



62 WIENERIN BEAUTY

GEFÄHR - LICHE SCHÖN - HEIT?

TEXT Martina Parken
FOTOS & PRODUKTION Lykke Steen
MODELS Miriam & Tomáš

PROBLEMSTOFFE. Eigentlich sollten sie uns Gutes tun – Pflegecremes, Bodylotions, Shampoos und Co. Doch immer wieder tauchen verwirrende Berichte auf, solche Kosmetikprodukte würden „gesundheitlich bedenkliche“ Stoffe enthalten. Wir sind dem Ganzen auf den Grund gegangen.

Zum eigenen Gebrauch nach §42a UrhG.
Anfragen zu weiteren Nutzungsrechten an den Verlag oder Ihren Medienbeobachter.

WIENERIN | AUSGABE 359/2019



PARABENE

Was ist das?

Parabene werden seit circa 40 Jahren als Konservierungsmittel in Kosmetik und Nahrungsmitteln eingesetzt – gut möglich, dass auch das Glas Gurken in Ihrem Kühlschrank Parabene enthält. Chemisch betrachtet ist ein Paraben eine Bindung der Para-Hydroxybenzoesäure (PHB-Ester), die auch in der Natur vorkommt, zum Beispiel in Karotten oder Heidelbeeren. Für die Beauty-Industrie werden Parabene aber künstlich hergestellt. Sie sollen das feuchte Milieu von Kosmetika vor Verkeimung und Pilzen schützen.

Was soll daran gefährlich sein?

2004 wurden bei einer britischen Studie in Gewebeproben von Brustkrebspatientinnen Parabene gefunden. Man kam zu der Annahme, Parabene können bestimmte Brusttumoren zum Wachsen bringen, denn sie wirken im Körper ähnlich wie das weibliche Hormon Östrogen. Allerdings ist ihre Wirkung weitaus schwächer als ebendieses. Entsprechende Langzeitstudien am Menschen fehlen. Eines scheint jedoch gewiss zu sein: Parabene lagern sich in unserem Körper an.

Warum sind sie dann nicht verboten?

Sie sind es, zumindest ein Teil von ihnen – denn Parabene sind nicht gleich Parabene. Der Einsatz von Benzylparaben, Phenylparaben, Pentylparaben, Isobutylparaben und Isopropylparaben wurde EU-weit wegen ungenügender Datenlage verboten. Seit 30. Juli 2015 dürfen Produkte, die diese Konservierungsmittel enthalten, nicht mehr am Markt bereitgestellt werden (gemäß der EU-VO 358/2014).

Bei Propyl- und Butylparaben wurde die Einsatzkonzentration herabgesetzt bzw. der Einsatz in Produkten für Kinder unter drei Jahren im Windelbereich (gemäß der VO 1004/2014) verboten. Methyl- und Ethylparaben gelten vom heutigen Forschungsstandpunkt aus als sicher.

Warum ist das so verwirrend?

Was die ganze Debatte am Laufen hält, aber auch verkompliziert, ist das Marketing. Firmen haben herausgefunden, dass sich Produkte „ohne Parabene“ besser verkaufen, und schüren mit dieser Werbeaussage weiterhin den Eindruck, dass Parabene per se schlecht sind. Die Krux dabei: Die Konservierungsmittel, die als Ersatz dienen, sind weit weniger gut erforscht als Parabene und haben ein höheres Allergierisiko. Auch ihren Langzeiteinfluss werden wir erst in der Zukunft kennen. Der *Verein für Konsumenteninformation* brachte im Juni 2018 den Hinweis, dass die Verunglimpfung des Einsatzes der als sicher bewerteten Mitglieder der Parabenfamilie in der EU nicht zulässig ist und zum Schutz der seriösen Anwender sogar Strafsanktionen unterliegt.

Gibt es auch natürliche Alternativen?

Der natürliche Weg, Inhaltsstoffe länger haltbar zu machen, sind naturidentische Konservierungsstoffe wie Benzoe- oder Salicylsäure, aber auch ätherische Öle und Alkohol. Achtung, auch hier sind natürlich Allergien und Irritationen möglich!

Alle Pflegeprodukte, die das Siegel von *Ecocert*, *Natue*, *BDHI* oder *Demeter* tragen, sind grundsätzlich parabenfrei. Frischekosmetik wie z. B. von *Ringana* oder *Nuori* enthält gar keine Konservierungsmittel, ist aber aus diesem Grund auch nur begrenzt haltbar.

„Einige Chemikalien in Mikroplastik sind hormonaktiv. Außerdem kann es Bakterien an sich binden.“

ALUMINIUM

Was ist das?

