



Nr. 3/2024
Juni/Juli

Drogistenstern

Gesundheit und Lebensfreude

Verdauung
Reisen
ohne Bauchweh
Venenleiden
Neue Stützstrümpfe

SCHWIMMEN

Ungetrübter Badespass





Vegane Kosmetik: Bewusst ohne Tierisches

Mit dem Trend zur veganen Ernährung entstand auch ein vielfältiges Angebot an Kosmetik ohne tierischen Bestandteil. Trotzdem ist die Suche nach passenden Produkten oft nicht ganz einfach. Wir klären auf!

Von Barbara Halter

Bienenwachs sorgt für eine angenehme Konsistenz in Lippenpomaden. Das Keratin in vielen Shampoos stammt aus Hörnern, Klauen und Hühnerfedern. Und in Nagellack ist Schellack enthalten, eine harzige Substanz, die aus der Ausscheidung von Schildläusen gewonnen wird. In vielen Kosmetikprodukten steckt Tierisches. Meist ohne dass dies bewusst wahrgenommen wird. Mit dem Trend zur veganen Ernährung hat sich das Bewusstsein jedoch verändert: Wer weder Fleisch und Fisch isst noch Milchprodukte konsumiert, möchte natürlich auch das Badezimmer mit dem Passenden bestücken. Doch dies ist manchmal gar nicht so einfach.

Inhaltsstoffe genau prüfen

Vegane Kosmetik enthält keine Bestandteile, die aus und von Tieren produziert werden.

Zudem wird sie nicht an Tieren getestet. Soweit die Definition. Der Begriff vegan ist jedoch nicht geschützt. «Wenn eine Kosmetikfirma diesen verwendet, bedeutet es nicht automatisch, dass ihr Sortiment dies auch zu hundert Prozent ist», sagt Monika Burkhard, die in der Stadt Zürich das vegane Naturkosmetikstudio Veel Good führt. «Man muss bei der Zusammensetzung jedes einzelnen Produkts genau hinschauen.» Veganerinnen und Veganer können sich an Siegeln wie der Veganblume (siehe Box auf S.28) orientieren. Zusätzlich lassen sich die meisten Produkte mit der App «Code Check» überprüfen, oder man fragt eine Fachperson. Denn oft ist die Liste der Inhaltsstoffe, die auf jeder Kosmetikverpackung angegeben sein muss, für Laien schwer verständlich.

Tierversuche sind in der EU seit 2013 und in der Schweiz seit 2018 zum Testen von Kosmetika und ihrer Inhaltsstoffe verboten.

Tierrechtsorganisationen wie beispielsweise PETA kritisieren jedoch, dass diese Verbote nur teilweise greifen und Schlupflöcher bestehen würden. Wer sichergehen möchte, achtet auf das Label mit dem springenden Hasen, den «Leaping Bunny». Auch Zertifizierungen für Naturkosmetik wie beispielsweise das Label «Natrue» verfolgen strengere Regeln als die Verordnung der EU.

Naturkosmetik versus vegane Kosmetik

Zertifizierte Naturkosmetik muss allerdings nicht zwingend vegan sein. Viele Hersteller verwenden natürliche Inhaltsstoffe wie Lanolin (Wollwachs, das Sekret aus den Talgdrüsen von Schafen) oder Bienenwachs in einigen ihrer Produkte. Umgekehrt ist vegane Kosmetik nicht automatisch Natur-

kosmetik, also beispielsweise frei von Silikonen, Mineralölen oder synthetischen Duftstoffen.

Monika Burkhard benutzt in ihrem Kosmetikstudio nur vegane Produkte, die auch den Anforderungen von Naturkosmetik entsprechen. «Ich bin in erster Linie aus ethischen Gründen Veganerin geworden, denn für meinen Lebensstil soll kein Lebewesen leiden. Weiter möchte ich mich so umweltbewusst wie möglich verhalten. Vieles, was man sich auf Haut und Haar aufträgt, landet später im Abfluss, und darum wende ich beispielsweise keine Produkte an, die Mikroplastik enthalten.» Allen, die auf vegane Naturkosmetik umstellen möchten, rät sie, schrittweise vorzugehen. «Ganz

REIN PFLANZLICH

Die Kosmetikerin Monika Burkhard hat sich auf vegane Pflege spezialisiert.



Die zündende
Idee gegen
brennende Augen



Hilft bei geröteten, brennenden Augen
und bei gereizter Augenbindehaut

Dies sind zugelassene Arzneimittel.
Lesen Sie die Packungsbeilagen. T&S Eye Care Management AG

Similasan EYE CARE

Spezielle Vegan-Labels



Veganblume

Das Label der Vegan Society England verbietet die Verwendung von Inhaltsstoffen, die von lebenden oder toten Tieren stammen. Tierversuche sind verboten, auch einzelne Inhaltsstoffe dürfen nicht getestet werden. Wird bei Kosmetika, Lebensmitteln oder Textilien verwendet.



Leaping Bunny

Das Label mit dem springenden Hasen für tierversuchsfreie Kosmetik. Weder die fertigen Rezepturen noch die einzelnen Inhaltsstoffe dürfen an Tieren getestet werden. Wird vor allem bei Kosmetika verwendet.



UMWELT UND NATUR
Monika Burkhard, ist Pharma-Assistentin EFZ und liess sich zur Umweltberaterin und Naturkosmetikerin ausbilden. Sie führt in der Stadt Zürich das Naturkosmetikstudio Veel Good.

wichtig: Seid nicht zu streng mit euch selbst! Der Weg ist das Ziel.» Die angefangenen Tiegel im Badezimmer, egal ob vegan oder nicht, sollte man übrigens aufbrauchen oder verschenken und sie im Sinne der Nachhaltigkeit nicht wegwerfen. |



Mit **GESUNDE-KINDER. DROGERIE.CH** können Sie Krankheiten bei Kindern ganz einfach erkennen, deuten und behandeln oder kleinere Wunden versorgen. Egal, wo Sie gerade sind.

