

Kleine Einkaufshilfe

.....
für deine Kosmetikprodukte



CULUMNATURA®
für Haut und Haar

WEGWEISER DURCH DEN INGREDIENTS-DSCHUNDEL

Es gibt zigtausende Kosmetik-Inhaltsstoffe – wer findet sich da noch zurecht? Dabei liefert die NATUR mit einigen Dutzend Zutaten alles, was gute Kosmetik braucht. Besonders empfehlenswerte Inhaltsstoffe sind in **GRÜN** aufgelistet: Befinden sich in der sogenannten INCI-Liste (Zutatenliste) eines Kosmetikproduktes nur grüne Stoffe, kannst du ohne Bedenken zugreifen. Die Liste der in **ROT** gehaltenen Inhaltsstoffe zeigt hingegen synthetische Kosmetikzutaten: Stoffe, die unserer Meinung nach bedenklich sind und gemieden werden sollten. Diese kleine Einkaufshilfe hat Platz in jeder Briefftasche und ist dein erster Wegweiser durch den großen Ingredients-Dschungel.

UNBEDENKLICHE INHALTSSTOFFE

Alchemilla Vulgaris Extract (Frauenmantelextrakt)

Funktion: hautpflegend

Wirkung: entzündungshemmend, wundheilend

Aleurites Moluccana Seed Oil (Kukuinussöl)

Funktion: hautpflegend

Wirkung: lindert Hautirritationen, beruhigt gereizte Haut

Aloe Barbadensis Leaf Juice (Aloe Vera Gel)

Funktion: hautpflegend

Wirkung: hautschützend, wundheilend, lindert Hautbeschwerden

Althaea Officinalis Root Powder (Eibischwurzelpulver)

Funktion: hautpflegend

Wirkung: hält die Haut in einem guten Zustand

Arctium Lappa Root Extract (Klettenwurzelextrakt)

Funktion: abschwellend, entzündungshemmend, haarwachstumsfördernd

Wirkung: gegen Haarausfall und Schuppen

Beeswax (Bienenwachs)

Funktion: stabilisierend / **Wirkung:** lindert Hautreizungen und Trockenheit

Calendula Officinalis Extract (Ringelblumenextrakt)

Funktion: wundheilend

Wirkung: gut wirksam bei Hautbeschwerden, entzündungshemmend

Cannabis Sativa Seed Oil (Hanföl)

Funktion: hautpflegend, geschmeidig machend

Wirkung: entzündungshemmend, gut für trockene Haut, lindert Beschwerden bei Hautkrankheiten

Coco Glucoside (Zuckertensid)

Funktion: sehr mildes Tensid / **Wirkung:** reinigend

Cocos Nucifera Oil (Kokosöl)

Funktion: hautpflegend, haarkonditionierend

Wirkung: pflegt die Haut, antimikrobiell, feuchtigkeitsspendend, gut für trockene und fettige Haut, kräftigt das Haar, pflegt trockenes Haar

Daucus Carota Sativa Seed Oil (Karottensamenöl)

Funktion: hautpflegend / **Wirkung:** beruhigt gereizte, strapazierte Haut

Equisetum Arvense Extract (Zinnkrautextrakt)

Funktion: haut- und haarkräftigend

Wirkung: lindert gereizte Haut (z. B. bei Ekzemen), fördert den Hautstoffwechsel, kräftigt das Bindegewebe

Ghassoul / Moroccan Lava Clay (Lavaerde, Heilerde)

Funktion: reinigend

Wirkung: beseitigt abgestorbene Hautzellen und weitere Unreinheiten

Helianthus Annuus Seed Oil (Sonnenblumenöl)

Funktion: geschmeidig machend, hautpflegend

Wirkung: lindert Hautbeschwerden

Hippophae Rhamnoides Oil (Sanddornfruchtfleischöl)

Funktion: hautpflegend

Wirkung: lindert gereizte, entzündliche Haut

Humulus Lupulus Cone Extract (Hopfenextrakt)

Funktion: haarkonditionierend

Wirkung: pflegt Haut und Haar, gegen Haarausfall

Indigofera Tinctoria Leaf Powder (Indigo)

