

Weniger Natur als gedacht

Naturkosmetik Auch bei der Kosmetik boomt Bio. Doch nicht überall, wo Natur draufsteht, ist auch echte Naturkosmetik drin. Und längst nicht alles ist aus kontrolliert biologischem Anbau.

Duschgel mit Chili und Orange, Mandelgesichtsöl mit Wildrose, Reinigungsmilch mit Aloe Vera – die Nachfrage nach Natur in der Kosmetik ist groß, das Angebot ebenso. Der Naturkosmetikmarkt wächst seit Jahren im zweistelligen Bereich. Laut Naturkosmetik Jahrbuch 2009 beträgt sein Anteil am gesamten Kosmetikumsatz dennoch erst 5,3 Prozent – ähnlich wie bei Biolebensmitteln, die etwa 5 Prozent des Lebensmittelmarktes halten. Für „grüne“ Körperpflegeprodukte bedeutet das 2008 einen Jahresumsatz von 672 Millionen Euro.

Naturkosmetik soll Naturstoffe enthalten, und die sollen möglichst in Bioqualität sein, also aus kontrolliert biologischem Anbau stammen. Einige Produkte sind auch vegan, ihre Hersteller verzichten gänzlich auf tierische Stoffe. Naturkosmetik ist längst nicht mehr nur in Reformhäusern, Bioläden und Apotheken zu haben. Auch Drogerien, Supermärkte und Discounter bieten seit einiger Zeit eigene Handelsmarken an. Und das oft zu viel günstigeren Preisen als Weleda, Dr. Hauschka und Co. Doch nicht überall, wo Wildrosenöl oder Bio-Kamille draufsteht, ist auch „echte“ Naturkosmetik drin. Viele Kosmetikfirmen wollen auf den Biozug aufspringen und mitverdienen. Gut, wer hier unterscheiden kann.

Wie erkenne ich, ob eine Creme wirklich Naturkosmetik ist?

Oft erst auf den zweiten Blick. Es ist schwierig, das schnell und eindeutig festzustellen. Denn der Begriff „Naturkosmetik“ ist nicht geschützt. Es gibt nach wie vor keine rechtsverbindliche Definition. Das Siegel auf der Verpackung kann ein erster Anhaltspunkt



sein. Allerdings haben Verbände und verschiedene Hersteller selbst definiert, was sie unter „echter“ Naturkosmetik verstehen. So sind viele verschiedene Label für Naturkosmetik entstanden, die nun Tuben, Schachteln und Dosen zieren. Doch die jeweiligen Anforderungen sind sehr unterschiedlich. Die bekanntesten Siegel sind „BDIH-Kontrollierte Natur-Kosmetik“, „Nat-True“ und „Ecocert“. Diese drei sind an

strenge Auflagen gebunden und bieten beim Kauf von Naturkosmetik eine erste Orientierung (siehe Kasten S. 29).

Kennern hilft auch ein Blick auf die Deklaration der Inhaltsstoffe (INCI, International Nomenclature of Cosmetic Ingredients). Die Bestandteile von Creme oder Duschbad müssen laut Kosmetikverordnung auf der Verpackung stehen. Und zwar in abnehmender Reihenfolge ihrer Kon- ▶

zentration. Die Rohstoffe, die aus kontrolliert biologischem Anbau oder aus zertifizierter Wildsammlung stammen, sind meist mit einem Sternchen gekennzeichnet.

Welche Kriterien sollte Naturkosmetik erfüllen? Was ist drin?

Das ist je nach Siegel unterschiedlich. Bei einem Merkmal aber, dem wichtigsten, sind sich die meisten einig: Es sollten bevorzugt Naturstoffe in der Kosmetik stecken, das heißt Stoffe pflanzlichen, mineralischen oder tierischen Ursprungs. Ausnahmen sind aber möglich, bei Konservierungsstoffen zum Beispiel. Die dürfen in der Regel auch aus dem Labor stammen. Aber nur, solange sie naturidentisch sind, also der Formel von Mutter Natur nachgebaut. Das trifft zum Beispiel auf Sorbinsäure zu, die eigentlich aus der Vogelbeere stammt. Synthetische Konservierungsstoffe sind meist tabu. Und auch Öle und Wach-

se, wie Silikon oder Paraffin, das aus Mineralöl gewonnen wird, sind nicht erlaubt. Der Grund: Naturkosmetik verzichtet nach eigenen Aussagen auf alles „Unnötige“. Auch synthetische Farb- und Duftstoffe werden nicht verwendet.

Wie viel Bio steckt eigentlich in der Naturkosmetik?

Ganz klar: Selten 100 Prozent. Denn Bio bedeutet, dass die Rohstoffe aus kontrolliert biologischem Anbau stammen oder aus zertifizierter Wildsammlung. Doch nicht alle Pflanzen sind in ausreichender Anzahl und Bioqualität auf dem Markt vorhanden.

