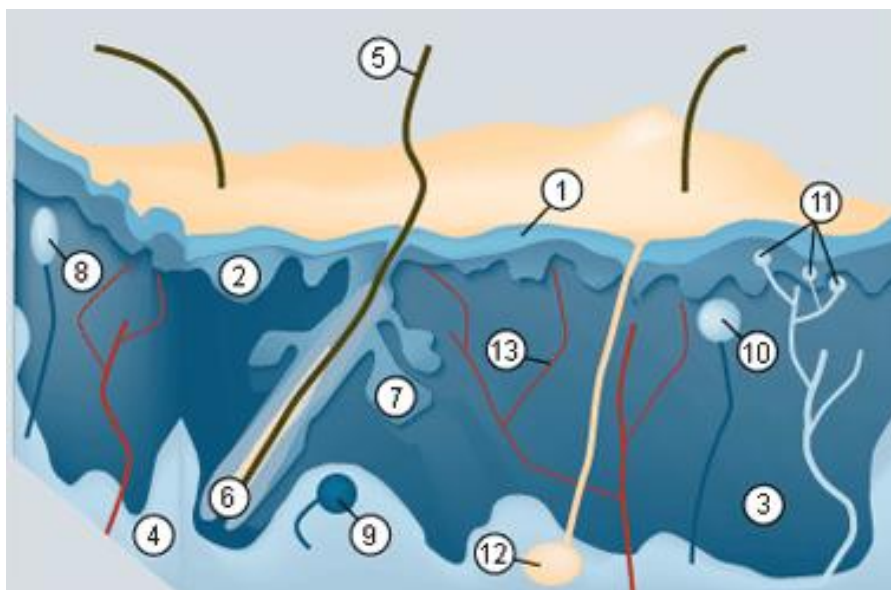
## UNSERE HAUT

Die Haut ist das größte Organ des Menschen. Deswegen ist eine gesunde Hautpflege ebenso von Bedeutung wie eine gesunde Ernährung. Sie kennen doch bestimmt den Spruch „Ich fühle mich nicht wohl in meiner Haut“. Haben Sie das möglicherweise auch schon ab und zu gedacht? Ihre Haut ist das „Spiegelbild Ihrer Seele“. Wie aber funktioniert unsere Haut und was muss sie so alles über sich ergehen lassen? Sie müssen daher zuerst einmal wissen wie Ihre Haut aufgebaut ist.

Zusammen mit unseren Haaren, Nägeln, Schweiß- und Talgdrüsen zeigt also die Haut, das einmalige Erscheinungsbild von Ihnen. Unsere Haut erfüllt darüber hinaus eine Vielzahl von Aufgaben:

- Schutzfunktion
- Temperaturregulation (Verengung oder Erweiterung der Blutgefäße)
- Regulierung des Wasserhaushaltes
- Sinnesfunktion (Wahrnehmen von Schmerzen, Berührung)
- Immunfunktion
- Kommunikation (Rötung, Blässe)
- Mechanischer Schutz (z.B. bei Stößen oder Hinfallen)
- Ausscheidungsorgan (überschüssiges Eiweiß, Schadstoffe)

Das Wissen vom Aufbau der Haut ist eine wichtige Voraussetzung, um ihre Aufgabe und ihre Erkrankungen begreifen zu können. Die Haut besteht aus verschiedenen Schichten, welche verschiedene Funktionen ausüben. Man unterscheidet die Oberhaut, die Lederhaut und das darunter liegende Unterhautfettgewebe. Die sichtbare Struktur der Hornhaut wird durch die feste, fingerförmige Verzahnung von Oberhaut und Lederhaut verursacht.



1. Hornschicht 2. Oberhaut 3. Lederhaut 4. Unterhautfettgewebe 5. Haar 6. Haarwurzel  
7. Haarbalgdrüse 8. Kältefühler 9. Wärmefühler 10. Tastkörper 11. Schmerzfasern  
12. Schweißdrüse 13. Blutgefäße

## OBERHAUT (EPIDERMIS)

Der äußerlich sichtbare Teil der Oberhaut (Epidermis) besteht aus einer Hornschicht, die in erster Linie von abgestorbenen Zellen gebildet wird. Durch Schuppung und Nachbildung wird diese Schicht dauernd erneuert. In den untersten Zellschichten werden regelmäßig neue Zellen gebildet, welche innerhalb von 30 Tagen an die Oberfläche gelangen und schließlich als Hornschuppen abgestoßen werden. An ihrer dicksten Stelle, wie zum Beispiel an den Schwielen von Fußsohlen, ist die Oberhaut bis zu zwei Millimeter dick. Die Oberhaut ist von innen nach außen in fünf Schichten untergliedert. Doch auch die Oberhaut hat noch eine wichtige Aufgabe, sie schützt Ihre Haut vor eindringenden Krankheitskeimen. Zusätzlich macht sie Ihre Haut wasserdicht.

## LEDERHAUT

Die Lederhaut (Dermis) befindet sich zwischen Ober- und Unterhaut und ist fest mit der Oberhaut verbunden. Sie besteht aus einem dichten Netz elastischer und kollagener Fasern, das der Haut ihre Reißfestigkeit und reversible Verformbarkeit gibt. Aus der Lederhaut von tierischen Hauten wird beispielsweise Leder gewonnen. In der Lederhaut befinden sich Blut- und Lymphgefäße, Nerven, Zellen der Immunabwehr, Haarwurzeln und eine Vielzahl von Hautdrüsen sowie die Rezeptoren für den Tastsinn.

## UNTERHAUT

Die Unterhaut besteht aus lockerem Binde- und Fettgewebe und verbindet die Haut mit darunter liegenden Strukturen. Das Unterhautfettgewebe besteht aus einer festen Anzahl von Fettzellen. Diese enthalten abhängig vom Ernährungszustand unterschiedlich große Fetttropfen. Das Fett dient als Energiespeicher und Wärmeisolator. Die Unterhaut ermöglicht zudem die Verschiebbarkeit der Haut. Kommt es zu einer krankhaften Ansammlung von Wasser (Ödem Bildung), erfolgt die Flüssigkeitseinlagerung in dieser Schicht.

Sie sehen also, dass unsere Haut ein sehr komplexes und sehr empfindliches Sinnesorgan ist. Sie ist einer Ihrer wichtigsten Umschlagplätze für Nährstoffe und Stoffwechselreste, also Ausscheidungen Ihres Körpers. Unsere Haut benötigt wirklich die größte Aufmerksamkeit in der Pflege. Es ist ganz natürlich, wir alle werden älter und unsere Haut sieht nicht immer so aus, als seien wir 20. Und auch wenn es inzwischen einen gigantischen Schönheitswahn mit Botox und Gesichtsoptionen gibt, eines können Sie mir getrost glauben:

### **Die Haut lässt nichts ungestraft!**

Weder eine falsche Pflege noch andere kosmetische Eingriffe wird die Haut vergessen!!! Beobachten Sie mal nach Jahren all die Models oder auch Schauspieler, welche in ihrem Schönheitswahn ihrer Haut so viel aufgehalst haben. Aber auch in unserer Gesellschaft geht's schon los.

### **Keiner will alt aussehen.**

Aber es ist nun mal der Lauf der Natur, dass unsere Haut, je älter wir werden, auch immer dünner wird und dass sie ebenfalls an Elastizität verliert. Und es ist nun einmal auch so, dass wir Falten kriegen und unsere Haut sich nicht mehr so schnell regeneriert wie noch mit 20. Aber dieser Entwicklung können wir entgegenarbeiten, mit schadstofffreien Pflegeprodukten, einer gesunden Ernährung und Lebensweise. Natürlich bestätigen Ausnahmen die Regel. Möglicherweise kennen Sie sogar jemanden, der das ganze Leben lang gequalmt und gezecht hat, sich ungesund ernährte und trotzdem mit 80 Jahren aussieht wie 60. Das ist aber, glaube ich wirklich eher die Ausnahme.

Ich kann Ihnen nur sagen, keine Wundercreme und auch kein noch so tolles Produkt kann das ausgleichen, was wir mit unserer falschen Ernährung unserer Haut schon alles angetan haben.

Die Haut ist auch ein Aufnahmeorgan. Und eben weil sie so aufnahmefähig ist, sollten wir unter allen Umständen darauf Acht geben, was in den Pflegeprodukten enthalten ist, die wir uns auf die Haut schmieren. Unsere Haut ist zehnmal aufnahmefähiger als der Darm und somit wird unsere Haut zu Recht als zweite Lunge bezeichnet.