Kosmetik enthält kein reines Aluminium, sondern zumeist Aluminiumsalze. Solche Aluminiumchloride werden vor allem in Antitranspirants eingesetzt, weil sie bis heute das einzige Mittel sind, das die Schweißbildung tatsächlich hemmt. Die Aluminiumsalze tun das, indem sie auf der Haut ausflocken und die Schweißdrüsen bis zur nächsten Dusche verschließen.

Was soll daran gefährlich sein?

2001 stellten ForscherInnen fest, dass Brustkrebs immer öfter in der Nähe der Achselhöhlen auftritt, und 2007 wurde entdeckt, dass diese Tumoren eine erhöhte Konzentration von Aluminium aufwiesen. Es lag die Vermutung nahe, dass aluminiumhaltige Salze Brustkrebs fördern. Obwohl die Wissenschaft intensiv forscht, gibt es bis heute weder einen Beweis für diese These noch eine Entwarnung. Grund dafür ist, dass bei einer Krebserkrankung so viele Indikatoren eine Rolle spielen und wir Aluminiumpartikel auch durch andere Quellen (Alufolie beim Jausenbrötchen, Getränkedosen usw.) aufnehmen. Die aktuelle Einschätzung von ExpertInnen und Konsumentenschutzverbänden lautet: Aluminiumsalze können gesunde Haut kaum durchdringen – nur bei frisch rasierter Haut sollte man diese lieber nicht anwenden.

Warum ist das so verwirrend?

Weil der Unterschied zwischen aluminiumhaltigen Antitranspirants und aluminiumfreien Deos noch immer nicht im Bewusstsein der KonsumentInnen angekommen ist bzw. von der Kosmetikwerbung schlecht kommuniziert wird.

Mit einem Antitranspirant wird das Schwitzen verhindert. Mit einem Deo schwitzt man weiterhin, nur der Schweißgeruch wird überdeckt und gemindert. Allerdings ist ein „48-Stunden-Deo“ oder ein „72-Stunden-Deo“ in vielen Fällen ein Antitranspirant.

Gibt es natürliche Alternativen?

Ja. Aber Achtung: Auch die in der Naturkosmetik gerne gepriesenen Alaun- oder Kristalldeos sind chemisch gesehen eine Verbindung von Kalium und Aluminium.

Auf Wunsch der KonsumentInnen sind in den letzten Jahren verstärkt aluminiumfreie Deos auf den Markt gekommen. Oft sorgen dann Alkohol oder Natron für eine desinfizierende und daher geruchsmindernde Wirkung. Wer empfindliche Haut hat, kann hier vorübergehend ein Kribbeln, Brennen oder Jucken wahrnehmen – aber die Formulierungen werden immer besser.

MIKROPLASTIK

Was ist das?

Bei Mikroplastik in Kosmetika denken viele an Peelings und Whitening-Zahnpasta. Dabei erfüllen Kunststoffe in Kosmetikprodukten noch andere Funktionen: Synthetische Polymere (dazu gehören auch die Silikone) dienen der Haarfixierung, bilden Filme und Emulsionen oder regulieren die Viskosität der Kosmetikprodukte. Dafür sind sie nicht fest, sondern wachs- oder gelartig, gelöst oder flüssig. Gelangen diese Stoffe in die Umwelt, sind sie aber gegebenenfalls genauso problematisch wie festes Mikroplastik. Mikroplastik wird vor allem deswegen so gerne in Kosmetika eingesetzt, weil es günstig, farb-, geruch- und geschmacklos ist und kaum Allergien auslöst.

Was soll daran gefährlich sein?

Einige Chemikalien in Mikroplastik sind hormonaktiv. Außerdem hat Mikroplastik die tückische Eigenschaft, Bakterien und Schadstoffe an sich zu binden. Das größte Problem ist aber die Tatsache, dass Plastik kaum abbaubar ist. Winzige Plastikteilchen gelangen über Verdunstung in die Atmosphäre und so über Luft, Wasser und Nahrung wieder in unseren Organismus. ForscherInnen der Universität Newcastle (Australien) schätzen, dass wir jede Woche fünf Gramm Mikroplastik zu uns nehmen. Zum Vergleich: Auch eine Kreditkarte wiegt in etwa fünf Gramm.

Warum ist das so verwirrend?