Auch hier hilft die Verpackung weiter. Je nach Siegel schwankt der Anteil an Inhaltsstoffen aus kontrolliert biologischem Anbau. Für das „NaTrue-Label“ mit drei Sternen sind 95 Prozent Bioanteil der Naturstoffe vorgeschrieben, bei zwei Sternen 70 Prozent. Das „Ecocert“-Siegel „Ökologische Naturkosmetik“ tragen Produkte, deren pflanzliche Inhaltsstoffe zu 95 Prozent aus kontrolliert biologischem Anbau stammen; das „Ecocert“-Siegel „Naturkosmetik“ Produkte, die mindestens zu 50 Prozent Bio sind. Für das BDIH-Logo müssen 15 Rohstoffe, wie Olive und Soja, aus Bioerzeugung stammen, sonst gibt es keine Vorgaben.

Alles Bio – das geht gar nicht, sagen Experten. Waschaktive Tenside in Shampoos oder Duschbädern zum Beispiel werden zwar aus natürlichen Rohstoffen wie Maisstärke oder Kokosfett hergestellt, eine eigene Bioproduktion gibt es aber nicht. Das gilt oft auch für Emulgatoren, die nötig sind, um Öl und Wasser in Lotionen und Cremes zusammenzuhalten. Auch mineralische Rohstoffe für Farbpigmente, Wascherde oder Zahnpasta gibt es nicht in Bioqualität.

Warum kann uns normale Kosmetik vorgaukeln, Naturkosmetik zu sein?

Die IRI Shopper Studie Naturkosmetik 2009 zeigt: Mehr Verbraucher glauben, Na-

turkosmetik zu kaufen, als sie es tatsächlich tun. Viele lassen sich vom Markenimage leiten und achten bei der Auswahl kaum auf Siegel. Fakt ist: Viele Hersteller werben mit natürlichen Inhaltsstoffen wie Olivenöl oder Aloe Vera, Naturkosmetik muss das aber noch lange nicht sein. Denn meist ist der Anteil dieser natürlichen Zutat in Deo, Gel oder Creme gering. Die Hauptbestandteile bleiben chemisch hergestellte Stoffe. Auch Beschreibungen wie „auf pflanzlicher Basis“ oder „aus der Natur“ sind nicht mit Naturkosmetik gleichzusetzen.

Was ist mit Yves Rocher und The Body Shop, ist das Naturkosmetik?

Nach eigenen Angaben von The Body Shop sind die Produkte keine Naturkosmetik. Die Firma verwendet zwar möglichst viele natürliche Inhaltsstoffe, aber eben auch synthetische Duftstoffe. Und auch Yves Rocher, die sich selbst „die Pflanzenkosmetik“ nennen, bieten Naturkosmetik mit Siegel nur in ihrer neuen Culture-Bio-Linie an.

Einige stoßen sich am Geruch von Naturkosmetik. Was ist da dran?

Es stimmt, dass einige Produkte sehr intensiv duften. Das liegt an den ätherischen Ölen, die zur Parfümierung eingesetzt werden. Für viele ist der Geruch am Anfang gewöhnungsbedürftig. Anderen gefällt er sofort. In unserem letzten Naturkosmetikttest von Gesichtscremes (*siehe test 1/07*) empfanden einige Testpersonen den Duft als aufdringlich. Eine Probandin beschrieb ihn so: „Es riecht wie ein Duftbaum im Auto.“ Ob der Duft gefällt oder nicht, ist individuell verschieden und Geschmackssache.

Wie schneidet Naturkosmetik in den Tests ab?

Unterschiedlich. Der reine Naturkosmetikttest von zwölf Gesichtscremes (*siehe test 1/07*) zeigt: In der Wirkung sind sie durchaus mit konventionellen Cremes vergleich-





bar. Keine Probandin klagte über störende Nebenwirkungen. Alle Cremes zeichneten sich durch eine „sehr gute“ Verträglichkeit aus, viele auch als „gute“ Feuchtigkeits-spender. In unseren letzten Tests von Volumenshampoos, Männercremes und Kajalstiften wurde jeweils auch ein Naturkosmetikprodukt mitgetestet, das aber jeweils im hinteren Mittelfeld landete. Kritiker von Naturkosmetik argumentieren, dass synthetisch hergestellte Wirkstoffe eine gleichbleibende Qualität garantieren, was bei pflanzlichen Rohstoffen nicht immer möglich sei.

Ist Naturkosmetik besser verträglich bei empfindlicher Haut?