### **Sie glauben mir nicht?**

Wenn Sie zu Ende gelesen haben, machen Sie doch einen kleinen Test: Zerkleinern Sie ein paar Zehen Knoblauch, wickeln Sie diese in ein Taschentuch und binden dieses für eine Stunde unter Ihre Füße. Danach werden Sie aus dem Mund riechen, als hätten Sie in den letzten Tagen nichts als Knoblauch gegessen.

## **WENN KOSMETIK KRANK MACHT!**

Mal ganz ehrlich, können Sie sich vorstellen, ein Leben ohne all Ihre geliebten Shampoos, Duschgels und Hautcremes. Ein Leben ohne Ihre bezaubernden Düfte, ohne Ihre exquisite Gesichtskosmetik? Ganz ohne Zahnpasta, Deo und allem was noch außerdem in Ihrem Bad zugegen ist. Undenkbar oder?

So ist es mir auch zuerst gegangen. Ein Leben, ganz und gar ohne diese tollen Präparate, welche mein Haar glänzend machen, meine Haut straffen sollen und mir dabei helfen, dass ich gut rieche, das konnte ich mir zuerst ganz und gar nicht vorstellen. Doch ich stelle Ihnen mal eine Frage, können Sie mir ein Tier in freier Wildbahn nennen, das wegen Partnerfindung ein Parfüm braucht, oder in der Wüste am Wasserloch steht und sich die Haare wäscht? Wohl kaum.

Wie kommt es aber, dass es bei uns Menschen so ist? Weil uns die Kosmetikindustrie mit ihrer ganzen Findigkeit und gigantischen Werbebudgets, andauernd neue Bedürfnisse einredet. Wir benötigen diese Creme zur Hautstraffung, diese Zahnpasta für weißere Zähne. Wir brauchen diese Seife weil sie pH-Neutral ist, jenes Shampoo gegen Spliss und Haaralterung und so geht das immer weiter und weiter. Nun möchte ich Ihnen nicht sagen, dass Sie ab heute auf all das verzichten sollen und sich bloß noch mit Wasser waschen sollen, das ist wirklich nicht in meinem Sinn. Das sollte jeder so halten, wie er es möchte.

Aber es gibt tausende von Gründen, bei der Auswahl seiner Pflegeprodukte, wirklich etwas skeptisch zu sein. Denn eins ist erwiesen, es gibt Kosmetik mit Inhaltsstoffen, die unerwünschte Nebenwirkungen haben, das habe ich ja nun am eigenen Leib erlebt. Und neben Studien, die beweisen, dass Kosmetika Allergien verursachen, verursachen diese Stoffe eine Reihe von weiteren Störungen, die nirgends erwähnt werden.

So etwas nennt man dann, „Unerwünschte Reaktionen“. Wussten Sie, dass 30 Prozent der Deutschen Allergiker sind, und diese Zahl wächst stetig. Experten schätzen hier mit einer Verdopplung der Menge während der nächsten 10 Jahre.

Das hängt vor allem mit unserem Lebensstil zusammen, erläuterte ein deutscher Arzt dem „Handelsblatt“. Die vielen Farb- und Konservierungsstoffe in unseren Lebensmitteln und der Kosmetik spielen dabei eine wesentliche Rolle. Und wenn ich so drüber nachdenke, hat er tatsächlich Recht. Als ich noch kein war und zur Schule ging, hatte keiner meiner Klassenkameraden irgendeine Allergie.

**Und deswegen, erfahren Sie mehr über  
die Mogelpackungen in Ihrer Kosmetik!**

"Wer zu Haus Shampoo hat, das krebserregende oder –verdächtige Bestandteile hat, sollte es wegwerfen. Enthält es allergisierende Stoffe, kann das Produkt aufgebraucht werden, doch besteht die Gefahr, dass die Toleranzschwelle für solche Substanzen überschritten wird.“ (Quelle: Öko-Test, Heft 06/2001)

Ein Großteil der heute handelsüblich zu beziehenden Kosmetikprodukte enthält nachweislich gesundheitsschädigende Stoffe. Doch warum sind diese Stoffe enthalten. Duschgel soll duften und erfrischend sein. Deo-Roller sollen das Schwitzen verhindern. Creme sollte gut riechen und die Falten glätten und die Haut geschmeidig machen. Das Lipgloss oder der Lippenstift soll die Lippen feucht halten und eine tolle Farbe haben. Shampoo muss richtig schäumen und sollte dabei aber nicht mehr in den Augen brennen. Das all diese Eigenschaften ohne Chemie kaum machbar sind, liegt auf der Hand.

Schon 1997 schrieb Senator Kennedy einen Brief an den damaligen Präsidenten Bill Clinton, in dem er die Missstände in der Kosmetikindustrie anprangerte.



Er schrieb.“ Die Kosmetikindustrie hat sich ein paar Bausteine aus dem Spielzeugkasten der Tabakindustrie ausgeliehen und zieht Ihren Profit, der Gesundheit der Menschen vor. Eine unabhängige Untersuchung habe ergeben, dass mehr als 125 der zur Herstellung von Kosmetika verwendeten Inhaltsstoffe im Verdacht stehen, krebserregende Eigenschaften zu besitzen.“ Das ist nun 14 Jahre her. In der Zwischenzeit wurden Zehntausende neue chemische Verbindungen entwickelt, von denen wir überhaupt noch gar nicht wissen, wie sie sich auf Ihre Gesundheit auswirken.

Die OSHA Occupational Safety and Health Administration (ungefähr zu vergleichen mit der Bundesanstalt für Arbeitsschutz) hat 2.983 Chemikalien in Körperpflegeprodukten analysiert und festgestellt, dass davon 884 toxisch (giftig) sind:

- 🌱 778 können akute Vergiftungen verursachen
- 🌱 218 können zu Sterilität führen
- 🌱 314 können biologische Veränderungen verursachen
- 🌱 146 könnten Geschwulste verursachen
- 🌱 376 können Haut- und Augenirritationen verursachen.

**Ist das für Sie akzeptabel?**

Da stellt sich einem doch die Frage, warum werden dann diese schädlichen Inhaltsstoffe, trotz dieser bekannten und erschreckenden Untersuchungsergebnisse verarbeitet. Ganz einfach, diese Stoffe sind nun mal relativ billig und mithilfe der Werbeaussagen vieler Hersteller, erwecken sie den Anschein, es handelt sich um ein gesundheitsförderndes Produkt.

Doch auch wir, die Verbraucher, ja auch Sie und ich verlangen danach. Wir alle wollen bunte, duftende, richtig schäumende Produkten, und außerdem sollen sie noch wenig kosten. Doch wir wissen es eigentlich selbst, keineswegs ist „Geiz geil“ und schon gar nicht dann, wenn es zu Lasten unserer Gesundheit geht.

Ein Beispiel aus der Öko-Test Online Ausgabe Juni 2010 (Duschgel): „Dioxan ist eine technisch bedingte Verunreinigung der PEG-Derivate, die als Tenside eingesetzt werden. Ganz vermeiden kann man die Entstehung des Schadstoffs aber nicht, beteuern die Hersteller auch heute noch. Es sei denn, man würde auf die waschaktiven Substanzen auf der Basis von PEG / PEG - Derivaten verzichten, wie es die Naturkosmetikindustrie macht. Die setzt ganz andere Tenside ein, in der Regel sogenannte Zucker - / Kokostenside, die aus nachwachsenden Rohstoffen produziert werden und teurer sind.“ (Quelle: Öko-Test Heft 06 / 2010)

### **Warum also findet die Naturkosmetik Wege, bloß viele der anderen Hersteller nicht, woran das wohl liegt?**

Vertreter eines großen Herstellers sagten sogar: „PEG-Derivate haben sich hervorragend bewährt, sie haben eine gute Schaumbildung und sind hautverträglich“. Dazu nur eine kurze Anmerkung: PEGs sind in fast allen Cremes, Duschgels, Aftershave etc. enthalten. Genaueres zu PEGs, toxischen und gefährlichen Inhaltsstoffen finden Sie im Kapitel „Liste der bedenklichen Inhaltsstoffe“ auf Seite 17.

Aber trotz der ausgezeichneten Arbeit solcher Zeitschriften wie „Stiftung Warentest“ oder „Öko-Test“ und trotz der Aufklärung der Verbraucher, durch viele Informationen im Internet und der Veröffentlichung von Artikeln, durch unabhängige Journalisten, gibt es hier dennoch einen gewaltigen Bedarf nach Information. Nicht zuletzt trägt diese ungenügende Aufklärung von uns Verbrauchern dazu bei, dass man heutzutage noch immer in fast allen erhältlichen Körperpflegeprodukten gesundheitsgefährdende Inhaltsstoffe findet.

