

Info zu meiner Duftstoffunverträglichkeit (Multiple Chemical Sensitivity: MCS)

Wahrscheinlich kennen Sie jemanden in Ihrem Umfeld, der keine Kuhmilch oder Nüsse verträgt oder auf Tierhaare mit Krankheitssymptomen reagiert. ...

Bei mir sind es neben Druckerschwärze, alkoholischen Aerosolen (Desinfektionsmittel, Sprays etc.), Schimmel und Hausstaub vor allem künstliche Duftstoffe. Reaktionen auf Duftstoffe gehören inzwischen zu den fünf häufigsten Allergien; dabei reagieren ca. zwei Drittel der Betroffenen auf synthetische („künstliche“) Duftstoffe, ein Drittel auf natürliche.

Das eine Problem sind die immer feiner werdenden Duftstoffe, die immer tiefer in unsere Lungen geraten; das andere die mit modernen Kosmetika assoziierten Weichmacher, die für bessere Haftung sorgen – und teilweise sehr problematisch sind.

Deshalb raten inzwischen die Deutschen LungenfachärztInnen Schwangeren, den Weichmachern aus dem Weg zu gehen; die Babys haben sonst später ein um 80% erhöhtes Risiko für Asthma.

<http://www.lungenaerzte-im-netz.de/lin/linaktuell/show.php3id=2630&nodeid=18&nodeid=18&query=Schwangerschaft>

Typisch für eine Unverträglichkeit ist, dass auf kleinste Mengen reagiert wird („kann Spuren von Nüssen enthalten“ - das lesen Sie täglich).

In meinem Fall bedeutet dies, dass Sie evtl. nach jahrelangem Gebrauch Ihres Lieblingsduftes diesen gar nicht mehr wahrnehmen (und immer stärker dosieren), meine Atemwege aber leiden. Die modernen Parfums haben mehrere Hundert Chemikalien, die sich bei Wärme und Bewegung entfalten, die wir alle einatmen und die sich auf Lebensmittel setzen, die wir essen...

Auch ist vielen Gesunden nicht bewusst, dass nahezu die gesamte konventionelle Kosmetik parfümiert ist: Duschgel, Cremes, Deos, Shampoos, Haarspray. (Sie finden die Worte **Parfum** oder **Fragrance** auf der Deklarationsliste). Ebenso Waschmittel, Slipeinlagen; manchmal sogar Briefmarken oder Briefpapier....

Da aber immer mehr Menschen von dieser Überparfümierung unserer Umwelt betroffen sind, stellt die Industrie immer mehr Kosmetika ohne Duftstoffe her; nicht nur der hochpreisige Biosektor. Sie finden Pflegeprodukte und auch unparfümierte Waschmittel inzwischen z. B. bei Budni, DM und Rossmann.



Eine Auswahl duftstofffreier Kosmetika



Auswahl von Kosmetik mit pflanzlichen Duftstoffen



Beispiele unparfümierter Waschmittel



Beispiele unparfümierter Putzmittel

By the way: wussten Sie, dass ein Baby bei uns inzwischen ein Risiko von 20% hat, eine Allergie zu entwickeln, wenn seine Eltern beide keine allergische Erkrankung haben? Und dass dies statistische Risiko auf 80% ansteigt, wenn beide Elternteile die gleiche allergische Erkrankung haben?

Meine Bitte, damit ich Kurse nicht abrechnen muss: verzichten Sie an Tagen, an denen Sie meine Kurse aufsuchen, vollständig auf künstliche Duftstoffe in Ihrer Kosmetik! Bei den Waschmitteln haben wir herausgefunden, dass es nichts bringt, die Kursklamotten und ggf. die Kleidung des Babys mehrfach OHNE Waschmittel zu waschen. Die Chemikalien haften so intensiv. Wenn Sie meine Angebote besuchen möchten, müssen Sie auf ein duftstoffbefreites Waschmittel wechseln. Bitte trennen Sie diese Kleidung auch von anderen Kleidungsstücken, die noch beduftet sind.

<https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/markt/Duefte-im-Haushalt-oft-umstritten,markt9456.html>

DANKE !