

Mikroplastik – die unsichtbare Gefahr

Jede Minute landet etwa eine Tonne Plastik im Meer und schadet nicht nur der Umwelt und den Tieren, sondern auch uns Menschen. Eine Ursache dafür ist Kunststoff, der in Alltagsgegenständen vorkommt wie Plastikflaschen, Tüten und andere Verpackungen. Denn dieses zersetzt sich mit der Zeit in kleine Plastikpartikel, die so winzig sind, dass man sie mit dem bloßen Auge kaum erkennen kann.

Das meiste Mikroplastik entsteht durch den Abrieb von Autoreifen. Und auch beim Wäschewaschen gelangen kleine Plastikpartikel ins Wasser, vor allem bei Kleidung aus Synthetikfasern. Und diese Partikel sind so klein, dass die Filter in den Klärwerken nicht stark genug sind, um sie zurückzuhalten. Auch in vielen Kosmetikartikeln ist Mikroplastik enthalten, zum Beispiel in Peelings, Duschgels oder Lippenstiften. Dieses Mikroplastik wird dafür extra industriell hergestellt. Wenn Du Dich dann damit wäschst oder Dich abschminkst, gelangen die kleinen Plastikteilchen ins Wasser.

So oder so gelangen die kleinen Teilchen in die Luft oder ins Wasser und landen in unseren Flüssen, Seen und in unserem gesamten Ökosystem. Vor kurzem haben Forscher sogar in der Arktis – dem unberührtesten Ort der Erde – Mikroplastik gefunden, das über die Luft oder das Meer bis dorthin gelangt ist. Gelangt das Plastik erstmal in die Umwelt, schadet es nicht nur den Pflanzen und Tieren, sondern kommt durch die Nahrungskette oder den Feinstaub, den wir einatmen, auch in unseren Körper.

Wie Du Mikroplastik vermeiden kannst, zeigen wir Dir hier in ein paar Tipps und Tricks, die Du ganz einfach zuhause umsetzen kannst:

Versuche so gut wie möglich auf Plastik generell und vor allem auf Plastikverpackungen zu verzichten. Wenn Du zum Beispiel beim Einkaufen Deinen eigenen Rucksack oder Beutel mitbringst, Dein Obst und Gemüse lose einpackst und darauf achtest, keine Produkte zu kaufen, die X-mal in Plastik verpackt sind, ist das schon einmal ein guter Anfang. Die meisten Wege, wie zum Supermarkt, Sport oder zu Freunden, lassen sich auch super mit dem Fahrrad erledigen. Weitere Strecken gut und schnell mit Bus und Bahn. Die Umwelt dankt es Dir, je öfter das Auto stehen bleibt!

Bei Kleidung und Textilien kannst Du darauf achten, möglichst Kunstfaser zu vermeiden, wie zum Beispiel Polyester, Polyacryl, Nylon und Elasthan. Kauf stattdessen Produkte aus Naturfasern wie Baumwolle, Leinen oder Wolle. Bevor Du aber die Kleidungsstücke aus Kunstfasern, die Du noch im Schrank hast, wegwirfst, kannst Du Deine Wäsche in speziellen Wäschebeuteln waschen. Die beim Waschen gelösten Fasern landen dann nicht im Abwasser, sondern werden vom Beutel aufgefangen und können anschließend über den Restmüll entsorgt werden.

Im Badezimmer ist es leider nicht immer ganz einfach zu erkennen, ob in Pflegeprodukten und Kosmetika Mikroplastik steckt. Kunststoff muss zwar auf der Verpackung angegeben werden, versteckt sich aber häufig hinter komplizierten Fachbegriffen. Generell bist Du mit Naturkosmetik auf der sicheren Seite. Ansonsten gibt es auch eine tolle App, mit der Du alle möglichen Produkte über den Barcode scannen kannst und Dir dann die Inhaltsstoffe sortiert nach gut und schlecht

aufgelistet werden. Du kannst Deine Kosmetikprodukte auch ganz einfach selbst herstellen – ganz natürlich und umweltfreundlich! Wie das funktioniert erfährst Du hier.

Wie Du siehst, gibt es schon sehr gute Alternativen um die Plastikflut aufzuhalten! Und wenn Du noch mehr zum Thema Plastik erfahren möchtest, dann schau doch mal hier vorbei.