Und selbst bei den Pflegeprodukten für unsere Kleinen, schreckt diese Multi-Milliarden Euro Kosmetikindustrie keinesfalls davor zurück, aggressive und potentiell gefährliche Inhaltsstoffe zu verwenden. In manchen Baby-Pflegetüchern befinden sich z. B. Stoffe, wie Paraffinum Liquidum, welche man aus Erdöl gewinnt. Es legt sich wie ein Film über die Haut und stört den normalen Regulationsmechanismus. Über die Haut dringt es zum Teil in den Körper unserer Kinder ein und kann sich dann in Leber, Niere und Lymphknoten anreichern und dort zu Schädigungen führen.



Oder wie verhält es sich beispielsweise mit dem Inhaltsstoff Tetrasodium Edta? Es ist ein Feuchthaltemittel, welches das Verderben der Tücher verhindert und ist als Konservierungsmittel nicht erlaubt. Die Windeldermatitis, eine bekannte Hautreizung im Windelbereich, ist eine Folge dieses Stoffes.

Die vorliegende Broschüre hilft bei der Aufklärung: Jedem Stoff ist bzw. sind eine oder mehrere Funktionen zugeordnet, die dieser in kosmetischen Mitteln erfüllt. Die Funktionen werden in einer separaten Auflistung ausführlich erläutert. Bei pflanzlichen Inhaltsstoffen sowie im Falle von meist lateinischen Bezeichnungen alltäglicher Stoffe wie z. B. „Aqua“ (für Wasser) ist auch eine deutsche Übersetzung angeführt.



FCIO

SKW

Eine solche Broschüre ist wirklich äußerst wichtig. Vor allen Dingen wenn man bedenkt, dass mittlerweile über 8.000 Inhaltsstoffe in dieser Broschüre aufgeführt werden. Doch auch hier gibt es viel Kritik von Verbraucherschützern und Anwendern. Wie selbst INCI schreibt, sind viele der Namen zu abstrakt, zu fremd und geben kaum Aufschluss über evtl. auftretende Nebenwirkungen etc. Wenn Sie Interesse an dieser Broschüre haben, fordern Sie sie einfach per Email an.

### **Wie sieht nun die INCI-Deklaration in der Praxis aus?**

Die Kennzeichnung gilt für alle bei der Herstellung verwendeten und im Fertigprodukt vorhandenen Bestandteile. Ihre Auflistung beginnt mit dem Hinweis „Ingredients“. Die Bestandteile werden mit ihren INCI-Bezeichnungen angegeben und zwar in absteigender Reihenfolge der Konzentration, d.h. der Menge, in der sie eingearbeitet sind – also der Inhaltsstoff mit dem größten Anteil am Anfang und danach alle anderen. Rohstoffe, die weniger als 1 Prozent der Gesamtbestandteile ausmachen, erscheinen am Ende in ungeordneter Reihenfolge. Die Deklaration muss auf der äußeren Verpackung eines Produktes erscheinen.

Wenn hierzu der Platz – z. B. bei Kleinartikeln – nicht ausreicht, werden die Angaben auf einer Packungsbeilage o. ä. aufgeführt, und auf der Verpackung wird darauf in verkürzter Form mit einem speziellen Symbol (einer Hand, die in einem offenen Buch blättert) hingewiesen. Als weitere Möglichkeit kann bei Kleinartikeln, wie zum Beispiel Lippenstiften, auch ein Schild in deren unmittelbaren Nähe angebracht sein, das über die Bestandteile des betreffenden Produkts informiert. In diesem Fall muss das Symbol nicht auf die Packung gedruckt werden.

Ein Beispiel für „schlechte“ Informationen:

Sodium Laureth Sulfate (Natriumlaurylethersulfat)

Deklaration der Funktion laut INCI mit den Zahlen 48, 50 und 55

Bedeutung: 48 – Reinigend,

50 – Schaumbildend,

55 – ermöglicht eine gleichmäßige Verteilung

Heute weiß man aus vielen Studien, dass Sodium-Laureth-Sulfat, die alkoholische Form des Sodium-Lauryl-Sulfats ist. Während des Ethoxylierungs-Prozesses entsteht die äußerst schädliche Verbindung 1,4-Dioxan. 1,4-Dioxan war einer der Hauptbestandteile des chemischen Entlaubungsmittels "Agent Orange", welches während des Vietnamkrieges eingesetzt worden war. 1,4-Dioxan ist eine Substanz, die den Hormonhaushalt stört; zudem steht sie in dem Verdacht, Hauptauslöser zahlreicher Krebserkrankungen zu sein. Ebenso ist diese Substanz dem Hormon Östrogen sehr ähnlich und man vermutet, dass es die Wahrscheinlichkeit für Brustkrebs und Endometriumkarzinom, stressbedingte Erkrankungen erhöht und für eine reduzierte Spermienproduktion verantwortlich sein kann.

Also mit der Information in der INCI Broschüre hätten Sie keine Informationen bezüglich der Schädlichkeit dieses Stoffes erhalten und dass finde ich äußerst bedenklich. Kosmetika sollen Ihnen ja nützen und nicht schaden!

Die Kosmetikverordnung segnet auch heute, noch immer zu viele Inhaltsstoffe ab, die meiner Meinung nach bedenklich sind in Ihrer Anwendung. Stoffe, die die verschiedensten und noch nicht erforschten Auswirkungen auf unsere Gesundheit und Umwelt haben. Genau hier wird das Versprechen der INCI wertlos, wenn angeblich keine gesundheitsschädigenden Inhaltsstoffe in der Kosmetik verwendet werden dürfen, aber gleichzeitig krebserregende und giftige Stoffe wie Formaldehyd oder Methanol eine Zulassung erhalten. Übrigens: Methanol hat diese Kennzeichnung wenn Sie es kaufen wollen!!

Für mich entsteht immer mehr der Eindruck, dass mit der immer weiteren Standardisierung der INCI, nur einem entgegengekommen wird, der Multi-Milliarden Euro Industrie, der Kosmetikhersteller. Sie können sich hinter Fremdwörtern, meterlangen Datenblättern etc. verstecken.

## GEFÄHRLICHE INHALTSSTOFFE

Wenn Sie dieses E-Book aufmerksam gelesen haben, sind Sie vielleicht zu demselben Schluss gekommen wie ich. Die Deklaration der Inhaltsstoffe, bei unserer ganzen Kosmetik, sagt in der Regel gar nichts darüber aus, ob auf gesundheitsgefährdende oder krebserregende oder ökologisch bedenkliche Stoffe verzichtet wurde. Das einzige, was hier hilft, selbst einen Check zu machen und die bedenklichsten Stoffe aus Ihrem Bad zu entfernen. Denken Sie an sich und Ihre Familie. Denken Sie an Ihre Kinder, die vielleicht in ein paar Jahren damit zu kämpfen haben, wie ich es hatte. Ich habe Ihnen anbei einmal, die meiner Meinung nach potentiell gefährlichsten Inhaltsstoffe aufgelistet. Drucken Sie sie sich doch diese letzten Seiten einfach aus, gehen in Ihr Bad und prüfen Sie ihre Kosmetik. Vermeiden Sie die genannten Stoffe und ich denke, Ihre Gesundheit und die Ihrer Familie wird es Ihnen danken!!!!

**Pflegeprodukte zeichnen sich nicht nur dadurch aus, welche Inhaltsstoffe sie enthalten. Nicht minder wichtig ist es, welche Stoffe nicht enthalten sind! Viele handelsübliche Seifen, Lotionen und Kosmetika enthalten Substanzen, die Gesundheitsschäden und unerwünschte Reaktionen auslösen können. Mit Hilfe der nachfolgenden Liste erhalten Sie Kenntnis über solche Bestandteile.**

### 1. aHydroxysäure

In Hautpflegeprodukten, greift nicht nur die Hautzellen an, sondern auch den Säureschutzmantel der Haut. Langfristige Hautschäden können die Folge sein.

### 2. Alkohol

Eine farblose, geruchlose, brennbare Flüssigkeit, die häufig als Lösungsmittel verwendet wird. Zu finden in Hautpflegeprodukten, Getränken, Medikamenten und Mundspülungen. Kann Körpergewebe möglicherweise anfälliger für die Entstehung von Krebs machen. Mundspülungen mit einem Alkoholgehalt von über 25 % stehen im Verdacht, für Mund, Zungen und Rachenkrebs verantwortlich zu sein. Eine farblose, flüchtige, brennbare Flüssigkeit, die durch Vergärung von Hefe und Kohlehydraten entsteht. Er wird in Haartönungen verwendet, in Körpercremes, Handlotionen, Aftershaves und Duftstoffen. Alkohol kann Übelkeit, Erbrechen, Kopfschmerzen, Hitzewallungen und Depressionen hervorrufen. In mehr als 95% aller Kosmetika findet man reine alkoholische Stoffe. Alkohol trocknet ihre Haare und Haut aus und verursacht Risse in der Hautoberfläche. Um das zu verhindern entsteht ein genialer Effekt, sie cremen immer mehr, es trocknet aus, sie cremen, es trocknet aus.

