

Factsheet Körperpflege September 2023

**Ein Greenpeace-Marktcheck von Seifen, Duschgel & Shampoo
in Supermärkten und Drogerien in Österreich**

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	1
Ein Marktcheck zu Seifen & Co	2
Was ist Naturkosmetik und Bio-Kosmetik	2
Bei Naturkosmetik auf Zertifizierungen achten	3
Problematische Inhaltsstoffe in Kosmetik	3
Vorteile von festen Kosmetik-Produkten	4
Tierversuchsfreie und vegane Kosmetik	5
Forderung: Klare Regelungen für Naturkosmetik!	5

Ein Marktcheck zu Seifen & Co

- Greenpeace hat bei einem Marktcheck das **Angebot an Natur- und Bio-Kosmetik bei Seifen, Shampoos und Duschgels** in den heimischen Supermärkten und Drogerien geprüft.
- **Nur 8 Prozent aller Seifen, Shampoos, Duschgels** sind laut Greenpeace empfehlenswert und haben ein vertrauenswürdiges Gütezeichen.
- **In Supermärkten gibt es bis zu 223 Shampoos** in den Regalen, am meisten haben **Drogerien mit bis zu 424 Produkten**.
- Am besten schneiden **bei den Drogerien dm** ab, **bei den Supermärkten MPreis** aus Tirol.
- Die Marktcheck-Empfehlung sind **feste Seifen-Produkte: zertifizierte Bio-Kosmetik, wenig verpackt, Mikroplastik-frei, vegan und mit Tierschutz-Siegel**.

Körperpflegeprodukte wie Shampoo, Seife und Duschgel benutzen wir jeden Tag. In den Regalen gibt es hunderte Produkte - da fragt man sich als Konsument:in oft, was man kaufen soll. Der Drogeriefachhandel ist mit einem Umsatzanteil von über 60 Prozent der wichtigste Vertriebskanal für Kosmetik und Körperpflegemittel in Österreich. Mit rund 20 Prozent folgt der Lebensmittelhandel¹. Die Hälfte der österreichischen Haushalte kauft mindestens einmal im Jahr Naturkosmetik oder naturnahe Kosmetik und gibt dafür im Schnitt etwa 50 Euro aus. Natur- und Bio-Kosmetik ist vorteilhaft für Umwelt und Gesundheit, weil viele problematische Inhaltsstoffe hier nicht erlaubt sind.

Was ist Naturkosmetik und Bio-Kosmetik

Zertifizierte Natur- und Bio-Kosmetik besteht vorwiegend aus pflanzlichen, tierischen und mineralischen Rohstoffen. Sie werden umwelt- und ressourcenschonend hergestellt - ohne synthetische Farb-, Duft- und Konservierungsstoffe und ohne gentechnisch veränderte Organismen. Außerdem enthalten sie keine erdölbasierten Inhaltsstoffe wie zum Beispiel Mikroplastik. In der Regel gibt es einen Mindestanteil an Inhaltsstoffen natürlichen und biologischen Ursprungs.²

Zertifizierte Bio-Kosmetik ist besonders umweltschonend, da die Herstellung der Inhaltsstoffe ohne chemisch-synthetische Pestizide erfolgt. Kosmetik von Austria Bio-Garantie hat sogar einen Bio-Anteil von mindestens 95 Prozent, bei Demeter-Produkten sind mindestens 90 Prozent in hoher Bio-Qualität.³

Österreichische Hersteller von Natur- und Bio-Kosmetik müssen sich an die Vorgaben des Österreichischen Lebensmittelbuches, des Codex Alimentarius, halten. Zertifizierte Bio-Kosmetika müssen die Anforderungen für Naturkosmetik und zusätzlich die Vorgaben an biologische Landwirtschaft erfüllen. Das gilt auch für Produkte mit Bezeichnungen wie "biologisch", "ökologisch", aber auch die verkürzten

¹<https://www.kosmetik-transparent.at/konsumverhalten-was-oesterreichische-familien-2022-fuer-kosmetik-und-koerperpflege-ausgaben/>

