

Faktablad: Produkterna i badrumsskåpet



Eftersom kosmetiska produkter kommer i kontakt med huden och i vissa fall också med slemhinnorna i munnen finns det många regler för dem. Det finns två EU-lagar, Kosmetikaförordningen och REACH, som styr vad som får finnas i en kosmetisk produkt och vad som är förbjudet. Särskilt farliga ämnen, som kan ge cancer, mutationer (genförändringar) eller störa förmågan att få barn får inte användas. Alla ingredienser måste skrivas på ut på förpackningen, en regel som annars bara finns för mat.

Trots hårda lagar kan ämnen som inte är bra för hälsa och miljö finnas i kosmetiska produkter. Det beror på att många ämnen inte är undersökta ännu, och därför vet man inte om de borde förbjudas eller inte. Hormonstörande ämnen, plast och nanomaterial har EU inte lagstiftat om än så för dem finns inga regler.

Ämnen att hålla utkik efter i smink och badrumsprodukter

Innehållsförteckningen på smink och hygienprodukter är svår att förstå för den som inte är kemist. De flesta ingredienser är helt ofarliga, som vatten (heter aqua i innehållsförteckningen). Andra kan störa hormonerna, ge kontaktallergi och skada miljön. Här får du bekanta dig med fyra sorters ämnen som alla är tillåtna, trots att de är dåliga för hälsan eller miljön.

PFAS

PFAS är en stor grupp ämnen som är skapade för att motstå smuts, fett och vatten. De används i många typer av produkter, i allt från pizzakartonger och brandskum till raklödder, hudkräm och smink. När de kommer ut i naturen bryts de inte ner, utan stannar kvar och kan lagras i växter och djur. I djurförsök har de visat sig ge skador på organ, försämrat immunförsvar och gjort det svårare att få barn. Trots det är bara ett par av PFAS-ämnena förbjudna.

PFAS kan heta: PTFE, Polytef, Polytefum, C9-15 Fluoroalcohol phosphate. Leta efter ord som innehåller "perfluoro" eller "polyflouro". Till exempel: Ammonium C6-16 Perfluoroalkylethyl Phosphate, Polyperfluoroethoxymethoxy Difluoroethyl Peg Phosphat, Polyperfluoromethylisopropyl ether, Perfluorooctyl triethoxysilane.

Fler PFAS ämnen hittar du på surfejs.se

Hormonstörande ämnen

Hormonerna är kroppens budbärare, när vi kommer i kontakt med ämnen som kan störa hormonsystemet kan det påverka kroppen på olika sätt. Hormonstörande ämnen kan bland annat finnas i solkräm, hårprodukter, hygienprodukter och smink. I djurförsök har man kunnat se att hormonstörande ämnen kan störa utvecklingen av hjärnan och könsorganen, eller öka risken för cancer. Idag finns det inga lagar som hindrar att hormonstörande ämnen används. I EU arbetas det med att bestämma vad som ska kallas för ett hormonstörande ämne, för att sedan kunna förbjuda dem, men arbetet går väldigt långsamt.

Hormonstörande ämnen kan heta: Benzophenone-1, Benzophenone-3, Butylparaben, Propylparaben, Etylhexyl methoxycinnamate, Cyclomethicone, Cyclotetrasiloxane, BHA, BHT, Recorcinol, Triclosan, Triphenyl Phosphat.

Plast

Plast kan finnas i hygienprodukter, solkräm och smink. Oftast är det pyttesmå plastpartiklar, mikroplast, som läggs till i produkter för sin skrubbande effekt, eller som utfyllnad och för att ge en bra konsistens. När produkten sköljs av så åker plastpartiklarna ut i avloppet. Det som inte fastnar i reningsverken kommer ut i naturen. Plast bryts inte ner i naturen, utan kan ätas upp av fiskar som tror att det är mat och sedan svälter. Än så länge är plast tillåtet i alla produkter, men en liten förbättring är på gång – det kommer snart att bli förbjudet med mikroplast i skrubbande produkter. Dock kommer plast att fortfarande vara tillåtet som utfyllnad.

