

# Hannah (15): „Sind selbst gemachte Deos und Peelings echt besser als gekaufte Kosmetikprodukte?“

Hallo,

*ich bin Hannah und hab da mal 'ne Frage: Vor kurzem habe ich einen Bericht im Fernsehen gesehen, der total gegen gekaufte Kosmetikartikel gewettert hat – Überall seien Giftstoffe drin, die auf Dauer gefährlich für uns sind oder kleinste Plastikteilchen, die der Umwelt schaden. Und dabei ging es nicht nur um Lippenstift und Co., sondern um Produkte, die wir jeden Tag benutzen wie Shampoo, Deo und Peeling.*

*Jetzt bin ich total verunsichert! Was kann ich denn noch kaufen? Oder soll ich doch gleich alles selber machen? Und habt ihr Rezepte? Ich kann doch nicht auf alle Kosmetikprodukte verzichten!*

Hallo Hannah,

nein, natürlich sollst du nicht auf alle Kosmetikprodukte verzichten! Wir finden es aber absolut super, dass du dich mit diesem Thema auseinandersetzt, denn was du jetzt in deine Gesundheit investierst, musst du später nicht ausbügeln – Klar, oder?! Und die Umwelt dankt es dir auch.

Tatsächlich gibt es viele Kosmetika, die problematische Inhaltsstoffe, wie z. B. Aluminiumsalze, Konservierungsmittel, Silikone, Mikroplastik und Duftstoffe, enthalten. In unserem Artikel „Abgeschminkt!“ haben wir mehr dazu geschrieben.

Grundsätzlich gilt: Wer seine Kosmetik selber anrührt, weiß, was drin steckt und vermeidet Verpackungsmüll! Wir haben euch ein paar Anleitungen zusammengestellt, die gut für Einsteiger geeignet sind, weil du (fast) alle Zutaten in deiner Küche finden wirst. Es ist aber völlig okay, wenn du deine Kosmetikprodukte weiterhin kaufen möchtest.

Kleiner Tipp: Greif doch mal zu Naturprodukten. Hier stecken meist unbedenkliche und natürliche Duft- und Konservierungsstoffe drin. Außerdem verzichten die meisten Naturkosmetikhersteller schon seit längerem auf Mikroplastik oder Aluminiumsalze in ihren Produkten. Weiterer Pluspunkt: Viele Naturkosmetikhersteller setzen auf faire Arbeitsbedingungen in den Anbauländern.

Also: Augen auf beim Kosmetikkauf! Oder lauf schnell in die Experimentierecke und kreierte deine Kosmetik nach ganz eigenen Vorlieben!