Funktion: haarfärbend

Wirkung: färbt das Haar in dunkelblaue Töne und schützt es

Lawsonia Inermis (Henna)

Funktion: haarfärbend

Wirkung: haarpflegend, nährt kraftloses Haar

Mallotus Philippinensis Root Powder (Kamalabaumwurzelpulver)

Funktion: haarfärbend

Wirkung: färbt das Haar hell rot-orange

Nardostachys Jatamansi Oil (Nardenöl)

Funktion: hautpflegend

Wirkung: hautberuhigend, ausgleichend

Oenothera Biennis Oil (Nachtkerzenöl)

Funktion: geschmeidig machend

Wirkung: gut bei entzündeter Haut, trägt zur Heilung und Regeneration der Haut bei, sorgt für ein gesundes Gleichgewicht der Haut

Potassium Carbonate (Pottasche)

Funktion: ph-Wert stabilisierend, hautreinigend

Wirkung: erhöht Reinigungswirkung von Kosmetika

Rubia Cordifolia Root Powder (Indisches Krapppulver)

Funktion: haarfärbend / **Wirkung: färbt leuchtend rot**

Sesamum Indicum Seed Oil (Sesamöl)

Funktion: hautpflegend, haarkonditionierend

Wirkung: hautzellenvitalisierend, regenerierend, pflegt strapazierte Haut



**Simmondsia Chinensis Seed Oil
(Jojobaöl)**

Funktion: hautpflegend

Wirkung: zieht schnell in die Haut ein ohne zu fetten, macht sie weich und geschmeidig, sehr gut bei trockener Haut, gut verträglich bei empfindlicher Haut

**Triticum Vulgare Gluten
(Weizenprotein)**

Funktion: haarkonditionierend, hautpflegend

Wirkung: erleichtert die Kämmbarkeit der Haare, sorgt für Geschmeidigkeit

**Urtica Dioica Extract
(Brennnesselextrakt)**

Funktion: haut- und haarpflegend

Wirkung: haarwuchsfördernd, schuppenvorbeugend, lindert Hautbeschwerden, entzündungshemmend

**Vitis Vinifera Seed Oil
(Traubenkernöl)**

Funktion: haut- und haarpflegend

Wirkung: entzündungshemmend, reguliert unreine Haut, hautstraffend, hält die Haut elastisch und beugt Falten vor, verleiht dem Haar mehr Glanz und macht es weicher

**Zinc oxide (Zinkoxid,
nanopartikelfrei!)**

Funktion: entzündungshemmend, adstringierend, reizlindernd, antimikrobiell

Wirkung: reduziert Talg, beruhigt und schützt die Haut, dient als mineralischer Sonnenschutzfilter

**Das Beste aus
der NATUR für
Haut und Haar.**

.....

Konsequent. Natürlich. Ehrlich.

BEDENKLICHE INHALTSSTOFFE

Paraffine: Paraffin | Paraffinum Liquidum | Ceresin | Cera Microcristallina | Ozokerite | Oleum Vaseline Album | Diisopropyladipate

Funktion: Lösungsmittel, filmbildend, wasserabweisend

Wirkung: umweltschädlich, können Poren verschließen, Hautatmung unterbinden und sich in den Körper einlagern – speziell in Milz, Leber, Lymphknoten, Verdacht auf krebserregende Wirkung

Tenside, Schaumbildner: Sodium (=Natrium) Laureth Sulfate (SLES) | Sodium (=Natrium) Lauryl Sulfate (SLS=SDS) | Ammonium Lauryl Sulfate (ALS) | Ammonium Coco Sulfate | Triethanolamine (TEA)

Funktion: reinigend, schaumbildend

Wirkung: können hautreizend, allergieauslösend, zellschädigend wirken und die natürliche Hautbarriere schädigen, bioakkumulierend (Anreicherung in Muskeln, Leber, Gehirn), möglicherweise krebserregend durch Bildung von Dioxinen, Nitraten