Plats kan heta: Polyethylene, Polymethyl methacrylate, Polyethylene terephthalate, Nylon

Allergiframkallande ämnen

Allergiframkallande ämnen kan finnas i alla typer av hygien- och sminkprodukter. Kontaktallergi är en reaktion från kroppens immunförsvar när det kommer i kontakt med ett ämne. Ofta får den med kontaktallergi eksem som kliar och gör ont. Vissa ämnen är allergiframkallande och kan reta immunförsvaret så att en allergi utvecklas mot det ämnet och liknade ämnen. I Sverige är det vanligast med kontaktallergi mot metallen nickel. Men det är också vanligt med kontaktallergi mot doftämnen som finns i parfymer och produkter som luktar, samt en del konserveringsmedel. Enligt lagen ska de 26 mest allergiframkallande ämnena skrivas ut i innehållsförteckningen (för resterande doftämnen räcker det att skriva parfum).

De 24 mest allergiframkallande doftämnena är: Limonene, Benzyl Alcohol, Citronellol, Alpha-isomethyl ionone, Amyl Cinnamal, Amylcinnamyl Alcohol, Anise Alcohol, Benzyl Benzoate, Benzyl Cinnamate, Benzyl Salicylate, Butylphenyl Methylpropional (Lilial), Cinnamal, Cinnamyl Alcohol, Citral, Citronellol, Carboxaldehyde, Isoeugenol, Coumarin, Eugenol, Evernia Furfuracea (Treemoss Extract), Evernia Prunastri (Oak Moss Extract), Farnesol, Geraniol, Hexyl Cinnamal, Linalool.

Även konserveringsmedel kan vara mycket allergiframkallande, som t ex Methylisothiazolinone och Methylchloroisothiazolinone.

Vad kan göras för att undvika dåliga ämnen?

För att undvika de värsta ämnena kan man leta efter dem i innehållsförteckningen eller välja en produkt som är miljömärkt. Bra Miljöval och Svanen ställer krav på alla ingredienser i en produkt. Märkningarna Cosmos Organic

och Natrue förbjuder hormonstörare, PFAS och plast, men de tillåter allergiframkallande ämnen.

Märkningar på produkterna i badrumsskåpet

Det finns flera olika frivilliga märkningar på kosmetiska produkter. Kraven de ställer på produkterna är strängare än lagens krav. Företag kan själva välja om de vill ansöka om att få en produkt märkt. Som ett bevis på att produkten lever upp till strängare krav får den bära märkningen på förpackningen. Märkningar kan vara miljömärkningar eller märkningar som visar att produkten är gjord på ekologiska eller naturliga ingredienser.

Miljömärkningar

Miljömärkningarna kontrollerar alla ingredienser och godkänner de som uppfyller kraven och därmed bedöms vara så säkra som möjligt för hälsa och miljö:

- Bra Miljöval – kraven skärps regelbundet, finns mest i Sverige. Vanligaste kosmetiska produkten är tvål.
- Svanen – kraven skärps regelbundet, finns i alla nordiska länder. Det finns exempelvis schampo, balsam, hudkräm och tandkräm som är märkta med Svanen. Nyligen lanserades det första Svanen-märkta sminket, i Danmark.
- EU Ecolabel – har inte lika stränga krav som Bra Miljöval och Svanen, men är ändå en seriös märkning som finns i hela EU. Märkningen är vanligast på tvål som används på hotell, i kommuner samt skolor och företag.

I Danmark finns det sex gånger fler miljömärkta hud- och hårvårdsprodukter att välja på än i Sverige. Det beror bland annat på att konsumentorganisationerna i Danmark har jobbat mycket med att informera om dåliga ämnen i vardagsprodukter.