### 3. Aluminium

Ein metallisches Element, das vielfach bei der Herstellung von Flugzeugbauteilen und Prothesen sowie als Bestandteil von schweißhemmenden Mitteln, säurewidrigen Mitteln und Antiseptika verwendet wird. Substanzen mit Aluminium sind in der Mehrzahl der Deos, Eau de Toilette und anderen Sprühartikeln vorhanden, weil sie als effektivstes Anti-Schweißmittel gelten. Sie irritieren auf

Dauer die Haut, trocknen sie aus und können Granulome (Gewebe Knötchen, Riesenzellen) erzeugen.

Experimente haben ergeben, dass schon äußerst gering dosiertes Aluminium die natürlichen elektrischen Impulse von Nervenzellen blockiert, das heißt die Nervenaktivität drastisch herabsetzt. Daraus folgt ein lahmes Nervensystem, Unfähigkeit im Hirn Enzyme umzusetzen und schließlich Gedächtnisverlust, Muskelschwund. Aluminium wird mit der Alzheimer-Krankheit und mit Brustkrebs in Verbindung gebracht. Beispiel: aluminum silicate, aluminum chlorohydrate, usw.

#### **4. Benzophenone und weitere Sonnenschutzfilter**

4-MBC (4-Methylbenzylidencampher), OMC ( Octyl-methoxycinnamat), Bp-3 (Benzophenon-3). Ist in den Verdacht geraten, wie das weibliche Hormon Östrogen zu wirken. UV Filter sind inzwischen in menschlicher Muttermilch und im Körper von Fischen nachweisbar. In Testreihen wuchsen Brustkrebszellen, auf die 5 verschiedene UV-Filter aufgebracht wurden. Untersuchungen des Instituts für Pharmakologie und Toxikologie der Universität Zürich. (Quelle: Natur & Kosmos Juni 2001)

#### **5. Bleichmittel**

Bleichmittel werden leider nicht nur für die tolle Haarfarbe von Platinblonden Frauen verwendet, nein sie funktionieren auch als optische Falle in Zahnpasten oder normalen Gesichtscremes. So sollen sie den Eindruck sauberer und weißer Zähne vermitteln, obwohl sie auf Dauer das Dentin der Zähne angreifen. In Cremes täuschen sie eine jüngere Haut vor, denn hellere, gebleichte Haut wirkt viel frischer und gibt die Faltentiefe mit weniger Schattenkontrast wieder. Dass das auf Dauer aber Gift für die Haut ist, versteht sich von selbst, aber die gebleichten Konsumenten sehen nur den "Verjüngungseffekt" und greifen doppelt ins Döschen, was ihre Haut am nächsten Tag zurückzahlt und sie dazu veranlasst, immer mehr aufzutragen. Typische krebserregende Bleichmittel sind Natrium Perborate und viele Ammonium-Derivate wie zum Beispiel Ammonium Lauryl Sulfate (auch Reinigungsmittel in Zahncremes), Benzyl Triethyl Ammonium Chloride, das auch als Antistatikum in Shampoos zu finden ist.

#### **6. Butane**

Ein Aerosol, hochbrennbar und kann in hohen Dosen narkotisierende Wirkung haben. Butan wird als Rauschmittel wegen der guten Verfügbarkeit und des geringen Preises verwendet. Die Wirkung ist mit ähnlichen Schnüffelstoffen zu vergleichen. Beim Konsum kann es zu einer Sauerstoffunterversorgung kommen, da sich das dichtere Butan in der Lunge absetzt und somit das Lungenvolumen abnimmt. Es kann zu Übelkeit und Erbrechen, im schlimmsten Fall zu massiven Hirnschädigungen führen. Lebensgefahr besteht bei Erhöhung des Gehirndrucks. Psychische Abhängigkeit ist möglich. In geschlossenen kleinen Räumen (z. Bsp. in einem Auto) kann es zudem zu einem hoch explosiven Gas-Luftgemisch kommen. Auch von Todesfällen wird berichtet.

## **7. Collagen**

Ein unlösbares Fasereiweiß, das wegen seiner Größe nicht durch die Haut aufgenommen werden kann. Das Kollagen, das sich in den meisten Hautpflegeprodukten befindet, wird aus Tierhäuten und zermahlenden Hühnerfüßen gewonnen. Die Substanz legt sich wie ein Film über die Haut und kann diese ersticken. Ich frage mich, wie man natürliches hauteigenes Collagen herstellen will?

## **8. DEA (Diethanolamine)**

Ein farbloser und kristallähnlicher Alkohol, welcher in Lösungsmitteln, Emulgatoren und Reinigungsmitteln Anwendung findet. DEA wirkt als Weichmacher in Körperlotionen oder als Feuchthaltemittel in Hautpflegeprodukten. DEA ist krebserregend und falls DEA mit Nitraten verarbeitet werden, reagieren diese chemisch miteinander und führen möglicherweise zur Entstehung krebserregender Nitrosamine. Außerdem ist DEA haut- und schleimhautreizend. Obwohl in früheren Studien DEA selbst nicht als krebserzeugend galt, zeigen neueste Studien krebserzeugendes Potential, auch ohne Nitratverbindungen. Dem DEA sehr ähnliche und noch häufig verwendete Ethanolamine, wie Triethanolamine(TEA) und Monoethanolamine(MEA) sollte man auch meiden.

## **9. Diethylphthalat**

In Haarshampoos gefunden. Beeinträchtigen den Säureschutzmantel der Haut. Wird zur Vergällung von Alkohol eingesetzt. Es wird von der Haut aufgenommen und beeinflusst ihren Schutzmechanismus. Phthalate stehen im Verdacht, Leber, Nieren und Fortpflanzungsorgane zu schädigen und außerdem wie ein Hormon zu wirken. (Quelle: Öko-Test, Heft 06/2001) „Gefunden in Haarshampoos“. Phthalate werden oft als Weichmacher und Lösungsmittel eingesetzt. Es gibt sogar eine Ölfarbe namens Phthalat-Blau, die schon bei entferntem Einatmen zu Übelkeit, Brechreiz und Schwindelgefühl führen kann.

## **10. Dioxin**

Ein möglicherweise krebserregendes Abfallprodukt des Papierbleichungsprozesses in Papiermühlen. Mit Dioxin behandelte Behältnisse können unter Umständen Dioxin auf das beinhaltete Produkt übertragen. Die giftigste Einzelverbindung unter den Dioxinen ist das sogenannte „Sevesodioxin“ (2,3,7,8-Tetrachlordibenzodioxin, kurz 2,3,7,8-TCDD). Die akute Giftigkeit der übrigen polychlorierten Dibenzodioxine und Dibenzofurane wird relativ zu 2,3,7,8-TCDD angegeben. Polychlorierte Dioxine und Furane können bereits in geringen Mengen die Entstehung von Krebs aus vorgeschädigten Zellen fördern. Als langlebige organische Schadstoffe werden sie in der Umwelt kaum abgebaut, Spuren von polychlorierten Dioxinen und Furanen kommen überall auf der Welt vor. Über die Nahrungskette reichern sie sich in lebenden Organismen an. Der Mensch nimmt Dioxine vor allem über tierische Nahrungsmittel (Fisch, Fleisch, Eier, Milchprodukte) auf. Ein wichtiger Indikator für die Belastung von Menschen ist die Konzentration in der Muttermilch.

## **11. Duftstoffe**

Deos, Parfums und Kosmetik sollen natürlich gut duften und vielleicht findet sich auch in Ihrem Deo der Duftstoff Eichenmoos. Klingt wie reine Natur oder? Ist aber hochgradig allergieauslösend. Eben weil Kosmetik gut riechen soll, finden Sie in Kosmetik häufig polyzyklische Moschusverbindungen. Dahinter verbergen sich synthetische Duftstoffe, die auf der Packung auch schlicht als „Parfum“ oder „Fragance“ auftauchen. Sie können bei empfindlichen Menschen Allergien auslösen und haben sich in Tierversuchen teilweise als krebserregend und erbgutverändernd gezeigt.

Polyzyklische Moschusverbindungen lagern sich im Fettgewebe an und sind sogar in der Muttermilch nachweisbar. Sie stehen im Verdacht, nervenschädigend zu wirken. In Tierversuchen zeigten sich auch Hinweise auf Leberschäden. Die meisten Duftstoffe haben also giftige Komponenten, die im Kontakt mit Schweiß zerfallen und in den Körper eindringen, wo sie den Hormonhaushalt beeinträchtigen und Krebs erregen.

