

INHALT

Vorwort von Dr. Ruediger Dahlke	15
2019: Fünf Jahre später	21
Was die Hersteller gelernt haben	24
Stichproben: Kaum Verbesserungen, dafür neue Tricks	27
Selbstverpflichtungen der Hersteller: Unzuverlässig.....	29
Was erlaubt ist – und was nicht.....	30
Meldepflicht für ernste Nebenwirkungen	33
Viele Verbraucher haben verstanden	34
Leser fragen – die Autorin antwortet.....	35
Was ist neu in diesem Buch?.....	41
Was kostet eine Creme?	42
Worin besteht der Giftcocktail?	45
Trend: Feminisierung von Männern	48
Deine Zeitbombe tickt	49
Glyphosat: Schütze sich, wer kann	51
MIH: Neue Volkskrankheit „Kreidezähne“	51
Wie kann man sich vor Glyphosat schützen?	54
Bestätigt: Glyphosat in Tampons und Windeln	55
Phthalate	57
Fortpflanzungsstörungen.....	58
Asthma	60
Diabetesrisiko.....	60
Konservierungsmittel	62
Booster	63
Phenoxyethanol	64
Formaldehyd/-abspalter	64
Halogenorganische Verbindungen	67
Climbazol	68

Methylisothiazolinone.....	68
Triclosan.....	69
Iodopropynyl Butylcarbamate (IPBC).....	71
EDTA.....	71
Antioxidantien	73
Gallate.....	74
BHT und BHA.....	74
Parabene.....	74
Aluminium.....	80
Brustkrebs.....	81
Demenzerkrankungen.....	85
Autismus.....	87
Welche Aluminiumverbindungen sind gefährlich?	88
Sind Deo-Kristalle oder Deo-Steine harmlos?	90
Kann man Aluminium ausleiten?.....	91
Fluorid.....	96
Der Unterschied zwischen Fluor und Fluorid.....	96
Aus Giftmüll wird Kariesschutz	97
Panische Angst bei Industrieunternehmen.....	99
Propaganda vom Feinsten.....	104
Geheimdokumente zeigen: Grundlegende Studien wurden zensiert	109
Die Fluoridwelle schwappt nach Europa über.....	113
Fluorid ist kein essentieller Nährstoff	123
Wie wirksam ist Fluorid gegen Karies?.....	125
Fluorid macht krank.....	133
Die Dosis macht das Gift	136
Neurologische Schäden.....	138
Vorzeitige Alterung	143
Krebs.....	146
Schilddrüsenerkrankungen.....	150
Nieren- und Leberschäden	152
Fortpflanzungsstörungen.....	154
Zahnschäden.....	156
Gelenkerkrankungen.....	160
Kann man Fluorid ausleiten?.....	164

Aminoalkohole	166
Ethoxylate	175
Trockene Haut.....	176
Krebserregendes 1,4-Dioxan	176
Durchlässigere Haut	177
Mallorca-Akne	178
Einschleusung von Schwermetallen	178
Und Ethylenoxid?	179
Natrium Laureth Sulfate	179
Mikroplastik	181
Glycerin	187
Mineralöle	191
MOAH und MOSH	194
Olefine.....	195
Silikone	196
Quaternium und Polyquaternium	198
Tenside	199
Aggressive Tenside	199
Mäßig irritierende Tenside.....	200
Milde Tenside	200
Natrium Lauryl Sulfate	201
Lokal betäubende Substanzen	204
Laurylpolyglycoether.....	204
Laureth-9.....	206
Andere ethoxylierte Verbindungen.....	208
Phenoxyethanol	211
Noch mehr be(un)ruhigende Stoffe.....	212
Sonnenschutzfilter	216
Wie ist das mit UVA- und UVB-Strahlen?	217
Je höher der Lichtschutzfaktor, desto besser?	218
Schutz vor schwarzem Hautkrebs mehr als fraglich.....	218

Hormonelle und andere bedenkliche Wirkungen	219
Duftstoffe	223
Lilial	223
Linalool	224
Synthetische Moschusverbindungen	224
Farben und Färben	227
Azofarbstoffe	227
Halogenorganische Farben.....	228
Tätowierfarben.....	230
Haarfärbemittel	230
Ammoniak	231
Phenylendiamin.....	232
Resorcinol	233
Toluene	233
Phenacetin.....	233
Phenolphthalein	233
Bleichcremes	234
Arbutin	234
Anti-Aging-Wirkstoffe	236
Antioxidantien	236
AHA	237
Collagen und Elastin.....	238
Anti-Schuppen-Wirkstoffe	239
Climbazol	239
Ketoconazol	239
Zinc Pyrithione	240
Selendisulfid	241
Piroctone Olamine	241
Nanopartikel	242
Nanokapseln.....	242
Nanopigmente	243
Fullerene.....	245