² Utopia: Zertifizierte Naturkosmetik; <https://utopia.de/ratgeber/naturkosmetik-siegel/>

³ www.demeter.de/lebensmittel-produkte/naturkosmetik

Formen wie "Bio-" und "Öko-". Zudem müssen Kosmetikhersteller ihre Tätigkeit von einer bereits anerkannten Bio-Kontrollstelle überprüfen lassen, um das Prüfzeichen dann auf den Produkten anzubringen.⁴

Bei Naturkosmetik auf Zertifizierungen achten

In der EU sind weder die Begriffe Naturkosmetik noch Bio-Kosmetik gesetzlich geschützt und werden in der Kosmetik-Verordnung der EU nicht erwähnt.⁵ Auch für Hinweise auf Kosmetika wie "naturnah", "natürlich", "mit natürlichen Inhaltsstoffen", "von der Natur inspiriert" oder "mit pflanzlichen Wirkstoffen" gibt es keine einheitlichen, rechtlichen Vorgaben.⁶

Zertifizierte Naturkosmetik und Bio-Kosmetik ist an Güte- und Prüfzeichen von unabhängigen Kontrollstellen und Einrichtungen zu erkennen.⁷ Der [Greenpeace-Ratgeber Zeichen-Tricks II](#) gibt Orientierung beim Einkauf. Als vertrauenswürdig stuft Greenpeace zum Beispiel die folgenden häufig auf den Produkten zu findenden ein: **Eco-Cert/BDIH Cosmos Natural, Natrue und NCS** (Natural Cosmetic Standard). Am besten bewertet Greenpeace Kosmetika mit den Zeichen von **Austria Bio-Garantie, Cosmos Organic, Demeter, Eco-Garantie und NCS Organic**.

Unternehmenseigene Siegel und Standards sieht Greenpeace kritisch. Das gilt auch für werbliche Aussagen auf den Produkten wie "klimaneutral" und "CO₂-neutral". Meist wird hier lediglich im Nachhinein durch Ausgleichszahlung in Projekte in anderen Bereichen oder Orten, die in keinem direkten Zusammenhang mit dem Produkt stehen, kompensiert. Vielfach handelt es sich um reines Greenwashing, das nur das Image des Unternehmens begrünen und den Verkauf ankurbeln soll. Firmen und Marken wie Lush, The Body Shop und Yves Rocher werben oft mit natürlichen Bestandteilen und verweisen auf einzelne pflanzliche Inhaltsstoffe in den Produkten. Die Produkte enthalten aber teilweise schwer abbaubare, umweltschädliche Kunststoffverbindungen oder hormonell wirksame Stoffe.^{8,9}

Problematische Inhaltsstoffe in Kosmetik

Zertifizierte Natur- und Bio-Kosmetik aus natürlichen und hautfreundlichen Inhaltsstoffen ist frei von problematischen Stoffen, die sich in herkömmlichen Körperpflegeprodukten häufig finden:

Parabene: Als Konservierungsmittel finden sich Parabene häufig in herkömmlicher Kosmetik. In der "EU-Prioritätenliste" für hormonell wirksame Chemikalien sind vier Parabene in der höchsten Kategorie

⁴ <https://www.ages.at/themen/kosmetik/spezifische-themen/bio-und-naturkosmetik/tab/2/>

⁵ <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2009:342:0059:0209:DE:PDF>

⁶ <https://www.ages.at/themen/kosmetik/spezifische-themen/bio-und-naturkosmetik/tab/1/>

⁷ [verbraucherzentrale.de/wissen/umwelt-haushalt/produkte/was-ist-naturkosmetik-26394](https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/umwelt-haushalt/produkte/was-ist-naturkosmetik-26394)

⁸ https://www.bund.net/fileadmin/user_upload_bund/publikationen/meere/meere_mikroplastik_einkaufsfuehrer_alt.pdf

⁹ https://www.oekotest.de/kosmetik-wellness/Rituals-Kiehls-Lush-Co-Wie-gruen-sind-diese-15-Kosmetik-Marken_10699_1.html

