

## Kosmetikartikel



Das Geschäft mit Kosmetikartikeln boomt. Durchschnittlich geben die Deutschen pro Kopf, jährlich bis zu 100 EURO für Körperpflegemittel und Kosmetika aus. Die Hersteller werben für ihre Produkte, sie dienen zur Erhaltung der Gesundheit und der Schönheit, und das zu jeden Preis.

***Für die Gesundheit und zur Körperpflege braucht man aber keine teuren Kosmetikartikel. Durch einfache, natürliche Reinigungsmittel, eine vollwertige, ausgewogene Ernährung, viel Trinken, viel Bewegung, natürliche Kleidung usw., kann man dieses Ziel auch erreichen.***

Aber wer verschließt sich schon den neuen, modernen Mitteln?  
Aber was verbirgt sich hinter den duftenden Tuben und Dosen?

Untersucht man deren Inhalt etwas genauer, dann stellt man fest, dass sie überwiegend synthetische Zusätze enthalten oder vollkommen synthetisch hergestellt sind. Besonders bedenklich sind die vorhandenen Konservierungsstoffe. Die Kosmetikverordnung verbietet zwar gesundheitsschädliche Stoffe, trotzdem sind diese giftigen Zusätze in geringen Mengen erlaubt. Dabei werden die genehmigten Dosierungen von Medizinern als viel zu hoch bezeichnet.

Aber nicht nur die Konservierungsstoffe gelten als bedenklich, viele Produkte haben den Zusatz „ohne Konservierungsstoffe“, sondern auch die meisten synthetischen Rohstoffe. Diese sind in ihren Auswirkungen noch nicht genügend untersucht und getestet.

Die Anzahl Menschen nimmt zu, welche gegen Kosmetikartikel allergisch reagieren. Da die Vorsilben „Bio“ oder „Natur“ nicht geschützt sind, kann jeder Herstellung seine Produkte so bezeichnen, obwohl die Produkte oft nur einen Bruchteil natürlicher Wirkstoffe enthalten. Auch hier ist also Vorsicht geboten.

Folgende Empfehlungen sollen Ihnen bei der Auswahl an Kosmetikartikeln helfen:

- Kosmetikartikel, auf Naturbasis, bekommt man am ehesten in Bioläden und Reformhäusern.
- Cremes und Seifen nur verwenden, die aus natürlichen Ölen und pflanzlichen Bestandteilen hergestellt wurden und keine synthetischen Duft- und Konservierungsstoffe enthalten.
- Werden Kosmetikartikel nicht vertragen, diese sofort absetzen.
- Verschiedene Kosmetikartikel auf Verträglichkeit testen.
- Bei einer ausreichenden, täglichen Körperpflege und Kleidung aus Naturfasern, sind oft Deo-Sprays und Roller überflüssig. Oft helfen hier Teeaufgüsse, womit die Achseln betupft werden. Bei schwerwiegenden Fällen, der Schweißabsonderung, den Arzt aufsuchen.
- Lippenstifte, Lidschatten und Wimpertuschen enthalten überwiegend synthetische Wachse und Farbpigmente. Eine gesündere Alternative sind natürliche Farbstoffe aus dem Bioladen oder dem Reformhaus oder aus Alternativläden.
- Die Haare sollten nur mit Shampoo, ohne bedenkliche Konservierungsstoffe, gewaschen werden.
- Eine Dauerwelle oder Färbung der Haare sollte nicht zu oft erfolgen. Locken bekommt man auch durch Lockenwickler, Papilotten oder durch Flechten eines Zopfes. Eine leichte Tönung der Haare erreicht man auch durch Spülen mit Kräutern und Pflanzenfarben.
- usw.