## **12. Elastin mit hoher Molekülgröße**

Ein ähnliches Eiweiß wie das Collagen und Hauptbestandteil elastischer Fasern. Elastin wird auch aus Tierteilen gewonnen. Wirkung ähnlich wie Collagen.

## **13. Farbstoffe**

Sie sind nicht nur in Gesichtskosmetik oder Haartönungen enthalten, sondern sind in fast jedem Produkt vorhanden, welches eine peppige Farbe hat und nicht durchsichtig ist. Jedes Duschgel, Creme, Parfum, etc., ist gefärbt, und das leider meist mit hochgiftigen Präparaten, wie jenen, die Sie an den Silben -anilin, oder -anilid, wie zum Beispiel Acetanilid erkennen, manche beinhalten die Silben -amine und -diamine, wie in Toluene-2,5-Diamine oder Laurylamine, Dipropylenediamine. Einige dieser Farbstoffe haben eine so komplizierte Molekularstruktur, dass die Industrie sie einfach nur mit Initialen, zum Beispiel HC, wie in HC orange oder peppigen Begriffen wie Acid, Pigment oder Solvent nennt. Beispiele: Acid Red 73, Pigment Green 7, solvent black 3. Diese abgekürzten Stoffe sind hochgiftig. Wussten Sie, dass die Friseurinnen, die weibliche Berufsgruppe ist, in der die höchste Anzahl an Krebstoten auftritt? Hintergrund ist, dass sie beim Haare färben die toxischen Dämpfe direkt einatmen. Selbst in Lippenstiften sind die Farbstoffe extrem krebserregend und wenn man bedenkt das eine Frau die regelmäßig Lippenstift aufträgt im Laufe ihres Lebens fast 10 kg davon verschluckt, hat doch die Industrie einen tollen Weg gefunden, uns das Gift wie mit dem Löffel einzuflößen.

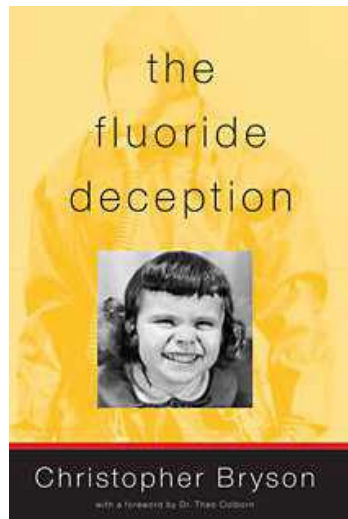
## **14. Fluoride**

Potentiell krebserregend (Zahnpasta). Belgien hat als erstes europäisches Land auf neuere Erkenntnisse der Zahnheilkunde reagiert und fluorhaltige Kaugummis, Tabletten und Zahnwässer verboten! Forscher bezeichnen Fluor als schleichendes Gift. Zahnpasta mit Fluor ist von dem Verbot nicht betroffen, da der Wirkstoffgehalt zu gering sei.

Fluorid ist ein biologisch nicht abbaubares Umweltgift und ein industriell erzeugtes Abfallprodukt, das von der amerikanischen Environmental Protection Agency (wie bei uns das Amt für Umweltschutz) offiziell als Giftstoff eingestuft worden ist.



Dr. Dean Burk vom National Cancer Institut (Nationalen Krebsinstitut) sagt: "Fluorid verursacht häufiger und schneller Krebs beim Menschen als jede andere chemische Substanz." Lesen sie Bryson's Buch „The Fluoride Deception“ und sie werden Fluoride in Zukunft anders sehen.



Im Endeffekt geht es doch darum, dass wir unter gar keinen Umständen Fluoride zu uns nehmen sollten, denn es fördert Krankheit in jeder Weise.

### **Wissen Sie was WIRKLICH in ihren Produkten ist?**

Was würden sie tun, wenn sie plötzlich feststellen, dass Fluoride, welche uns bisher als natürlich, gesund und gut für unsere Zähne verkauft wurden, auf einmal ganz und gar nicht sicher sind. Viel mehr noch, sie sind sogar krebserregende industrielle Abfallstoffe! Genau das sind sie. Die Fluoride in unserem Wasser sind nicht das, für was sie uns verkauft werden.

Wenn Fluoride Ihrem Trinkwasser zugesetzt werden, dann sind das keine organischen Mineralien. Denn das Fluorid, von welchem ich spreche, ist eine chemische Fluorid- Verbindung – ein toxisches Abfallprodukt aus der Herstellung von Phosphat-Düngemittel. Es gibt drei grundlegende Stoffe das Trinkwasser zu fluoridieren:

1. Natrium Fluoride(NaF)
2. Natrium silicofluoride
3. Hydrofluorosilicic Acid

Die letzten zwei, Natrium silicofluoride und Hydrofluorosilicic Acid, werden zur Fluoridierung von Trinkwasser eingesetzt. Diese Stoffe sind Nebenprodukte bei der Herstellung von Aluminium, Stahl, Zement, Phosphat und auch von Nuklearwaffen. Diese Form von Fluoriden, wird von Menschen hergestellt, und diese Form von Fluoriden haben keinerlei Nährwert oder gesundheitliche positive Eigenschaften. Und da ist noch ein weiterer kleiner Leckerbissen, von welchem selten die Rede ist. Wir sprechen von der Tatsache, dass diese toxischen Industrieabfälle, welche ihrem Wasser zugesetzt werden, niemals auf ihre Toxizität und Gefährlichkeit für den Menschen getestet wurden. Also meiden Sie Fluorid, denn Natriumfluorid, gilt als gefährliches Toxin und kann erhebliche

Email: [info@naturprodukteberatung24.de](mailto:info@naturprodukteberatung24.de) Internet: <http://www.naturprodukteberatung24.de>



gesundheitliche Schäden verursachen. Diese chemische Substanz schädigt Ihre Nieren, Ihr Herz, Ihren Darm und Verdauungstrakt. Es schädigt Ihre Knochen und Zähne und wirkt sich negativ auf ihr Nervensystem aus.

### **15. Fluorkohlenwasserstoffe**

Farbloses, nicht brennbares Gas oder eine farblose, nicht brennbare Flüssigkeit, die manchmal leichte Reizungen der oberen Atemwege hervorruft. Häufig als Treibmittel in Haarsprays.

### **16. Formaldehyd**

Erinnern Sie sich vielleicht noch an den Ikea-Skandal. Jetzt ist die Welt gegen Formaldehyd in Möbeln sensibilisiert, weiß aber nicht, dass es nach wie vor, unkontrolliert sogar direkt auf unserer Haut landen kann. Prinzipiell ist es in der Kosmetik verboten, wird aber wegen seiner geringen Kosten und großartigen Wirkung gegen Pilze weiterverwendet. Nur jetzt eben in chemischen Kompositionen, die es früher oder später - spätestens in Kontakt mit der Haut - freisetzen! Man beachte dabei die Urea-Zusammensetzungen, zum Beispiel: Diazolidinyl Urea, Imidazolidinyl Urea, Polyoxymethylene Urea. Verlogen ist, dass diese Bezeichnungen auf Urea schließen lassen. (Urea allein dastehend, nichts anderes als positiv zu bewertende Harnsäure ist, aber mit Harnsäure überhaupt nichts zu tun haben!) Substanzen wie Bronidox, Bronopol, Diazolidinyl-Harnstoff, 2-Bromo-2-Nitropropane-1,3-Diol, 5-Bromo-5-Nitro-1,3-Dioxane oder Substanzen mit den Buchstaben MDM, DM, DMDM, DMHF oder DEMD davor, wie DMDM Hydantoin, sind ebenfalls Formaldehyd-Freisetzer; ebenso wie Dimethyl Oxazolidine. Formaldehyd/-abspalter sind ein farbloses, giftiges Gas - ein Reizstoff und Krebserreger. In Kombination mit Wasser findet Formaldehyd als Desinfektionsmittel, als Fixierungsmittel oder Konservierungsmittel Verwendung. Formaldehyd ist in vielen kosmetischen Produkten und vor allem in herkömmlichen Nagelpflegesystemen enthalten. Schon in geringen Mengen reizt dieser krebverdächtige Stoff Schleimhäute und kann Allergien auslösen.

### **17. Glycerin**

Sirupartige Flüssigkeit, die durch chemische Verbindung von Wasser und Fett hergestellt wird. Es kommt als Lösungsmittel und Weichmacher zum Einsatz. Glycerin zieht Feuchtigkeit aus den unteren Hautschichten an die Hautoberfläche und hält sie dort fest, außer wenn die Luftfeuchtigkeit über 65 % liegt. Dadurch kann die Haut von innen nach außen austrocknen.