(Kat.1) eingestuft.¹⁰ Sie wirken wie natürliche Hormone bereits in kleinsten Dosen. Parabene können über die Haut aufgenommen werden und wurden auch bei Föten nachgewiesen. Sie stehen im Verdacht, an der Entstehung von Brustkrebs beteiligt zu sein.¹¹

PEG (Polyethylenglycol): PEG und PEG-Verbindungen sind erdölbasiert und dienen meist als Emulgator, die Fett und Wasser miteinander verbinden. Sie machen aber auch die Haut durchlässiger für Wirkstoffe in Kosmetika oder andere Chemikalien und Schadstoffe.¹²

Künstliche Moschus-Verbindungen: Duftstoffe sind in vielen Produkten enthalten und können Kontaktallergien und Unverträglichkeitsreaktionen auslösen. Künstliche Moschus-Düfte (polyzyklische Moschusverbindungen) werden in herkömmlicher Kosmetik eingesetzt, sind aber nicht deklarationspflichtig.¹³ Sie sind bereits in kleinsten Mengen hormonell wirksam und reichern sich im Körper und der Umwelt an.¹⁴ Bei Moschus-Xylol besteht der Verdacht auf krebserregende Wirkung.^{15,16}

Silikon: Silikone sind sogenannte Filmbildner. In Shampoos umhüllen sie die Haare und machen die Haare leicht kämmbaar und glänzend. Im Gegensatz zu natürlichen Ölen können diese Kunststoffverbindungen das Gleichgewicht der Haut stören. Übers Abwasser landen sie in der Umwelt und sind schwer abbaubar.¹⁷

Mikroplastik und Kunststoffverbindungen: Plastik ist in Kosmetik in Form von kleinsten festen Mikroplastik-Teilen und wasserlöslichen Kunststoffverbindungen zu finden. Letztere dienen zum Beispiel bei flüssigen Produkten als Füllmittel, bei Shampoos als Filmbildner oder als Bindemittel.¹⁸ Beim Waschen und Duschen kommen die Kunststoffe mit dem Abwasser in die Umwelt: In den Kläranlagen werden sie nur unvollständig gefiltert und gelangen in Flüsse, Seen und Meere.¹⁹ Die kleinen Plastikteilchen gelangen über die Nahrungskette in Tier und Mensch und wurden sogar im Blut von Menschen nachgewiesen.²⁰

Vorteile von festen Kosmetik-Produkten

Feste Shampoos haben im Februar 2023 die Arbeiterkammer Oberösterreich und die Umweltberatung unter die Lupe genommen. Im Test fanden sich in keinem der 15 Produkte hormonell wirksame Parabene zur Konservierung. Auch synthetische Emulgatoren wie die oben beschriebenen PEG-Verbindungen waren

¹⁰ ECHA (Europäische Chemikalien Agentur): Liste Endokriner Disruptoren; <https://echa.europa.eu/de/ed-assessment>

¹¹ <https://www.global2000.at/hormonell-wirksame-chemikalien-kosmetika>

¹² https://www.oekotest.de/kosmetik-wellness/Fluessigseifen-im-Test-Dieser-Inhaltsstoff-reichert-sich-im-Koerper-an_13411_1.html

¹³ <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2009:342:0059:0209:de:PDF>

¹⁴ https://www.lgl.bayern.de/gesundheitspraevention/kindergesundheit/stillen/moschusverbindungen_muttermilch.htm

¹⁵ <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2011:044:0002:0006:de:PDF>

¹⁶ <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0160412019300029>

¹⁷

https://www.oekotest.de/kosmetik-wellness/Bedenkliche-Inhaltsstoffe-in-Kosmetik-Bei-diesen-Zutaten-sollten-Sie-hinschauen_11560_1.html

¹⁸ https://www.handelsblatt.com/arts_und_style/lifestyle/kunststoffe-warum-steckt-mikroplastik-in-kosmetik/26623170.html

¹⁹ <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/umwelt-haushalt/produkte/mikroplastik-und-kunststoffe-in-kosmetik-und-im-meer-26381>

²⁰ <https://www.geo.de/wissen/gesundheits/mikroplastik-in-menschlichem-blut-nachgewiesen-31731014.html>

bei den festen Produkten nicht enthalten.²¹ Wie der Marktcheck zeigt, sind 6 Prozent der geprüften Duschgels und Shampoos als feste Produkte erhältlich.