Ekologiska och naturligt-märkningar

De här märkningarna har krav på att delar av innehållet är från naturen, som mineraler, bivax eller vegetabilisk olja, eller att det är ekologiskt odlat:

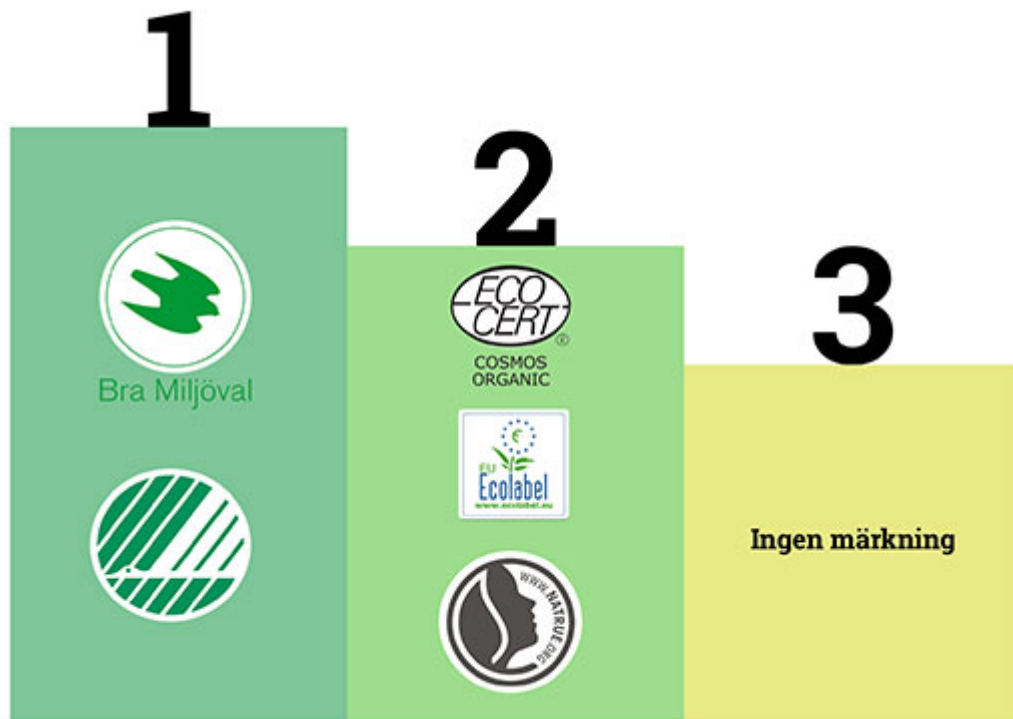
- Cosmos Organic – det odlade innehållet ska vara ekologiskt. Denna märkning finns idag som ett tillägg till några europeiska ekomärkningar. I Sverige är det vanligast att hitta Cosmos Organic tillsammans med märkningen Ecocert.
- NaTrue – finns i olika nivåer, den strängaste har samma krav på ekologiskt innehåll som Cosmos Organic.

Det är viktigt att veta att allt som kommer från naturen inte alltid är bra för hälsan och miljön. Till exempel så är doftämnet limonene allergiframkallande och giftigt för växter och djur som lever i vatten. Limonene kan både komma från naturligt citronskal eller tillverkas på konstgjord väg.

Till sist

2016 handlade den genomsnittlige svensken kosmetiska produkter för 1800 kronor per år. Mest pengar lades på smink. Idag finns inte så mycket miljömärkta produkter i butikerna, vilket gör att det mesta som säljs är omärkta produkter. För att fler produkter ska märkas behöver fler efterfråga och köpa miljömärkta produkter så att butikerna och tillverkarna förstår att det är viktigt.

På Surfejs.se finns bra filmer, listor över farliga ämnen och tips på vilka produkter som har miljömärkning.



Så tycker Naturskyddsföreningen

Naturskyddsföreningen arbetar för strängare lagar för att få bort farliga ämnen i kosmetiska produkter och andra produkter. Innan lagarna är på plats rekommenderas märkningarna i bilden, i första hand Bra Miljöval och Svanen. De kollar att produkten är så schysst som möjligt för hälsan och miljön och kraven blir strängare efter hand.

På andra plats finns Cosmos Organic (som ofta syns tillsammans med Ecocert), EU:s märkning EU Ecolabel och Natrue.

Call to action - sidebar:

[Testa Energifallets hållbara övningar!](#)

Promos i sidebar:

[Surfejs - vad finns i dina produkter?](#)

[Gör dina egna produkter!](#)