

## Kosmetik ohne Mikroplastik

Vielen Kosmetikartikeln werden gezielt kleinste Plastikpartikel zugesetzt. Im Gegensatz zu Plastikmüll, der als Abfall in der Umwelt landen oder Fasern die beim Waschen von Textilien entstehen, können wir dieses Mikroplastik leichter vermeiden.

### Gefährliche Nebenwirkungen

Die gefährliche Wirkung des Mikroplastiks ist nicht nur die Ansammlung in der Natur, mit den direkten negativen Folgen für Tiere und Ökosystem. Die kleinen Plastikteilchen ziehen Schadstoffe an und binden sie an sich. Fressen Tiere diese Teilchen oder werden sie von pflanzlichen Organismen eingebaut, gelangen die schädlichen Substanzen in die Nahrungskette und reichern sich an.

### Warum Plastik in der Kosmetik

Zu finden ist Mikroplastik in fast allen Produktgruppen, von der Augen-Creme zur Zahnpasta und vom Haarshampoo bis zu Sonnenschutzmitteln. Die kleinen Kunststoffteile sollen auf Haut, Haar oder Nägel entweder einen Peeling-Effekt erreichen, die Viskosität erhöhen oder die Bildung eines Films erleichtern. Manche Teilchen verringern die statische Elektrizität oder unterstützen die Emulsionseigenschaften. Von allen Kunststoffarten ist Polyethylen die am häufigsten beigefügte Plastikart. Laut einer Studie des Deutschen Umweltbundesamtes aus dem Jahr 2015 werden alleine in Deutschland 500 Tonnen Polyethylen pro Jahr in Kosmetika eingesetzt, EU-weit sind es über 3.000 Tonnen. In einer gemeinsamen Studie untersuchten Codecheck (unabhängige Bewertungsplattform) und der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland 102.790 Kosmetikprodukte. In 17% der Lippen- und 12 % der Augenkosmetika fand sich Polyethylen (PE). Weiters waren in 15% aller Make-up Produkte Nylon-12 und in 25% der Duschgels Polyquaternium 7 enthalten. Der Filmbildner Acrylates Copolymer (AC) ist 7% der Duschgels, 12% der Gesichtscremes und sogar 31% der untersuchten Sonnenschutzprodukte beigefügt. All dieses Plastik landet direkt oder über das Abwasser wieder in der Umwelt.

### Erkennen und vermeiden

Es ist oft nicht so einfach zu erkennen, ob ein Produkt Mikroplastik enthält. Steht auf der Inhaltsstoffliste PE, PP, PA oder PET ist auf jeden Fall Mikroplastik drin. Auch Nylon-12, Ethylen-Vinylacetat-Copolymere (EVA), Acrylate Crosspolymer oder Acrylates Copolymer (AC) deutet auf Mikroplastik hin. Produktlisten von Greenpeace oder dem Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland sowie Apps (Codecheck oder Beat the Microbead) helfen uns Mikroplastik zu erkennen und Ersatzprodukte zu finden.

### Naturkosmetika immer ohne Mikroplastik

Zertifizierte Naturkosmetik lässt Mikroplastikzusätze nicht zu. Pflanzliche oder mineralische Stoffe wie Tonerde, Kreide, Kieselerde oder Salz in Zahnpasta, geriebene Nusschalen, Oliven-Traubenkerne- oder Marillenkerne bzw. Weizenkleie ergeben denselben Effekt. Echte Naturkosmetik erkennen Sie an Gütesiegeln (z.B. BDIH, NaTrue – organic cosmetics, Ecocert Biokosmetik).

Am Fraunhofer Umwelt-Institut wird an Alternativen aus Biowachs geforscht, die relativ schnell biologisch abbaubar sind.

### Alles im Überblick mit Selbstgemachtem

Volle Transparenz bei den Inhaltsstoffen haben Sie, wenn Sie Ihre Kosmetikprodukte selber herstellen. Frisch gemachte Kosmetika kommen ohne Emulgatoren, synthetische Duft-, Farb- und Konservierungsstoffe aus. Sie sind frei von Tierversuchen, Mikroplastik, Palmöl oder anderen bedenklichen Inhaltsstoffen. Mit wenig Aufwand können Sie Ihre Hautpflege herstellen. Dabei entscheiden Sie selbst, mit welchen Inhaltsstoffen Sie Ihre Haut pflegen wollen.

### Links:

wir-leben-nachhaltig.at: [Natürliche Hautpflege selber machen](#)

WIR LEBEN  
*nachhaltig*



wir-leben-nachhaltig.at: [Mikroplastik aus Textilien?](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Kunststoffkennzeichnung](#)

wir-leben-nachhaltig.at: [Kosmetik](#)

Codecheck-App: [Inhaltsstoffe erkennen](#)

Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland e.V. (BUND): [Ratgeber Mikroplastik](#)

Codecheck: [Mikroplastikstudie](#)

Internationale Kampagne [Beat the Microbead und App](#)

Fraunhofer-Institut für Umwelt-, Sicherheits- und Energietechnik (Umsicht): [Alternative zu Mikroplastik aus Biowachs](#)

Universität Plymouth: [Bericht und Studie zu Mikroplastik in Kosmetika](#)

Deutsches Umweltbundesamt: [Studie Quellen für Mikroplastik 2015](#)

[Zurück zur Übersicht](#)