

Gut für Haut und Umwelt

KOSMETIK Warum Sie beim Sonnenbaden auch an Korallen und Fische denken sollten. Leo Frühschütz



Natürlicher Sonnenschutz punktet mit schonenden Wirkstoffen.

Beim Eincremen schon mal an die Korallen im Meer gedacht? Beim Sonnenbaden geht es nicht nur um UV-Schutz für Ihre Haut, sondern auch um Gefahren für Meeresbewohner, hormonelle Wirkungen und Nano-Filter. Dabei muss man zwei Arten von Sonnencreme unterscheiden: zum einen chemisch-synthetische UV-Filter. Sie dringen in die Haut ein und wandeln dort UV-Strahlen in Infrarotstrahlung – also Wärme – um. Solche Filter sind in Naturkosmetik grundsätzlich verboten. Zum anderen gibt es mineralische UV-Filter. Sie bestehen aus Titandioxid oder Zinkoxid, bleiben auf der Haut und reflektieren die Sonnenstrahlen sofort nach dem Auftragen.

NANO-PARTIKEL SCHADEN FISCHEN

Die chemischen UV-Filter gelangen nicht nur in die Haut, sondern in den ganzen Körper. Sie lassen sich im Blut ebenso nachweisen wie in Muttermilch. Über mögliche Gefahren ist wenig bekannt. Problematisch sind Filter, die im Verdacht stehen, hormonell zu wirken. Wissenschaftler der Universität Kopenhagen haben festgestellt, dass 13 von 29 getesteten UV-Filtern die Funktion der Spermien stören und damit die Fruchtbarkeit bei Männern beeinträchtigen – darunter weit verbreitete Wirkstoffe wie Octylsalicylat und Avobenzon. Zudem tragen einige chemische UV-Filter dazu bei, Korallenriffe zu zerstören. Hier stehen vor allem Octinoxat, Oxybenzon, Octocrylen sowie Parabene in der Kritik. Letztere werden zur Konservierung der Cremes benutzt. Die Pazifikinsel Pulau und Hawaii haben inzwischen einzelne Filter verboten, weitere Badeparadiese könnten folgen, denn laut amerikanischer Ozeanografie-Behörde NOAA werden die Korallenriffe weltweit jedes Jahr mit bis zu 6000 Tonnen Sonnenschutzmitteln eingeschmiert.

Mineralische Filter sind für Meereslebewesen und Korallen verträglicher – wenn die Größe stimmt. Studien haben nachgewiesen, dass nanokleine Filter-Partikel Fischen und Wasserorganismen sehr wohl Schaden zufügen. Trotzdem sind sie nach den großen Naturkosmetik-Standards zugelassen. Ein Grund dafür ist, dass sich mit den Nano-Partikeln der sogenannte Weißeffekt einfacher ausschalten lässt, denn die kleineren Teilchen bleiben nicht als dünner, weißer Film auf der Haut zurück. Für den Menschen sind diese Winzteilchen unbedenklich, weil sie über gesunde Haut nicht in den menschlichen Körper gelangen können – zumindest wenn sie in Cremes enthalten sind. Anders sieht es bei Sprays aus. Hier hat die EU die Anwendung von Nano-Filtern verboten. Denn sie könnten, wenn sie eingeatmet werden, die Lunge schädigen und krebserregend wirken. Bei Zinkoxid gilt das auch für größere Teilchen. Naturkosmetikprodukte mit entsprechenden UV-Filtern tragen den Hinweis (nano) in der Zutatenliste. Der ist vorgeschrieben, wenn die Hälfte der Partikel kleiner als 100 Nanometer ist, also der Größe eines Virus entsprechen. Die große Mehrheit der Naturkosmetikerhersteller verwendet aber deutlich größere Filter-Partikel. Auch damit lassen sich mit entsprechendem Know-how hohe Lichtschutzfaktoren erreichen, ohne dass der Kunde nach dem Cremes weiß wie eine Wand wird. <

NATÜRLICHER UV-SCHUTZ

*Mehr über den richtigen Gebrauch von Sonnenschutz-Mitteln können Sie in der aktuellen Ausgabe des Naturkosmetik-Magazins **cosmia** nachlesen.*



SONNEN UND BADEN

Was heißt wasserfest?

Als wasserfest gelten Sonnencremes, die nach zweimal 20 Minuten Aufenthalt im Wasser noch mindestens 50 Prozent ihres Lichtschutzfaktors haben. Die andere Hälfte darf also im Wasser schwimmen. Zudem bleiben beim Abtrocknen mineralische Filter im Handtuch hängen. Nachcremen ist also Pflicht. Auch bei wasserfesten Produkten.

Foto: mauritius images/Alamy/Sally Stevens/EyeEm

Für alle die gern im DEN eigenen Garten grillen

Für ANDERS-Griller

WWW.SONNENTOR.COM/GRILLEN