

# Aufs Etikett geschaut

Der Trend zu mehr Transparenz zeigt sich in der Kosmetik bei der Auswahl kosmetischer Inhaltsstoffe. Auch das was in Creme und Co **weggelassen** wird, wird heute auf der Verpackung deklariert.

**D**ie INCI-Deklaration liest sich für Laien wie ein Buch mit sieben Siegeln. Einerseits sind die nach ihrer Menge verwendeten, in absteigender Reihenfolge gelisteten Ingredienzen sehr klein abgedruckt, andererseits stehen sie dort oft mit ihrem chemischen oder lateinischen Namen. Welcher Branchenfremde kann schon den Unterschied zwischen Mineralölen wie Cera Microcristallina oder Paraffinum Liquidum und Pflanzenölen wie Butyrospermum

parkii (Sheabutter) oder Helianthus annuus (Sonnenblumenöl) auf Anhieb erkennen, verstehen und für seine Bedürfnisse bewerten?

**Trend: Auflisten was nicht im Produkt steckt** Im Zuge des nach wie vor boomenden Naturkosmetiktrends und um den Wunsch nach möglichst übersichtlichen Mengen an Inhaltsstoffen im Produkt zu erfüllen, reagieren die Kosmetikunternehmen. Insbesondere Hersteller von Dermokosmetik machen auf der Verpackung

darauf aufmerksam, dass als schädlich geltende Stoffe nicht im Produkt enthalten sind. Typische Stoffe sind hier Mineralöle, Silikone, Parabene oder generell Konservierungsmittel, synthetische Parfum- und Duftstoffe, Nanopartikel, tierische Bestandteile oder Phtalate (Weichmacher).

**Siegel machen Entscheidungen leichter** Bei zertifizierter Naturkosmetik, zum Beispiel mit dem „BDIH“-„Ecocert“- oder „Cosmos Bio Label“, sind solche Ingredien-

zen ohnehin nicht zugelassen. Hier geht der Kunde auf Nummer sicher. Neigt ein Kunde zu allergischer Haut und hat beispielsweise einen Allergiepass, helfen Sie bei der Auswahl. Hier sollte auch bei Naturkosmetik genau auf das Inhaltsstoffverzeichnis geschaut werden. Gleichen Sie die Bestandteile der jeweiligen INCI-Deklaration mit dem Allergiepass des Kunden ab. So helfen Sie unerwünschte Hautreaktionen im Vorfeld zu umgehen und beraten den Kunden sehr individuell.

**Unbeliebter Zusatz: Parabene** Parabene sind in letzter Zeit verstärkt in Verruf geraten, besonders beim Thema Brustkrebs. Die Konservierungsstoffe Methyl-, Ethyl-, Propyl-, Isopropyl-, Isobutyl-, Pentyl-, Benzyl- und Butylparaben werden in einer riesigen Fülle von Gesicht-, Haar- und Körperpflegeprodukten eingesetzt. Ihr Vorteil ist, dass sie sowohl gegen viele Keime antibakteriell als auch fungizid wirken. Sie haben seit ihrem großflächigen Einsatz häufig zu Allergien geführt. Einer neuen Studie zufolge könnten Parabene schon in geringeren Mengen als bisher vermutet der Gesundheit noch auf ganz andere Art und Weise schaden. Laut Studienergebnissen gibt es Zusammenhänge zwischen der Entwicklung von Brustkrebs und dem Kontakt mit Parabenen. Denn sie wer-



© Robert Przybylsz / stock.adobe.com

den als estrogenähnlich eingestuft, da sie den gleichen Estrogenrezeptor aktivieren wie das natürliche Hormon Estradiol. Viele Verbraucher sind der Annahme, dass hochpreisige Produkte frei davon sind. Um auf Nummer sicher zu gehen, sollte hier unbedingt auf die Übersicht der Inhaltsstoffe geachtet werden. Im Hinblick auf einen bestmöglichen Schutz kann es nicht schaden auf Kosmetikprodukte mit Parabenen zu verzichten. Sicher können Sie und Ihre Kunden bei zertifizierter Naturkosmetik und Dermokosmetika sein, die den Verzicht explizit auf ihren Produkten ausloben.