### **18. Kaolin**

Ein feiner weißer Ton. Schwächt und erstickt die Haut. Kaolin wird hauptsächlich bei der Papierherstellung und Porzellanbereitung verwendet. Daneben wird Bolus Alba unter anderem als Bestandteil mancher Pudergrundlagen verwendet und auch Lebensmitteln zugesetzt. Ähnlich wie Bentonit erstickt und schwächt Kaolin die Haut.

### **19. Halogene Verbindungen**

Halogene sind Stoffe, die in direkter Reaktion mit Metall, also ohne die Zufuhr von Sauerstoff, Salze bilden. Die bekanntesten sind Brom, Chlor, Fluor und Jod. Halogenorganische Verbindungen sind an den Wortbestandteilen "Bromo", "Jodo" oder "Chloro" zu erkennen. Sie können sich in Ihrem Gewebe anlagern, ihr Gewebe zersetzen und so zu Schäden wie Allergien führen. Diese  
Email: [info@naturprodukteberatung24.de](mailto:info@naturprodukteberatung24.de) Internet: <http://www.naturprodukteberatung24.de>

Halogenorganischen Verbindungen sollten sie unbedingt meiden, denn sie können unter bestimmten Umständen Nitrosamine bilden. Diese Nitrosamine sind nachgewiesen hochgradig krebserregend.

## **20. Lanolin**

Eine aus Wolle gewonnene fettige Substanz, die häufig Bestandteil von Kosmetika und Körperlotionen ist. Kann Allergien wie z.B. Hautausschläge verursachen. Die Wirksamkeit von Lanolin als Hautschutzmittel und zur Hauterweichung ist seit Jahrzehnten bekannt. Es gab jedoch immer Bedenken wegen möglicher allergischer Reaktionen, vor allem bei Patienten mit Hautproblemen oder vorgeschädigter Haut. Lanolin ist ein natürliches Produkt, das nach dem Scheren aus dem Wollvlies von Schafen gewonnen wird. Unraffiniertes „Wollfett“ wird aus dem Waschwasser der Wolle extrahiert. Anschließend beginnt der, für die Herstellung von Lanolin notwendige Reinigungsprozess. Lanolin ist nicht gleich Lanolin, es gibt gravierende Unterschiede. Es gibt viele Güteklassen bei Lanolin, die von so gut wie unverarbeitetem Roh-Lanolin für industrielle Zwecke bis hin zum ultrareinen, für medizinische Zwecke geeigneten Lanolin reichen.

## **21. LAS Tenside**

Stark hautreizend, im Abwasser schwer abbaubar und wird selbst in Waschmittel nicht mehr eingesetzt. Gefunden in Haarshampoos!

## **22. Lauge**

Eine hoch konzentrierte wässrige Lösung aus Natriumhydroxid oder Kaliumhydroxid. Seifenstücke sind z.B. eine Kombination aus Lauge und tierischen Fetten, die die Haut austrocknen können. Seife entfernt nicht nur vorhandenen Schmutz, sondern auch einen Teil des natürlichen Fettilms der Haut. Dies kann, besonders bei zu häufigem Waschen, zu rissiger, rauer Haut führen. Seifen können starke Reizungen ausüben, wenn höhere Anteile an kurzkettigen, gesättigten Fettsäuren vorhanden sind. Allergische Hautreaktionen werden jedoch eher durch die verwendeten Parfümöle und Zusatzstoffe als durch die eigentliche Seife ausgelöst.

## **23. Nitro- und polyzyklische Moschusverbindungen**

Diese synthetischen Parfümstoffe haben sich teilweise in Tierversuchen als krebserregend oder erbgutverändernd erwiesen. Diese Stoffe reichern sich in unserem Körper an und können sogar in der Muttermilch nachgewiesen werden. (Quelle: Öko-Test, Heft 04/97) (siehe auch Duftstoffe). In Kosmetik werden solche Duftstoffe wie: Moschus-Xylol, Moschus-Keton, Indan oder Tetran verwendet. Das Gefährpotential dieser Stoffe wird auf lange Sicht laut Einschätzungen zu Impotenz führen.

## **24. Mineralöl**

Ein Rohöl (Petroleum)Derivat, das industriell als Schmieröl genutzt wird. Mineralöl bildet einen öligen Film auf der Haut. So werden Toxine und Abfallstoffe eingeschlossen und die normale Hautatmung unterbunden, was den Alterungsprozeß der Haut beschleunigen wird. Ein Stoff, der sehr häufig in Ihrer Kosmetik, also Ihren Seifen, Cremes, Ölen, etc. vorkommt ist das Petroleum-Derivat Paraffinum, auch bekannt als Petrolatum, mineral oil, cera microcristallina, ceresin, silicone quaternium, oder ozokerit. Es hat eine extrem seidig-weiche, feine Konsistenz und eignet sich dementsprechend gut, um dem Kunden eine  
Email: [info@naturprodukteberatung24.de](mailto:info@naturprodukteberatung24.de) Internet: <http://www.naturprodukteberatung24.de>

hydrierende, hauterweichende Eigenschaft vorzugaukeln, da es sich wie ein geschmeidiger Film über die Haut zieht. In Wirklichkeit passiert aber genau das Gegenteil.

## **25. Nitrosamine**

Nitrosamine können über die Haut aufgenommen werden und Krebs erzeugen. Sie gelangen durch verunreinigte Rohstoffe in Kosmetika oder entstehen während der Lagerung, wenn bestimmte Inhaltsstoffe miteinander reagieren. In Tierversuchen wurde eine stark krebserzeugende Wirkung bei 90 % der untersuchten Nitrosamine nachgewiesen. Es ist bis heute keine Spezies (also auch wir Menschen nicht) bekannt, in der die Substanz nicht Tumore induzieren kann. Nitrosamine sind Prakanzerogene, das heißt, sie müssen im Körper erst aktiviert werden, damit sie ihre schädliche Wirkung entfalten können. Einige Studien sehen zudem einen Zusammenhang zwischen dem zunehmenden Einsatz von Nitrat und Nitrit in Landwirtschaft (Düngung), der Nahrungsmittelindustrie durch Konservierungsmittel) und der dadurch erhöhten Belastung mit Nitrosaminen und der steigenden Zahl von Alzheimer-, Parkinson- und Diabetesfällen. Nitrosamine haben in Tierversuchen auch Schaden der Leber und des Erbgutes hervorgerufen.

## **26. Oxybenzon - Sonnenschutzmittel**

Verbirgt sich auch hinter dem Namen Benzophenone-3. Lichtschutzfilter, der als starker Allergieauslöser bekannt ist (Quelle: Öko-Test, Heft 06/2001). Ursprünglich wurden mineralische, optische, also abdeckende Filter herangezogen, wie Zinnoxid oder Titaniumdioxid. Da diese jedoch zu teuer sind und ihre pastenförmige, eingedickte Konsistenz dem Verbraucher nicht so angenehm war, verwendet man eben andere. Nämlich die seidigweichen und durchsichtigen Konkurrenzstoffe, die jedoch allesamt schädlich sind, wie -oxybenzone, -benzophenone, bzw. Methoxydibenzoylmethane, oder Dibenzoylmethane – achten Sie auf die Silbe -benzoyl. Alle diese Stoffe sind hochgradig krebserregend und die Hauptursache für Kettenallergien. Leider sind sie nicht nur in Sonnenschutzmitteln enthalten, sondern in fast allen möglichen Cremes. Auch in den teuren. Das hat auch einen Grund: Viele chemische Substanzen können die Haut entzünden, das ruft bei Sonnenlicht unschöne Flecken hervor. Statt diese irritierenden Billigstoffe zu verbannen, wird das Problem einfach "zugedeckt", indem man die obengenannten, toxischen Lichtfilter hinzufügt und so die Sonneneinstrahlung und das "Fleckenrisiko" verhindert. Man nehme Gift und multipliziere mit Gift und schon wirst du schön.

## **27. PAB, PABA**

Das Schönheitsvitamin. Es soll "glatte, gesunde Haut, ohne Falten, volles farbkraftiges Haar und ein hübsches Aussehen" verleihen. Sein Einsatz in Sonnenschutzmitteln ist jedoch problematisch, weil es zum einen Allergien auslösen kann und zum anderen nicht gegen die UV-B-induzierte Unterdrückung des Immunsystems schützt. p-Aminobenzoesäure (PABA) ist eine organische Carbonsäure, ein Baustein der Folsäure und wird oftmals den B-Vitaminen zugeordnet, es ist jedoch kein Vitamin.

### **28. Petrolatum**

Ein Fett auf Petroleumbasis, industriell als Schmiermittel genutzt. Schädigende Wirkung siehe unter Mineralöl.

### **29. Propane**

Ein Aerosol, brennbar und in hohen Dosen narkotisierend. Propan ist ein farb- und geruchloses Gas( Aerosol), Propan ist schwerer als Luft und wirkt in hohen Konzentrationen narkotisierend bis erstickend. Außerdem ist es brennbar. Es wird oft in Sprays als Treibgas verwendet.

