

## Gibt es Gesetze, die schützen?

Kosmetische Produkte sind durch die EU-Kosmetikverordnung geregelt. Alle Inhaltsstoffe müssen einzeln auf der Produktverpackung angegeben werden, außer Duftstoffe. Diese werden unter dem Sammelbegriff „Parfum“ angegeben. Nur 24 allergene Duftstoffe werden einzeln angegeben, wenn ihre Konzentration in Cremes, Lotionen oder Shampoos einen bestimmten Grenzwert übersteigt. Sind Inhaltsstoffe in nano-Größe enthalten, werden diese mit dem Zusatz [nano] gekennzeichnet. Die Konservierungsstoffe Propylparaben und Butylparaben sind in Kinderkosmetika verboten, die im Windelbereich zum Einsatz kommen wie z.B. in Wundschutzcremes. In Kosmetika für Kinder älter als 3 Jahre sind diese Parabene erlaubt. Bei Cremes, die auf der Haut verbleiben, ist die Mischung aus allergieauslösendem Methylchloroisothiazolinon (MCI) und Methylisothiazolinon (MI) verboten. Die europäische Kommission plant, mehrere hormonell wirksame Stoffe in Kosmetika zu regulieren.

## Sie haben ein Recht auf Information!

Fragen Sie beim Kauf nach, ob das Pflegeprodukt auf seine hormonelle Wirkung hin überprüft ist. Händler\*innen / Hersteller\*innen müssen Ihnen innerhalb von 45 Tagen mitteilen, ob das Produkt bestimmte bedenkliche Chemikalien enthält. Diese Auskunftspflicht gilt nur für einige Stoffe. Mit kritischem Nachfragen nehmen Sie jedoch Einfluss auf die Produktpolitik.

## Wie kann dieser Ratgeber helfen?

Wir informieren über bedenkliche Chemikalien in Produkten und geben Tipps, diese zu vermeiden. WECF setzt sich für schadstofffreie Produkte ein – in der Politik und bei der Herstellung. Unterstützen Sie uns mit einer Spende. WECF e.V., IBAN DE68 7015 0000 0013 1390 50

## Sie möchten mehr wissen?

www.nestbau.info  
info@nestbau.org



## Kontaktieren Sie uns

Women Engage for a Common Future, WECF e.V., St.-Jakobs-Platz 10, D-80331 München  
www.wecf.org/de, wecf@wecf.org

**www.nestbau.info**

## Allgemeine Tipps

- **Weniger ist Mehr!** Benutzen Sie Baby- und Kinderpflegeprodukte nur, wenn unbedingt nötig.
- **Hände weg von Produkten mit Nanopartikeln.** Die Risiken für Gesundheit und Umwelt sind noch nicht geklärt. Achten Sie dabei auf den Hinweis „Nano“.
- **Vermeiden Sie Produkte mit Duftstoffe** und verzichten Sie auf ätherische Öle. Sie können Allergien auslösen und die Atemwege des Babys reizen.
- **Verwenden Sie keine Produkte für Erwachsene bei Kindern,** denn hier können z.B. Konservierungsstoffe wie bestimmte Parabene zum Einsatz kommen, die in Kinderkosmetika verboten sind.
- **Verzichten Sie auf „antibakterielle“ Produkte** wie z. B. Feuchttücher, Reinigungsmittel, Waschzusätze. Sie stören die natürliche Abwehrreaktion der Haut und können zu Resistenzbildung bei Bakterien führen.
- **Verwenden Sie keinen Babypuder.** Er kann beim Einatmen lebensbedrohlich sein.
- **Die Bezeichnung „hypoallergen“** gibt an, dass keine bekannten Allergene enthalten sind.
- **Folgende Siegel können bei der Auswahl helfen:**



Shampoos und Badezusätze
Lotionen, Cremes und Öle
Sonnenschutz
Zahnpasta
Feuchttücher

## Tipp

Vergleichen Sie die Angaben auf dem Produkt mit den gesundheitsgefährdenden Inhaltsstoffen in der Tabelle.

## Weiterführende Links

www.nestbau.info  
www.ökotest.de  
www.eco-label.com  
www.test.de

## Apps

ToxFox, CodeCheck

## Gefördert von



Inhaltliche Verantwortung bei WECF e.V.