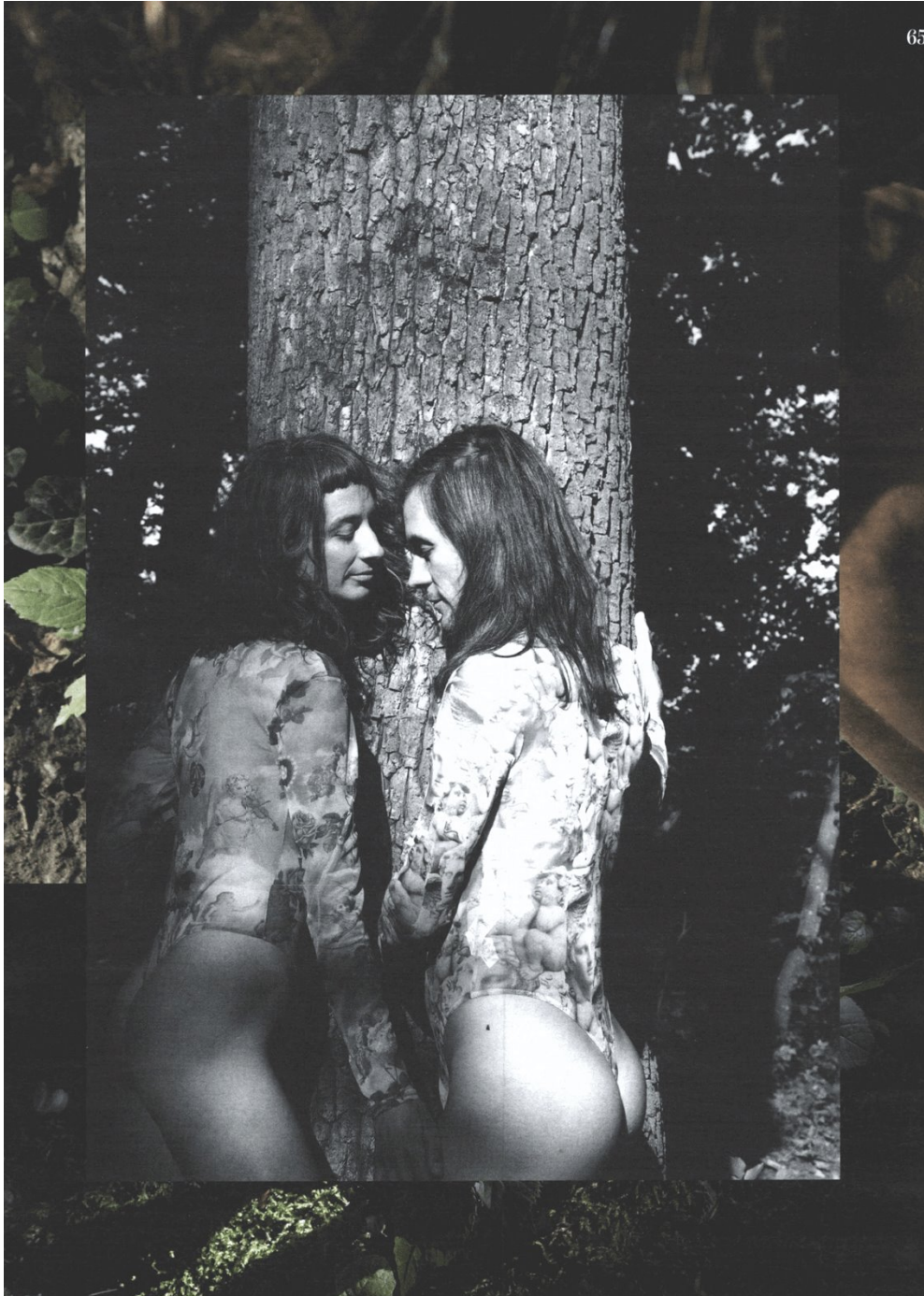
Sichtbare Plastikstückchen in Peelings kann man als KonsumentIn recht einfach identifizieren. Bei Flüssigplastik ist das schwer, denn Plastik hat viele Namen, und kaum jemand versteht das Chemikerkauerwelsch auf der Packungsangabe. Was hinzukommt: Für Mikroplastik gibt es keine offizielle Definition. Viele Hersteller beharren daher auf dem Standpunkt, dass flüssige Polymere gar kein „richtiges Mikroplastik“ seien. Die freiwillige Selbstverpflichtung zur Reduzierung von Mikroplastik in Kosmetik wird bereits umgesetzt und ist ein erster Schritt zur Reduzierung von Kunststoffen in Kosmetik. Allerdings sind Mikroplastik, das keine Peelingfunktion hat, Leave-on-Kosmetikprodukte sowie gelöste, gelartige oder wachsartige Polymere bisher von der Verpflichtung ausgenommen. Das gehört dringend geändert, denn egal, in welchem Aggregatzustand: Es ist technisch praktisch nicht möglich, die kleinen Teilchen wieder aus der Umwelt zu entfernen.

Gibt es Alternativen?