### **30. Polyethylenglykol (PEG)**

Gefunden in Haarshampoos! (Copolyol, Polyglykol, Polysorbate, das sind Stoffe, die „PEG“ oder die Buchstaben „eth“ in Verbindung mit einer Zahl enthalten, z.B. Ceteareth-33, Ceteth, Cetholth) Polyethylenglykole und deren Abkömmlinge können die Haut durchlässiger machen und Schadstoffe in den Körper einschleusen. Deswegen sind sie auch wegen ihrer hautirritierenden Eigenschaften sehr umstritten. Aber nicht nur das! Sie werden aus giftigen Krebs erregenden Erdölderivaten wie Ethylenoxid und anderen Stoffen gewonnen. Siehe auch Sodium Lauryl Sulfat. Alle Kosmetikzusätze die PEG und PPG enthalten, sind mittlerweile zu einer so großen und unüberschaubaren Gruppe gewachsen, die die unterschiedlichsten Aufgaben erfüllen. Sie dienen als Lösungsmittel, Feuchthaltemittel, Tenside und Weichmacher. Sie sind Grundlage für viele Cremes, Salben oder Gels. Aber auch als Emulgatoren.

### **31. Propylenglykole**

Eine kosmetische Form des Mineralöls, die man aber auch in automatischer Brems- und Hydraulikflüssigkeit sowie in industriellen Frostschutzmitteln findet. In Haut- und Haarpflegeprodukten wirkt Propylenglykol als Feuchthaltemittel, d.h. der Feuchtigkeitsgehalt von Haut oder kosmetischen Produkten bleibt aufrechterhalten, weil Propylenglykol das Entweichen von Feuchtigkeit oder Wasser verhindert. Werkstoff-Sicherheitsdatenblätter warnen die Benutzer vor Hautkontakt mit Propylenglykol, da es die Haut stark reizt!!!! und zu Leberanomalien und Nierenschäden führen kann. Es ist in Lösungsmitteln und in Hygieneartikeln wie Hautcremes, Zahnpasta und Deos als Feuchthaltemittel und Weichmacher enthalten. Jetzt halten Sie sich fest es ist sogar als Trägerstoff und Trägerlösungsmittel für Farbstoffe, Antioxidationsmittel, Emulgatoren und Enzyme verwendet werden, weil es nicht so „giftig“ ist wie Ethylenglycol.

### **32. Triclosan**

Ein Konservierungsmittel, das meist in Deodorants, neuerdings aber auch in Zahnpasten eingesetzt wird. Das Bakteriengift Triclosan kann die schützende Keimflora der Haut so stark dezimieren, dass sich schädliche Krankheitskeime ausbreiten. Außerdem dringt es durch die Hornschicht der Haut in den Körper und kann die Leber schädigen. Das Bakterizid ist auch deshalb in Verruf gekommen, weil es produktionsbedingt mit Dioxinen verunreinigt sein kann (INCI: Triclosan).

### **33. Salz**

Austrocknend, führt zu Hautirritationen.

### **34. Natrium Fluoride**

Potentiell krebserregend. Siehe auch Fluoride.

### **35. Natrium-Lauryl-Sulfat,**

Sodium-Lauryl-Sulfat ist ein scharfes Reinigungsmittel, das in Bodenreinigern, Maschinenentfettern und Produkten zur Autowäsche vorkommt. Es verursacht Hautallergien, lagert sich in Gehirn, Herz und Leber ab und führt somit zu Langzeitschäden. Kann Heilungsprozesse verzögern und bei Erwachsenen grauen Star (Augenerkrankung) und bei Kindern zu Entwicklungsstörungen der Augen führen. Sodium-Lauryl-Sulfat gilt unter Wissenschaftlern als häufiges Hautallergen. Es wird schnell von Augen, Gehirn, Herz und Leber absorbiert und dort angelagert, was zu Langzeitschäden führen kann. Hier kommt der besagte Shampoo-Effekt. In Verbindung von Laurylalkohol und Ethylenoxid können diese einen Betäubungseffekt auslösen. Der ist ja nicht unerwünscht, denn die Polyglycoether selbst, können örtlich betäuben. Und nichts anderes wünscht sich die Kosmetikindustrie bei Shampoos. Denn nun brennt das Shampoo nicht mehr in den Augen und dieselben fangen auch nicht mehr an zu tränen. Wissen Sie noch als Sie Kind waren? Haben Sie da nicht auch immer die Augen zugekniffen beim Haare waschen. Das gibt es Gott sei Dank nicht mehr. Aber waren 1952 nur 13 Prozent der 18- bis 29- Jährigen Brillenträger, tragen 29 heute Prozent in dieser Altersgruppe ständig oder gelegentlich eine Brille. In den vergangenen Jahrzehnten ist auch der Anteil der Kinder mit Brille enorm gewachsen. 15 Prozent aller Kinder zwischen 2 und 15 Jahren (ca. 1,5 Millionen Kinder) tragen eine Brille. Im Jahr 1993 lag der Anteil in dieser Altersgruppe erst bei 13,7 Prozent. 46 Prozent dieser Kinder haben ihre erste Brille schon im Vorschulalter unter 6 Jahren bekommen. 1978 lag dieser Anteil erst bei 19 Prozent. Vielleicht sollte man hier mal eine Studie machen, woran das wohl liegt!

### **36. Natrium-Laureth-Sulfat**

Sodium-Laureth-Sulfat ist die alkoholische Form des Sodium-Lauryl-Sulfats. Es ist etwas weniger reizend als Sodium-Lauryl-Sulfat, kann aber ein stärkeres Austrocknen bewirken. Sowohl Sodium-Lauryl-Sulfat als auch Sodium-Laureth-Sulfat können in Shampoos und Reinigungsmitteln durch Reaktion mit anderen Inhaltsstoffen möglicherweise zur Bildung von krebserregenden Nitraten und Dioxinen beitragen. Schon durch eine einzige Shampoobehandlung können größere Nitratmengen in den Blutkreislauf gelangen.

### **37. Tierfett (Talg)**

Aus Tiergewebe gewonnen, bestehend aus ölhaltigen Feststoffen oder Halbfeststoffen. Diese sind wasserunlöslicher Ester von Glycerol und Fettsäuren. Sind Hauptbestandteile des Seifenstückes, einem Reinigungs- und Emulgationsmittel, das als Bakterienbrutstätte dienen kann. Eine bestimmte Art Tiergewebe, bestehend aus ölhaltigen Feststoffen oder Halbfeststoffen.

### **38. Steinkohlenteer**

Diesen nutzt man als Grundstoff für Haarfärbemittel und Anti-Schuppen-Shampoos. Bekanntermaßen verursacht Steinkohlenteer lebensbedrohliche Krankheiten wie Krebs sowie ein breites Spektrum an verbreiteten Leiden wie Asthma und Kopfschmerzen. Halten Sie nach FD&C- oder D&C-Nummern auf dem Etikett Ausschau. Aus Steinkohlenteer werden neben Phenolen auch Naphthalin und Alkylnaphthaline, Biphenyl, Anthracen, Phenanthren, Fluoren, Pyren, Dibenzofuran, Dibenzothiophen, Chinolin, Indol und Carbazole gewonnen.

Aus Naphthalin gewinnt man z.B. Naphthalenediol ist im INCI Verzeichnis angegeben. Hier schreibt die amerikanische IPCS: „Unzureichende Daten über die Wirkung dieser Substanz auf die menschliche Gesundheit vorhanden, daher äußerste Vorsicht geboten.“

### **39. Talkum**

Ein weiches, graugrünes Mineral, das in manchen Körperpflegeprodukten und Kosmetikprodukten enthalten ist. Das Einatmen von Talkum ist möglicherweise krebserregend. Ein relativ bekannter Inhaltsstoff, der in Gesichts- und Körperpuder zu finden ist, aber auch auf Verhütungsmitteln, wie Kondomen Verwendung findet. Talkum ist krebserregend. Studien zufolge kann Talkum Eierstockkrebs hervorrufen, wenn er im Genitalbereich angewendet wird, vor allem weil Talkum, eine anorganische Magnesiumsilikatverbindung ist, die Zellen reizen kann, die die Eierstöcke umgeben. Früher war Talkum zudem häufig mit asbestähnlichen Fasern verunreinigt, einem Stoff, der nachgewiesenermaßen Tumorbildung fordert. Wie kommt dies? Talkum ist ein Mineral, das abgebaut, zerkleinert, getrocknet und dann gemahlen wird, um eine Anzahl von mineralischen Spuren zu beseitigen. Dieser Vorgang löst jedoch nicht die kleinen Fasern heraus, die dem Asbest sehr ähnlich sind. Daher ist Talkum mit dem stark krebserregenden Asbest verwandt. Wissenschaftler haben diese gefährliche Ähnlichkeit der Talkpartikel genau untersucht. Sie ist so groß, dass die FDA 1973 ein Gesetz entwarf, das die Menge an asbestähnlichen Fasern in Talkum begrenzen sollte. Doch es trat nie in Kraft, und kosmetischer Talk ist bis heute keiner gesetzlichen Regulierung unterworfen. In einer Studie von 1993 wurde nachgewiesen, dass Talkum selbst ohne diese asbestähnlichen Fasern Tumorstadium bei Versuchstieren verursachte. Talkum ist offensichtlich auch faserfrei ein Karzinogen. Der Stoff kann sich übrigens auch in unseren Lungen festsetzen, wo er Atemstörungen und womöglich sogar Lungenkrebs auslösen kann.