## Gefährliche Chemikalien (INCI\*)

\*International Nomenclature of Cosmetic Ingredients

Gefährliche Chemikalien (INCI*)	Gesundheitliche Risiken
<b>Parabene</b> (z. B. Methylparaben, Butylparaben)	Östrogene Wirkung, stören das Hormonsystem, sensibilisierend
<b>Phenoxyethanol</b>	Reizend nach längerem Kontakt, neurotoxisch, kann Allergie auslösen
<b>Isothiazolinone (CMIT, MIT, BIT, OIT)</b> Konservierungsmittel	Sehr allergen, können Kontaktallergien auslösen, reizend
<b>Formaldehyd (Formaldehyde) und Formaldehydabspalter</b> (z. B. Benzylhemiformal, 2-Bromo-2-nitropropane-1,3-diol, 5-Bromo-5-nitro-1,3-dioxane, Diazolidinyl Urea, Imidazolidinyl Urea, Quaternium-15, DMDM Hydantoin)	Krebserregend, erbgutschädigend, stören die Fortpflanzungsfähigkeit, reizen Schleimhäute und die Haut, allergieauslösend
<b>Natriumlaurylsulfat (Sodium Lauryl Sulfate SLS)</b>	Reizt und entfettet die Haut
<b>Lichtschutzfilter:</b> Benzophenone-3(oxybenzone), 4-Methylbenzyliden camphor (4-MBC), 3-Benzyliden camphor (3 BC), Octylmethoxycinnamate (OMC), Octyl-Dimethyl-para-Amino-Benzoic-Acid PABA (OD-PABA)	Stören das Hormonsystem, reichern sich in lebenden Organismen (z. B. Muttermilch) und in der Umwelt an, können photoallergische Reaktionen auslösen
<b>Phthalate</b> (z. B. in Parfums und alkoholhaltigen Produkten) müssen nicht deklariert werden	Stören das Hormonsystem, Sensibilisierungspotenzial
<b>Duftstoffe Moschusverbindungen (Parfum, Duft)</b>	Allergierisiko, reizen die Haut, reichern sich in Umwelt und in der Muttermilch an, einige zeigen hormonelle Wirkung
<b>Mineralöle (Paraffinum liquidum, Wachs)</b>	Nicht metabolisierbar für den Organismus
<b>Triclosan</b>	Kann Allergien auslösen und Antibiotika-Resistenzen fördern

(\*INCI-Bezeichnung in Kosmetikprodukten)

## Kinder schützen – Schadstoffe vermeiden!

## WECF Ratgeber Aktualisierte Auflage



**wecf** Women Engage for a Common Future

## Parfümierte Babypflege

Von Babyschaumbädern bis zu Massageölen, die meisten kosmetischen Produkte für Kleinkinder sind leider beduftet. Duftstoffe, auch natürliche, können Hautunverträglichkeiten und Allergien auslösen. Einige reichern sich im Körper und in der Umwelt an. Manche synthetische Moschusverbindungen können hormonähnliche Wirkung haben. Allergieauslösende Duftstoffe erkennen Sie an folgenden Bezeichnungen: Anise Alcohol, Amyl Cinnamal, Amylcinnamyl Alcohol, Benzyl Alcohol, Benzyl Benzoate, Benzyl Cinnamate, Benzyl Salicylate, Cinnamal, Cinnamyl Alcohol, Citral, Citronellol, Coumarin, Eugenol, Evernia Furfuracea Extract, Evernia Prunastri Extract, Farnesol, Geraniol, Hexyl Cinnamal, Hydroxycitronellal, Linalool, Isoeugenol, alpha-Isomethyl Ionone, d-Limonene, Methyl-2-Octynoate.

### Tipps

- **Greifen Sie bei der Pflege der Kleinsten** grundsätzlich zu parfümfreien Produkten. Babys sind *Düften gegenüber sensibler als Erwachsene.*
- **Verzichten Sie auf ätherische Öle;** sie sind konzentriert und können allergisch oder toxisch für Kleinkinder sein.

### Tipps

- **Ein bis max. zwei Bäder pro Woche** für 5 Minuten reichen aus.
- **Seife und Shampoos** sind selten notwendig; meist reicht warmes Wasser bzw. ein feuchter Waschlappen zur Reinigung; wenn überhaupt, verwenden Sie Badezusätze sparsam.
- **Alternative:** einfach etwas Pflanzenöl oder Sahne ins Badewasser geben.



## Shampoos & Badezusätze

Hier gilt: weniger ist mehr. Mit Wasser können Schweiß und Staub sanft entfernt werden. In Shampoos und Badezusätzen können aggressive Tenside wie Natrium Lauryl Sulfate oder Cocoamidopropylamine Oxide sein, die empfindliche Baby- und Kinderhaut reizen. Der Konservierungsstoff Triclosan kann Allergien auslösen und Bakterienresistenzen fördern. Problematisch sind auch Duftstoffe. Vorsicht bei Läuseshampoos. Sie können Schadstoffe enthalten: endokrine Disruptoren (Cyclomethicon, Cyclopentasiloxan), Allergene: bevorzugen Sie die mechanische Methode (Ölumschlag und Läusekamm).

## Lotionen, Cremes & Öle

Babys leiden öfters unter trockener Haut. Eine gut verträgliche Pflege ist wichtig. Problematisch bei Hautpflegeprodukten sind synthetische Mineralöle, Duftstoffe und Konservierungsstoffe; Parabene können z. B. das hormonelle System stören. Mineralöle sind schwer abbaubar und hinterlassen auf der Haut einen Fettfilm.