Mikroplastik: Polyethylen (PE) | Polypropylen (PP) | Polyethylenterephthalat (PET) | Polyester (PES) | Polystyren (PS) | Polyamid – (Nylon – 12, 6, 66) (PA) | Polyurethan-Zahl (PU, PUR) | Ethylen-Vinylacetat-Copolymere (EVA) | Polyimid (I) (PI) | Copolymere von Acrylnitril mit Ethylacrylat o.a. Acrylaten (ANM)

Funktion: Füllmittel, Bindemittel

Wirkung: umweltschädlich – gelangt in die Gewässer, landet in Dünger und in Lebensmitteln, kann hormonähnlich wirken

Silikone: ► Endung „cone“ oder „xane“

• **wasserlöslich:** Hydroxypropyl | Polysiloxane | Lauryl Methicone Copolyol
• **bedingt wasserlöslich:** Amodimethicone | Behenoxy Dimethicone | Stearoxy Dimethicone
• **nicht wasserlöslich:** Cetearyl Methicone | Cetyl Dimethicone | Cyclomethicone | Cyclopentasiloxane | Dimethicone | Dimethiconol | Stearyl Dimethicone | Trimethylsilylamodimethicone

Funktion: filmbildend

Wirkung: legen einen Film auf Haut und Haar, nur schwer über die Umwelt abbaubar

Acrylate: ► Endung „Copolymer“ oder „xane“ oder Wort „Acrylates“
Acrylates Copolymer | Acrylates Crosspolymer (ACS) | Polyacrylate | Polyethylene Terephthalate (PET) | Polyquaternium-Zahl (PQ) | Polymethylmethacrylat (PMMA)

Funktion: abdichtend, haarkonditionierend, filmbildend

Wirkung: umweltschädlich, können Poren verschließen, Hautatmung und Entgiftung behindern, sich in den Körper einlagern sowie Haut und Haar austrocknen

Emulgatoren: ► Lanolin (Wollwachs)

Funktion: Hilfsstoff, der zwei nicht miteinander mischbare Flüssigkeiten vermengen lässt

Wirkung: können Poren verstopfen und allergieauslösend wirken

Emulgatoren: ► PEG-Zahl und Endung „eth-Zahl“

Polyethylenglykol (PEG) | Polypropylenglykol (PPG) | Cetareth-Zahl
oder Steareth-Zahl | Polyglycol | Polysorbate-Zahl | Copolyol

Funktion: Hilfsstoff, der zwei nicht miteinander mischbare Flüssigkeiten
vermengen lässt

Wirkung: können Hautdurchlässigkeit für Schadstoffe erhöhen,
Aknebildung begünstigen sowie erbgutschädigend, karzinogen wirken

Farbstoffe: P-Phenylendiamin (PPD) CI 76060 | P-Toluyldiamin (PTD) CI 76042 |
gelber Farbstoff Tartrazin (CI 19140) | Resorcinol (CI 76505) | Ethanolamine

Funktion: Haarfärbemittel, Oxidationshaarfärbemittel

Wirkung: sind starke Allergene, können erbgutverändernd, hormonaktiv
und karzinogen wirken

Bleichmittel: Arbutin | Sodium Perborate (Natriumperborat)

Funktion: Haarfärbemittel, Oxidationshaarfärbemittel

Wirkung: kann Allergien verursachen, erbgutverändernd, fruchtschädigend,
karzinogen wirken

Hydroquinone:

Funktion: Depigmentierungsmittel

Wirkung: vermutlich krebserregend, allergieauslösend, unterdrücken
die Produktion von Melanin (farbgebendes Pigment der Haut)

Antitranspirantien: „Aluminium“ im Namen

Aluminium Chlorohydrate | Aluminium Chloride | Aluminium Hydroxide |
Aluminium Hydroxychloride (ACH) | Potassium Alum/Kaliumaluminium-
sulfat („Alaun“) | Aluminium als Farbstoff (CI 77000) | Aluminium Sulfate |
Magnesium Aluminium Silicate | Aluminiumoxid | Aluminium Stearate |
Aluminium Fluoride

Funktion: geruchs- und schweißhemmend

Wirkung: können die Schweißdrüsen verschließen, Auslöser für Brustkrebs
und Alzheimer sein, sich im Körper einlagern, begünstigen Knochen-
erweichung, Gelenkentzündungen und Rheuma