Wie ist das mit dem Säureschutzmantel der Haut?	247
Kosmetikprodukte unter der Lupe	251
Naturkosmetik- und Bio-Siegel	252
111 Kosmetikerhersteller im Test	261
Adessa	261
akari	261
Alterra	261
Alverde	262
alviana	262
ambient.....	262
Annemarie Börlind.....	263
Apeiron	263
Aroma Derm.....	263
aroma garden	264
Arya Laya	264
Bärbel Drexel.....	264
Dr. Barbara Sturm	265
Dr. Baumann / SkinIdent.....	265
benecos.....	265
Ben & Anna.....	266
Bioderma.....	266
Bio DiVeda	266
Biokosma.....	267
Biomaris	267
bioNaty.....	267
Biosolis	268
Biotherm.....	268
Bioturm	268
blubonbon	268
Blüte Zeit.....	269
Dr. Botanicals	269
Dr. Bronner's.....	269
CA&LE Cosmetics	270
Calu	270
Cattier	271
Caudalie.....	271
Charlotte Meentzen.....	271
Clinique.....	272

Dado Sens.....	272
Déesse.....	272
Dr. Dennis Gross	273
dieNikolai	273
doTERRA.....	273
Dr. Duve	274
Dr. Eberhardt.....	274
Dr. Eckstein	274
eco.....	275
ERUi.....	275
Fair Squared	275
Farfalla	276
Feeling	276
FINigrana.....	276
Forever Living	277
Dr. Fuchs.....	277
Gertraud Gruber	278
Dr. Hauschka	278
Hesse Organic Skincare.....	279
Heymountain.....	279
Hildegard Braukmann	279
i+m.....	280
io. independent organics.....	280
Jean&Len.....	281
Dr. JK Cosmeceuticals Privée	281
Dr. Juchheim.....	281
Just.....	282
Khadi	282
Kiehl's.....	282
Lacura Naturals	283
La Mer.....	283
lavera	283
Lavylites.....	284
Lily Lolo.....	284
Living Nature	284
L'Occitane	285
Logona	285
LR Aloe Vera	285
Lush.....	286
Manna.....	286

Manuka Health.....	286
Mariás Biokosmetik.....	286
Martina Gebhardt.....	287
MeraSan.....	287
Natura Siberica.....	287
NeoBio.....	288
Neovita.....	288
NuSkin.....	288
Oceanwell.....	289
Organicum.....	289
Pharmos Natur.....	289
Primavera.....	290
Provida Organics.....	290
Prowin.....	290
Relight Delight.....	291
Ringana.....	291
Rituals.....	291
Sanctum.....	292
Sanoll.....	292
Santaverde.....	292
Sante.....	293
SBT.....	293
Dr. Scheller.....	293
Sonett.....	294
Speick.....	294
Dr. Spiller.....	295
Team Dr. Joseph.....	295
The Body Shop.....	296
Dr. Timm Golueke / Royal Fern.....	296
Tiroler Kräuterhof.....	296
Tiroler Steinöl.....	297
Urtekram.....	297
VitaBase.....	297
Wadi.....	297
Weleda.....	298
Young Living.....	298
Yves Rocher.....	299
Ergebnis und Testsieger.....	299
Natura Siberica: Greenwashing vom Feinsten – und keiner merkt's?.....	301

Natura Siberica pfeift auf Kosmetikrecht.....	316
Baby- und Kinderprodukte im Test	320
Wie Sie hinters Licht geführt werden sollen	323
Giftige Produkte	323
Lippenbekenntnisse zur Produktsicherheit.....	323
Billigste Inhaltsstoffe	324
Aktuelle Fälle von Greenwashing	325
Wie viel Pflege ist in Körperpflege wirklich drin?	326
Verbraucherschutzgesetz = Herstellerschutzgesetz?.....	329
Verfälschte Zulassungsdokumente	329
Nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand	331
Grüne Kosmetik zum Selbermachen	332
Gewürz-Zahnpulver.....	333
Sonnenpflege mit Walnussöl.....	333
Limoncello Pulver-Deo.....	334
Choco-Lippenbalm.....	335
Apfelstrudelsalbe.....	335
Sanddorn-Bio-Shampoo.....	336
Vanille-Feuchtigkeitsspender ohne Emulgator.....	336
Noch mehr Rezeptideen	337
Normale Gesichtscreme.....	337
Creme für trockene Haut.....	337
Rückfettendes Peeling.....	337
Lippenstift.....	338
Deo-Roller	338
Zahnpflege	338
Zahnpulver und Zahnpasta	340
Zu jedem Spielchen gehören zwei	341
Liste der Inhaltsstoffe	345
Stichwortverzeichnis.....	403
Literaturverzeichnis	411