### Tipps

- **Cremes, am besten auf pflanzlicher Basis,** mit möglichst wenigen Zusätzen, ohne Duftstoffe und Konservierungsmittel, verwenden.
- **Zum Vorbeugen von wundem Po:** häufiger Windel wechseln und das Baby öfters an der frischen Luft strampeln lassen. Bei wundem Po: spezielle fettreiche Cremes mit Panthenol oder Zinkoxid verwenden.
- **Wettercremes sollten fettreich sein,** denn wasserhaltige Produkte kühlen das Gesicht aus.
- **Bei trockener Haut bevorzugen Sie** pflanzliche Öle ohne Mineralölzusatz, z. B. Olivenöl oder Mandelöl.

### Tipps

- **Babys und Kinder sollten nicht der direkten Sonne** ausgesetzt werden und mit leichter Kleidung, Sonnenhut, -brille und Sonnensegel geschützt werden.
- **Gut verträglich sind Sonnencremes** und -gele, die frei von Farb-, Duft- und Konservierungsstoffen sind.

## Sonnenschutz

Baby- und Kinderhaut ist besonders empfänglich für Sonnenbrand, da sie nur wenig Eigenschutz hat. Herkömmliche Schutzmittel enthalten chemische oder mineralische UV-Filter, die jedoch nicht die gesamte Strahlung abhalten. Einige chemische Filter (Tabelle) können das Hormonsystem stören und sich im Körper anreichern. Mineralische Schutzfilter in Nanopartikelform vermeiden zwar weiße Spuren auf der Haut, können aber leichter die dünne Kinderhaut durchdringen und gesundheitsschädliche Auswirkungen haben. Inhaltsstoffe in Nanogröße müssen auf dem Etikett mit [nano] gekennzeichnet sein.



## Zahnpasta

Die ersten Zähnchen können mit einem angefeuchteten, weichen Tuch poliert werden. Später sind Zahnbürsten und Zahnpasta notwendig. Kinderzahnpasta enthält u. a. Tenside, Duftstoffe, Aroma, Süßungs- und Konservierungsmittel sowie Fluoride, welche der Kariesentstehung vorbeugen sollen. Bei Überdosierung von Fluorid kann der Zahnschmelz erkranken. Da kleine Kinder Zahnpasta oft noch verschlucken, sollte Kinderzahnpasta mit geringem Fluoridgehalt und frei von Nanopartikeln verwendet werden.



### Tipps

- **Achten Sie auf die Fluorgehalte in der Zahncreme.** Produkte für Kleinkinder sollten maximal 250 bis 500 mg Fluorid enthalten.

### Tipps

- **Waschlappen oder Tücher mit Pflanzenöl** sind schonender.
- **Wenn, dann unbedingt auf „parfümfreie“ Produkte** achten ohne Phenoxyethanol und Parabene.



## Feuchttücher

Zugegeben: Sie sind praktisch, jedoch weitgehend unnötig und Sie verursachen Abfall und belasten die Abwassersysteme. Aktuelle Tests zeigen, dass die meisten Tücher als sehr gut bis gut getestet sind (ÖKO-TEST). Viele enthalten jedoch Duftstoffe. Wir raten daher vom ständigen Gebrauch ab. Fazit: für Reisen geeignet, aber nicht für die tägliche Reinigung.

## Kinder schützen – Schadstoffe vermeiden!

### Was ist das Problem?

Viele Babypflegeprodukte enthalten immer noch Inhaltsstoffe, die eine irritierende oder allergieauslösende Wirkung haben, im Verdacht stehen, hormonell wirksam oder krebserregend zu sein. Und dies obwohl die Gesetze regelmäßig verbessert werden. Ein längerer Kontakt mit gesundheitsgefährdenden Substanzen beispielsweise beim Baden oder Eincremen begünstigt deren Eindringen in den Körper. Zwar werden die meisten Bestandteile der Kosmetika mit Fachbezeichnungen (INCI-Nomenklatur) auf der Verpackung genannt, doch oft sind milde, gut verträgliche Produkte nicht auf Anhieb erkennbar, weil die Deklaration unverständlich ist.

### Warum sind Kinder besonders gefährdet?

Kinder kommen mit ihrer Umwelt besonders intensiv in Kontakt: Durch die größere Haut-

oberfläche im Verhältnis zu ihrem Gewicht, ihr höheres Atemvolumen und ihre erhöhte Stoffwechselrate nehmen sie mehr Schadstoffe auf. Ihr Immun- und Nervensystem ist noch in der Entwicklung und Entgiftungsmechanismen sind nur eingeschränkt funktionsfähig. Hinzu kommt, dass die Babyhaut deutlich dünner ist als die Haut der Erwachsenen und ihre Barrierefunktion nicht voll entwickelt ist. Die Produktion der Talgdrüsenfette funktioniert nur eingeschränkt, die Haut ist deshalb eher fettarm und trocknet leichter aus. Kinder sind gleichzeitig einer Vielzahl von gefährlichen Chemikalien aus unterschiedlichen Quellen ausgesetzt (Cocktail-Effekt“), nicht nur aus Pflegeprodukten oder Spielzeug, sondern auch aus Alltagsprodukten wie Bekleidung, Lebensmitteln oder Möbeln. Auch kleinste Mengen an Schadstoffen können die Entwicklung eines Kindes nachhaltig beeinträchtigen – manchmal ein Leben lang. Dies zeigen etwa steigende Allergieraten.