Auch das ist individuell verschieden und kommt auf die Person an. Hier spielen zwei Faktoren eine Rolle: Auf der einen Seite stehen synthetische Duft-, Farb- und Konservierungsstoffe im Verdacht, im Einzelfall Hautreizungen und Kontaktallergien auslösen zu können. Auf die verzichtet Naturkosmetik weitestgehend. Andererseits zeigen unsere Tests, dass Naturkosmetik-

cremes zum Teil anfälliger für Keimbefall sind, weil sie meist auf synthetische Konservierungsstoffe verzichten. Die Folge können heftige Reizungen auf der Haut sein. Und auch sonst ist Natur pur nicht gerade sanft und kann zu Hautreizungen führen. Als besonders allergieträchtig zählen zum Beispiel die ätherischen Öle, Lorbeer, Kamille oder Teebaumöl, wie Hautärzte berichten. Kritiker argumentieren, dass Naturstoffe auf der Haut für den Körper ebenso Fremdstoffe sind wie chemisch-synthetische Substanzen.

Tipp: Wer unsicher ist, ob er Naturkosmetik verträgt, sollte sich in Fachgeschäften beraten lassen und es erst einmal mit einer Probepackung versuchen.

Kommt „grüne“ Kosmetik wirklich ohne Tierversuche aus?

Seit Jahren versichern Naturkosmetikhersteller, auf Tierversuche zu verzichten. Auch andere Kosmetikprodukte dürfen schon lange nicht mehr im Tierversuch getestet werden. Anders sah das bei einzelnen Inhaltsstoffen aus. Seit März 2009 sind nun Versuche an Tieren für Tests von Kosmetika und auch ihrer Inhaltsstoffe europaweit verboten. Für einige Kosmetikttests gilt bis 2013 aber eine Übergangsphase.

Wie viel teurer ist Naturkosmetik im Vergleich zu normaler Kosmetik?

Es gibt zertifizierte Naturkosmetik, die sehr günstig ist. Vor allem in Drogerien, Supermärkten und bei Lebensmitteldiscountern gibt es „grüne“ Kosmetik oft schon für 2 bis 5 Euro zu kaufen. Laut Naturkosmetik Jahrbuch 2009 halten die Drogeriemärkte bereits knapp ein Drittel Marktanteil. Die meisten anderen Naturkosmetikprodukte sind im mittleren Preissegment angesiedelt. Doch auch Dr. Hauschka, Weleda oder Primavera kosten im Vergleich zu Kosmetikmarken wie Estée Lauder oder Biotherm weniger als die Hälfte. ■

Das Angebot an Naturkosmetik ist riesengroß (siehe links). Vor allem die Umsätze bei Gesicht- und Hautpflege sowie Herrenkosmetik sind im Jahr 2008 stark gewachsen. Einige Marken führen auch dekorative Naturkosmetik wie zum Beispiel Make-up oder Lippenstifte.



Naturkosmetik-Siegel

Große Unterschiede



BDIH – Kontrollierte Natur-Kosmetik. Das bekannteste Naturkosmetik-Siegel zielt über 5000 Produkte. Es wird vom Bundesverband Deutscher Industrie- und Handelsunternehmen für Arzneimittel, Reformwaren und Körperpflegemittel (BDIH) verliehen. Die Rohstoffe müssen so weit wie möglich aus kontrolliert biologischem Anbau kommen, ein Anteil ist allerdings nicht definiert. 15 Rohstoffe müssen aus zertifiziert ökologischen Pflanzen stammen, zum Beispiel Olive, Jojoba oder Soja (siehe auch www.bdi.de).



NaTrue. Das NaTrue-Siegel gibt es in drei Qualitätsstufen, seit Herbst 2008. NaTrue mit einem Stern entspricht in etwa den BDIH-Kriterien. Bei den beiden höheren Kategorien ist ein Bioanteil der Naturstoffe von 70 (zwei Sterne) und 95 Prozent (drei Sterne) vorgeschrieben. Noch sind kaum Produkte mit diesem Siegel im Handel – unter www.natrue-label.de können die bisher über 200 zertifizierten gefunden werden.



Ecocert. Es gibt zwei Siegel. Für „Ökologische Naturkosmetik“ müssen mindestens 95 Prozent aller Inhaltsstoffe eines Produkts natürlichen Ursprungs sein und 95 Prozent der pflanzlichen Rohstoffe Bio. „Naturkosmetik“ steht für 95 Prozent Naturstoffe und mindestens 50 Prozent pflanzliche Bio-Rohstoffe. Weitere Informationen unter www.ecocert.de.

Laut Kosmetikverordnung muss die Deklaration der Inhaltsstoffe (INCI) auf der Verpackung stehen. Viele Hersteller drucken auch die deutschen Übersetzungen auf (siehe links). Aber dennoch ist es nicht leicht zu verstehen, was sich hinter den einzelnen Inhaltsstoffen verbirgt.