Ein Waschstück von 100 Gramm kann laut Ökotest zwei bis drei Duschgels mit 250 ml ersetzen.²² Da die Produkte kaum Wasser enthalten, wird beim Transport Gewicht und daher auch CO₂ gespart.

Tierversuchsfreie und vegane Kosmetik

Bereits 2004 wurden innerhalb der Europäischen Union Tierversuche für kosmetische Endprodukte verboten. Allerdings durften bis 2009 einzelne Inhaltsstoffe immer noch an Tieren getestet werden. Erst seit März 2013 ist es Unternehmen gänzlich verboten, Tierversuche für Produkte und Inhaltsstoffe durchzuführen oder zu beauftragen. Auch Produkte, die im Ausland mittels Tierversuchen hergestellt wurden, dürfen seither in der EU nicht mehr verkauft werden. Es bestehen allerdings drei Ausnahmen: Produkte und Inhaltsstoffe, die bereits vor 2013 an Tieren getestet wurden, dürfen nach wie vor verkauft werden. Und Kosmetikfirmen, die für Länder außerhalb der EU produzieren, können oder müssen (wie in China) weiterhin Tierversuche für Kosmetika durchführen. Auch Inhaltsstoffe in Kosmetik, die unter das EU-Chemikaliengesetz REACH fallen und zum Beispiel auch in Reinigungsmittel eingesetzt werden, können weiterhin am Tier getestet werden.

Bei Kosmetika mit der Veganblume, dem V-Prüfzeichen ist sichergestellt, dass diese keine Inhaltsstoffe tierischen Ursprungs enthalten und für die gekennzeichneten Produkte keine Tierversuche durchgeführt wurden. Die strengsten Kriterien für tierversuchsfreie Kosmetikprodukte erfüllen die folgenden Prüfzeichen: Leaping Bunny (Humane Cosmetic Standard, kurz HCS)²³, Hase mit schützender Hand (IHTN)²⁴ und "Peta approved"-Liste²⁵. Bei diesen drei sind Tierversuche für sämtliche Marken und Produkte eines Unternehmens nicht erlaubt.

Forderung: Klare Regelungen für Naturkosmetik

Konsument:innen müssen sich darauf verlassen können, dass alle Produkte, die mit "Bio" und "Natur" beschrieben werden, auch umweltschonend sind und die gleichen Standards haben. Um Werbung mit grünen Behauptungen und Umwelt-Siegeln, die keine belegbaren Mehrwert für die Umwelt bieten, entgegenzuwirken, fordert Greenpeace klare EU-weite Vorgaben. Die Verwendung von Begriffen wie "Natur" und "Bio" muss bei allen Produkten klar geregelt werden. Nur dann ist sichergestellt, dass für Natur- und Bio-Kosmetik in der EU einheitliche Standards und strenge gesetzliche Regeln gelten.

²¹ https://ooe.arbeiterkammer.at/service/testsundpreisvergleiche/tests/Feste_Shampoos_im_Test-_guenstige_Alternative.html

²² https://www.oekotest.de/kosmetik-wellness/Festes-Duschgel-im-Test-Darum-ist-es-gut-fuer-Haut-und-Umwelt_11846_1.html

²³ Leaping Bunny: <https://www.leapingbunny.org/>

²⁴ Internationaler Herstellerverband für tierschutzgeprüfte Naturkosmetik, Kosmetik und Naturwaren (IHTN; Hase mit schützender Hand): <https://ihtn-e-v.iimdosite.com/>

²⁵ PETA approved: Petas offizielle Liste tierversuchsfreier Kosmetik, Pflegeprodukte, Haushaltsmittel und mehr; <https://tierversuchsfrei.peta-approved.de/>