UV-Filter: Benzophenone – Zahl | 4-Methylbenzylidene Camphor (4-MBC) |

Ethylhexyl-Methoxycinnamate | Butyl Methoxydibenzoylmethane |

Octocrylene | Titanium Dioxide (Nano) und Zinc Oxide (Nano)

Funktion: absorbieren, streuen oder reflektieren UV-Strahlung

Wirkung: können Hautrötungen, Bläschen, gestörtes Hormonsystem,
Einlagerung in die Muttermilch, Schilddrüsenstörungen hervorrufen,
können Wachstum von Krebszellen beschleunigen

Fluoride: ► Endung „fluorid“

z. B.: Calciumfluorid, Natriumfluorid (Sodium), Magnesiumfluorid

Funktion: keimtötend, zahnbelagshemmend

Wirkung: können zu Entzündungen, Unfruchtbarkeit, Krebs, Alzheimer,
Knoten in der Schilddrüse, neurologischen Schäden, grauem und grünem
Star, Nierensteinen, Herz- oder Hirninfarkten führen

Konservierungsstoffe: Formaldehydabspalter/Konservierungsmittel
2-Bromo-2-Nitropropane-1,3-Diol (Bronopol) | 5-Bromo-5-nitro-1,3-dioxane (Bronidox) | DMDM-Hydantoin | Imidazolidinyl Urea | Diazolidinyl-Urea | Potassium Sorbate | Hexamidine Diisethionate | Dihydroxyacetone (DHA)

Funktion: bakterienhemmend, konservierend

Wirkung: stehen im Verdacht, Krebs auszulösen, Erbgut zu schädigen, können Allergien, Gedächtnis- und Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Asthma auslösen

Triclosan:

Funktion: konservierend

Wirkung: kann weibliches, männliches Hormonsystem und Schilddrüsenhormone beeinflussen und zu Hautreizungen und Herzrhythmusstörungen führen

Ethylendiamintetraacetat (EDTA):

Funktion: stabilisierend

Wirkung: schwächt Zellmembran und ist biologisch schwer abbaubar

Parabene: ► Endung „paraben“

► 4 Arten: Methyl-, Ethyl-, Propyl-, Butylparaben

Funktion: konservierend

Wirkung: können hormonaktiv wirken, Einlagerung in die Muttermilch möglich, Weitergabe über die Plazenta an das Ungeborene

Glycerin (=Glycerol):

Funktion: konservierend, Feuchthaltemittel

Wirkung: kann in höheren Konzentrationen Feuchtigkeit entziehen

Phenol- und Phenylzusammensetzungen:

Nitrophenol | para-Phenylenediamine (PPD) | para-Toluenyldiamin (PTD)

Funktion: konservierend

Wirkung: können Zellwände der Haut durchdringen und Allergien auslösen

Weichmacher/Phthalate:

Triphenylphosphat (TPP oder TPHP) und Endung „phthalat“

Funktion: wirken als Lösungsmittel, machen Stoffe weicher, elastischer und geschmeidiger

Wirkung: umweltschädlich, können Hormone verändern, schädlich für Ungeborene und Säuglinge, mögliche Ursache für Brustkrebs/Hodenkrebs

Ammoniak:

Funktion: öffnet die äußerste Schicht des Haares, wodurch die Farbe tiefer in das Haar eindringen kann

Wirkung: kann zu trockenem, splissigem Haar führen, kann Schleimhäute ätzen, Hustenreiz auslösen, Augen reizen, in die Haut eindringen

Polyethylene, Isopropyl Maleate, MA Copolyol:

Funktion: viskositätsregelnd

Wirkung: biologisch nicht abbaubar

CULUMNATURA®
bietet biozertifizierte
Haut- und Haar-
pflegeprodukte,
sowie eine fundierte
Ausbildung zum
NATURfriseur an.

Erhältlich
bei deiner
NATURfriseurin.



konsequent



GEMEINWOHL
ÖKONOMIE 
Ein Wirtschaftsmodell
mit Zukunft

Bilanziertes
Unternehmen



www.culumnatura.com