### **40. Plastik im menschlichen Körper**

Die erste amerikanische Studie über Umweltgifte und Chemikalien im menschlichen Organismus hat ergeben, dass sich hohe Anteile von Weichmachern im Blut und Urin der Untersuchten befinden. Die Wissenschaftler nehmen an, dass diese Chemikalien in erster Linie über die Haut aufgenommen werden!

*(Quelle: British Medical Journal. Diese Untersuchungsergebnisse kamen zustande, in dem 1999 bei 3800 Versuchspersonen aus 12 verschiedenen Regionen der USA Blut- und Urinproben analysiert worden sind. Diese Chemikalien wurden ebenso in Shampoos, Seifen und Nagellack gefunden.)*



**Heilpraktiker Ralf Meyer, mehrfacher Gast in Fliege-Sendungen, sagt dazu:**

„Es ist nicht übertrieben, wenn ich im Zusammenhang mit Kosmetika, Wasch- und Körper-pflegemitteln von einem Selbstvergiftungs-Supergau spreche. Auf der einen Seite versuchen wir uns mittlerweile gesund und naturbelassen zu ernähren, um unsere Gesundheit zu erhalten oder wieder zu gewinnen. Auf der anderen Seite fügen wir uns über Alltagsprodukte große Giftmengen zu, die unser Immunsystem ruinieren und sogar zu einer Krebsentwicklung führen können! Dabei ist unsere Haut bis zu 10-mal aufnahmefähiger als unser Darm! Nicht umsonst wird die Haut als zweite Lunge und Atmungsorgan bezeichnet. Ich möchte Ihnen an dieser Stelle dringend dazu raten, in Zukunft alle Kosmetika, Hygiene- und Putzmittel zu vermeiden, die oben genannte Inhaltsstoffe enthalten. Es existieren Hersteller, die bei der Produktion auf all diese Toxine konsequent verzichten und umweltschutz- sowie tierschutzprämiert sind.“



**Hier einige Beispiele für Inhaltsstoffe und in welchen Produkten Sie häufig vorkommen:**

**Mundwasser:**

Alkohol, Geschmacksstoffe, Natrium Lauryl Sulfate

**Zahnpasta:**

Fluor, Natriumfluoride, Natrium Lauryl Sulfate, Natrium Laureth Sulfate, Propylenglykol, Saccharin

**Shampoo:**

Diethanolamine (DEA), Diethylphtalat, LAS-Tenside, Oxybenzon, Propylenglykol, Natrium Lauryl Sulfate, Natrium Laureth Sulfate, PEG

**Conditioner, Haarspülung:**

Diethanolamine (DEA), Propylenglykol, Talg (Tierfett)

**Rasierschaum/-gel:**

Diethanolamine (DEA), Propylenglykol, Natrium Lauryl Sulfate, Salz

**Deodorants:**

Aluminiumsalze, Butane, Propane, Propylenglykol, Talkum, Alkohol

**Duschgels, Seifen:**

Diethanolamine (DEA), Natrium Lauryl Sulfate, Natrium Laureth Sulfate, Talg (Tierfett), Lauge

**Hautcremes:**

Formaldehyd, Glycerin, Kaolin, Lanolin, Mineralöl, Parfüm, Petrolatum, Propylenglykol

**Getönte Tagescremes/ Make Up:**

Polyethylenglykol (PEG), Mineralöl, Parfüm, Propylenglykol, Glycerin

## **ZUSAMMENFASSUNG**

Die Liste der schädlichen und gesundheitsgefährdenden Inhaltsstoffe ist so lang, dass ich hier bei weitem nicht alle aufführen konnte. Das würde den Rahmen dieses E-Books sprengen. Bei über 8.000 im INCI aufgeführten Inhaltsstoffen, könnte ich ein ganzes Buch schreiben. Es gibt sicher am Markt einige ausführliche Informationen in Buchform, jedoch sind diese meiner Meinung nach, noch nicht so ausgereift, wie es sein sollte. Mit diesem E-Book haben Sie aber eine Kurzfassung über die wichtigsten schädlichen Inhaltsstoffe. Sollten auch Sie ähnliche Probleme haben, wie ich Sie hatte oder es kann Ihnen zurzeit niemand so richtig helfen, vielleicht ist dann die Vermeidung von potentiell gefährlichen Inhaltsstoffen, der Anfang für ein neues Wohlfühl!

**Vorsicht bei Ihren Kosmetikprodukten ist jedenfalls immer geboten!**

Achten Sie darauf, ob ein Produkt zu stark schäumt, ob es sich durch besonders bunte Farben auszeichnet, oder das Haltbarkeitsdatum sehr lang ist. Allzu oft suggeriert auch der Name oder das Design der Verpackung, dass nur natürliche Inhaltsstoffe vorhanden sind, doch meist ist dies nichts anderes als eine clevere Verkaufsstrategie. Achten Sie deshalb auf die Inhaltsstoffe.

**Ihre Gesundheit sollte es Ihnen wert sein.**

## **WEITERE GESUNDHEITSINFORMATIONEN**

Viele weitere wertvolle Informationen, Tipps und Anregungen zu verschiedenen Gesundheitsthemen erhalten Sie auf [Naturprodukteberatung24.de](http://Naturprodukteberatung24.de). Ich freue mich auch über Ihre Fragen, Kommentare und Erfahrungen, die Sie gern dort hinterlassen können. Das nächste Buch der kleinen Möckel-Mini-E-Book Reihe ist in Arbeit.

Diesen letzten Satz möchte ich Ihnen noch auf einen gesunden und glücklichen Weg schenken. Es ist ein Zitat von Voltaire:

*„In der ersten Hälfte des Lebens opfern wir unsere Gesundheit, um Geld zu verdienen. In der anderen Hälfte opfern wir Geld, um die Gesundheit wiederzuerlangen.“*

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.

Manuela Möckel

## **LINKS, DIE IHNEN WEITERHELFFEN**

-  <http://www.cosmeticanalysis.com/de/kosmetik-inhaltsstoffe/>
-  [http://www.nokomis.at/Inhaltsstoffe/Schadstoffe/schadstoff\\_tabelle.htm](http://www.nokomis.at/Inhaltsstoffe/Schadstoffe/schadstoff_tabelle.htm)
-  <http://www.oekotest.de>
-  <http://www.ewg.org/skindeep/>
-  <http://www.hautschutzengel.de/>
-  [http://www.bio-kosmetika.com/servlet/dispatcher?map=inci\\_input&lang=de](http://www.bio-kosmetika.com/servlet/dispatcher?map=inci_input&lang=de)

## **HAFTUNGSAUSSCHLUSS / RECHTLICHE HINWEISE**

### HAFTUNGSBESCHRÄNKUNG

Die Informationen in diesem Report wurden mit großer Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Für die Richtigkeit und Vollständigkeit kann gleichwohl keine Gewähr übernommen werden. Aus diesem Grund ist jegliche Haftung für eventuelle Schäden im Zusammenhang mit der Nutzung des Informationsangebots ausgeschlossen.

### HINWEIS ZUM URHEBERRECHT

Der gesamte Inhalt dieses Reports unterliegt dem Urheberrecht. Unerlaubte Verwendung, Reproduktion oder Wiedergabe des Inhalts oder von Teilen des Inhalts ist untersagt. Alle Rechte werden vorbehalten. Wegen einer Erlaubnis zur Nutzung des Inhalts wenden Sie sich bitte an den Herausgeber.

### HINWEIS ZU EXTERNEN LINKS

Für verlinkte Seiten gilt, dass rechtswidrige Inhalte zum Zeitpunkt der Verlinkung nicht erkennbar waren. Die Links werden regelmäßig auf rechtswidrige Inhalte überprüft und bei Rechtsverletzungen unverzüglich entfernt.

© 2013 Manuela Möckel