Gemahlene Marillenkerne, Weizenkleie – diese Peelingalternativen kennt man in der Kosmetik schon lange. Sie sind aber recht grob und dadurch nicht unbedingt zeitgemäß. Neue Hoffnung setzen ForscherInnen daher in natürliche Peelingkörper aus Zellulose aus Buchenholz. Flüssige Silikone in Haarkuren kann man durch natürliche Öle ersetzen. Diese sind jedoch teurer und zum Auswaschen braucht man mehr Wasser. Naturkosmetikerhersteller verwenden generell kein Mikroplastik, weder flüssiges noch festes.

Zum eigenen Gebrauch nach §42a UrhG.

Anfragen zu weiteren Nutzungsrechten an den Verlag oder Ihren Medienbeobachter.



Zum eigenen Gebrauch nach §42a UrhG.
Anfragen zu weiteren Nutzungsrechten an den Verlag oder Ihren Medienbeobachter.

WISSEN WIRKT

Diese Facts sollten VerbraucherInnen kennen:

In Österreich werden alle Kosmetika genau geprüft:

Da Cremes, Duschgels und Co direkt an unsere Haut kommen, sind hier die Sicherheitsanforderungen extrem hoch. Von jedem Hersteller werden Sicherheitsbewertungen verlangt. Außerdem gibt es wissenschaftlich fundierte Prüfungen und Genehmigungen durch Behörden wie das deutsche *Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR)* oder die EU-Verbraucherschutzbehörden.

Als KonsumentInnen haben Sie die Wahl:

Die eine mag Apothekenmarken, die andere liebt Luxus, die dritte bevorzugt Naturkosmetik oder sogar vegane Produkte – es ist reine Geschmackssache und alleine Ihre Entscheidung.

Risiken sind immer möglich:

Egal, ob Naturkosmetik oder konventionelle Kosmetik; Risiken, Allergien und Unverträglichkeiten kann man nie ganz ausschließen. Chemikalien aus Kosmetika können sich in unserem Körper anreichern. Das gilt für Naturstoffe wie ätherische Öle genauso wie für künstliche Parabene. Selbst unter ExpertInnen gibt es widersprüchliche Meinungen zum Impact dieser Stoffe. Oft fehlen noch differenziertere Studien.

CHEMIE = EINE SPRACHE

Erich Leitner ist Chemiker und Berater von Kosmetik transparent, einer Branchenplattform zur Konsumenteninformation. Wir haben ihn zur Inhaltsstoffdebatte befragt.

— Was stört Sie an der gängigen Inhaltsstoffdebatte?

Die Pauschalannahme, Natur sei automatisch gut und sicher und „Chemie“ böse und giftig. Chemie ist eine Sprache – ein Apfel lässt sich genauso chemisch beschreiben wie ein Apfelschampoo. Würde ich den Apfel aufgrund seiner Inhaltsstoffe bewerten, müsste ich ihn aufgrund der freisetzbaren Blausäure als Träger einer potenziell tödlichen Substanz einstufen. Ähnlich wird die Diskussion derzeit bei vielen Kosmetika geführt. Doch tatsächlich ist es die Dosis, die das Gift macht.

— Können Sie uns ein Beispiel geben?

Ganz konkret: Butylparaben ist das stärkste hormonell wirksame Mitglied der Parabenfamilie. Es ist allerdings 10.000 Mal schwächer als Östrogen. Beim Einbringen einer rein zur wissenschaftlichen Klärung eingesetzten hohen Dosierung von einem Gramm unter die Haut war die Wirkung 100.000 Mal

schwächer als 0,4 Milligramm Östradiol. Meiner Ansicht nach reicht dies nicht aus, um einen Wirkstoff als nachteilig hormonwirksam zu verteufeln.

— Dennoch gibt es in der Kosmetik zahlreiche Inhaltsstoffe, die kritisch diskutiert werden.

Die Diskussion ist in jedem Einzelfall nötig und wichtig – aber der aktuelle Forschungsstand müsste die Basis sein und eine sachlich geprüfte Bewertung das Ergebnis. Leider werden überholte Inhalte im Internet nicht gelöscht, sondern weitergeschleppt. Ohne spezifisches Vorwissen finden sich selbst bei noch so seriösen Recherchen natürlich an prominenter Stelle Warnungen vor längst verbotenen Inhaltsstoffen oder bereits widerlegte Annahmen. Diese Quellen werden aber manchmal gerne zitiert, um gezielt Panikmache zu betreiben, um eine gute Schlagzeile zu haben oder Klicks zu lukrieren. Fake News für die irreführende Anwenderin – zu deren Nachteil.



DOCH LIEBER BIO?

📌 öffnen, Foto mit 📷 scannen
und auf [Pinterest](#) mehr zum Thema
Biocosmetik finden.

FOTO Unsplash.com



Zum eigenen Gebrauch nach §42a UrhG.
Anfragen zu weiteren Nutzungsrechten an den Verlag oder Ihren Medienbeobachter.