### Kritische Stoffe in Kosmetik

Es lohnt sich für Sie öfter mal auf die Zutaten von Kosmetikprodukten zu schauen. Viele Begrifflichkeiten tauchen, je nach Produktkategorie, immer wieder auf. Im Kundengespräch können Sie dann kompetent erklären, was es damit auf sich hat. So heißen Lichtschutzfilter in Sonnencremes und Tagespflege beispielsweise Benzophenone-3, 4-Methylbenzylidene Camphor, 3-Benzylidene Camphor oder Ethylhexyl Methoxycinnamate. Kunden, die zu Allergien neigen, könnten hier möglicherweise reagieren. Diskutiert wird zudem, ob solche Lichtschutzfilter hormonell wirksam sein können, sich in der Muttermilch und der Umwelt anreichern. Die Begrifflichkeit PEG haben viele Verbraucher zumindest schon einmal gehört. Nur was damit gemeint ist, wissen sie in der Regel nicht. Die Abkürzung steht für Polyethylenglykole. Man erkennt sie an der Endung „-eth“ oder eben an der Bezeichnung PEG. Diese synthetischen Stoffe fungieren als Emulgatoren, beispielsweise in Cremes und Lotionen und andererseits als Tenside in Shampoo oder Duschgel. Diskutiert wird auch

hier eine mögliche Krebsgefahr, dies ist aktuell noch nicht erwiesen. Fakt ist allerdings, dass PEG die Haut entfetten und durchlässiger machen, wodurch die natürliche Schutzbarriere abgeschwächt wird. So können Schadstoffe leichter in die Haut eindringen und zu allergischen oder anderen Reaktionen führen. Empfehlen Sie Kunden mit empfindlicher Haut, Diabetes, Neurodermitis, Psoriasis oder einer Krebserkrankung vorsorglich auf Kosmetik mit PEG zu verzichten.

**Frei von ...** Ist das neue „Bio“. Viele Hersteller von Dermokosmetik verzichten auf die genannten Zusätze. Sicher gibt es für Kosmetik festgeschriebene Höchstmengen, deren Grenzen nicht überschritten werden dürfen. Addiert man allerdings alle Produkte, die täglich oder wöchentlich zum Einsatz kommen, summiert sich das trotzdem. Ob Rasierschaum, Zahnpasta, Shampoo, Haar- und Duschgel, Body Lotion oder dekorative Kosmetik: Irgendein unerwünschter Stoff findet sich in der INCI-Deklaration meistens doch. Dass es auch ohne geht, zeigt die Trendwende beispielsweise bei Deo. So hat heute jeder Hersteller Produkte ohne Aluminium im Programm und lobt dies entsprechend auf den Produkten aus. Sicher muss niemand in Panik verfallen, wenn ein kontrovers diskutierter Stoff im Produkt enthalten ist. Doch es geht auch anders. Gerade in der Apothekenkosmetik gibt es eine sehr große Bandbreite an qualitativ hochwertigen Produkten für jeden Geldbeutel, die tatsächlich frei von unerwünschten Zusätzen sind - für ein gutes Gefühl und gesunde Haut. ■

Kirsten Metternich,  
Freie Journalistin



Dr. med. Alexander Blau  
Schlafmediziner, Berlin

„Mit einer Diagnostik und Behandlung bei akuter Insomnie sollte nicht gezögert werden, da ansonsten eine Chronifizierung der Beschwerden droht. Doxylamin bietet sich im Therapiekonzept als bewährte Medikation an, da es schnell wirkt und gut verträglich ist!“



## Gut bewertet – gut verträglich!

Ärztegestützte Anwendungsbeobachtung – Hoggar® Night liefert laut der befragten Teilnehmer herausragende Therapieergebnisse bei bereits therapierten Schlafpatienten\*

**Immer mehr Menschen leiden unter akuten Schlafstörungen: Etwa 20 Millionen Deutsche\*\* geben an, nicht mehr richtig schlafen zu können.**

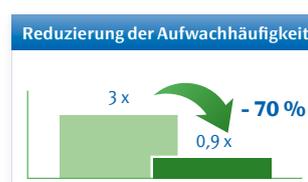
**Akute Schlafstörungen sollten immer so schnell wie möglich behandelt werden. Dafür bietet sich der in Hoggar® Night enthaltene Wirkstoff Doxylamin an. In einer neuen Anwendungsbeobachtung konnte eine Einschlafzeit von durchschnittlich 16 Minuten gezeigt werden.**

### Die Hoggar® Night Anwendungsbeobachtung

- Beobachtung zu Therapieerfolg, Zufriedenheit und Verträglichkeit unter Routinebedingungen in der ärztlichen Praxis
- 55 teilnehmende Ärzte, 293 Patienten
- Bewertungskriterien: individuelle Patienten-Einschätzungen, Arztgespräche vor und nach der Hoggar® Night Anwendung, Schlaftagebücher der Patienten

Weitere Informationen finden Sie unter [hoggar.de](http://hoggar.de)

### DIE ERGEBNISSE AUF EINEN BLICK



- Fast 70 % der Ärzte und Patienten beurteilten die Schlafqualität als besser oder sogar viel besser
- 85,8% der befragten Anwender bewerteten die Verträglichkeit von Hoggar® Night mit gut bis sehr gut
- 77% der befragten Anwender würden Hoggar® Night wieder nehmen

**Für 64% der Patienten verbesserte sich aus allen diesen Gründen durch Hoggar® Night die Lebensqualität!**



Vorher	Nachher
Dokumentation bereits therapierter Patienten mit Schlafstörungen	Ärztegestützte Anwenderangaben unter Hoggar® Night

\* Anwendungsbeobachtung der STADA GmbH im Zeitraum September 2015 bis November 2016. \*\* Robert Koch-Institut, Gesundheitsberichterstattung des Bundes, Schlafstörungen, Heft 27, Oktober 2005.

**Hoggar® Night 25 mg Doxylaminsuccinat Tabletten.** Zus.: 1 Tbl. enth.: 25 mg Doxylaminsuccinat. **Sonst. Bestandt.:** Gelatine, Kartoffelstärke, Lactose-1H<sub>2</sub>O, Mg-stearat, Maisstärke, hochdisp. SiO<sub>2</sub>, Talkum. **Anw.:** Zur Kurzzeitbehandl. von Schlafstörung. **Gegenanz.:** Überempf. gg. d. Wirkstoff, and. Antihistaminika od. e. d. sonst. Bestandt., akuter Asthmaanfall, Engwinkel-Glaukom, Phäochromozytom, Prostata-Hypertrophie m. Restharnbild., akute Vergift. durch Alkohol, Schlaf- od. Schmerzmittel sowie Psychopharmaka (Neuroleptika, Tranquillizer, Antidepressiva, Lithium), Epilepsie, Komb. m. MAO-Hemmern. **Anw.-beschränk.:** Eingeschr. Leberfkt., kardialer Vorschädig. u. Hypertonie, chron. Atembeschw. u. Asthma, gastro-ösophag. Reflux, Pat. m. neurol. erkennb. Hirnschäden i. d. Großhirnrinde u. Krampfanfällen i. d. Anamnese, ält. Pat., Kdr. u. Jugendl., hered. Galaktose-Intol., Laktase-Mangel, Glukose-Galaktose-Malabsorpt. **Schwangersch.:** Strenge Nutzen-Risiko-Abwäg.! **Stilz.:** Stillen unterbrechen. **Hinw.:** Ber. über EKG-Veränd., insb. Repolarisationsstör. b. Antihistam.-Ther. **NW:** Blutbildveränd.: Leuko-, Thrombopenie, hämolyt. od. aplastische Anämie, Agranulozyt.; Pat. m. Phäochromozytom: Katecholamin-Freisetz. mögl.; Depress., zerebr. Krampfanfälle, Schläfrigkeit, Schwindelgefühl, Benommenh., Konzentrationsstör., Kopfschm.; veget. Begleitwirk. w. Akkommodationsstör., Mundtrockenh., Gef. d. verstopf. Nase, Erhöhd. d. Augeninnendrucks, Obstip. u. Miktionsstör.; Übelk., Erbr., Diarrhö, Appetitverlust od. -zunahme, epigastr. Schm., Tinnitus, Tachykardie, Herzrhythmusstör., Dekomp. e. besteh. Herzinsuff. u. EKG-Veränd., Hypotonie, Hypertonie, Beinbr. d. Atemfkt. durch Sekretverdick., Bronchialobstr. u. Bronchospasm., Lebensbedr. paralyt. ileus, Leberfunktionsstör. (cholestat. Ikterus), allerg. Hauttrk. u. Photosensib., Muskelschw., Müdigk., Mattigk., verläng. Reaktionszeit, Stör. d. Körpertemperaturreg.; „paradoxe“ Rkt. w. Unruhe, Erreg., Spann., Schlaflosigkeit, Alpträume, Verwirrth., Halluzin., Zittern; Nach längerfrist. tägl. Anw. u. plötzl. Absetzen: verstärktes Auftr. v. Schlafstör.; NW b. ält. Pat. größer, Sturzgefahr kann sich erhöhen. Beeinträchtigt. des Reaktionsvermögens mögl.! Angaben gekürzt – Weitere Einzelheiten entnehmen Sie bitte d. Fach- bzw. Gebrauchsinformation. Stand: September 2013. STADA GmbH, Stadastraße 2-18, 61118 Bad Vilbel