

Dein INCI-Decoder

33 „Tarnnamen“ der häufigsten Reizstoffe bei empfindlicher Haut

Diese Inhaltsstoffe gehören zu den häufigsten Auslösern von Hautreizungen bei empfindlicher Haut.

Auf Verpackungen begegnen sie dir oft unter verschiedenen Bezeichnungen.

Dieser Spickzettel hilft dir, sie auf den INCI-Listen der Produkte schneller zu erkennen.



BESONDERS HÄUFIG

- Parfum / Fragrance
- Alcohol Denat. · SD Alcohol · Ethanol · Isopropyl Alcohol
- Sodium Lauryl Sulfate (SLS) · Sodium Laureth Sulfate (SLES) · Ammonium Lauryl Sulfate (ALS)
- Methylisothiazolinone (MI/MIT) · Methylchloroisothiazolinone (MCI/MCIT)



DUFTSTOFFALLERGENE

Linalool · Limonene (D-Limonene) · Citral (Geranial/Neral) · Citronellol · Geraniol · Coumarin (Cumarin) · Eugenol · Farnesol · Alpha-Isomethyl Ionone (Methyl Ionone)



ÄTHERISCHE ÖLE

Citrus Limon Peel Oil (Zitronenschalenöl) ·
Citrus Aurantium Bergamia Oil (Bergamotteöl) ·
Lavandula Angustifolia Oil (Lavendelöl) ·
Melaleuca Alternifolia Leaf Oil (Teebaumöl)



WEITERE KONSERVIERUNGSSTOFFE

DMDM Hydantoin · Imidazolidinyl Urea
(Germall 115, Imidurea) · Diazolidinyl Urea
(Germall II) · Phenoxyethanol (2-
Phenoxyethanol)



SÄUREN & CHEMISCHE PEELINGS

Glycolic Acid (Glykolsäure, AHA) · Salicylic
Acid (Salicylsäure, BHA) · Lactic Acid
(Milchsäure, hohe Konzentrationen)



CHEMISCHE UV-FILTER

Oxybenzone (Benzophenone-3, BP-3) ·
Octinoxate (Ethylhexyl Methoxycinnamate,
OMC)



SONSTIGE

Menthol (Mentha Piperita)

MERKE

Nicht jeder dieser Inhaltsstoffe ist grundsätzlich problematisch. Entscheidend sind deine Haut, die Konzentration und die gesamte Formulierung eines Produkts.

So nutzt du deinen INCI-Decoder

DIE 30-SEKUNDEN-REGEL

- 1** Suche zuerst nach Parfum oder Fragrance.
- 2** Scanne anschließend nach Alcohol Denat., SLS, MI und MCI.
- 3** Stehen mehrere dieser Stoffe weit oben in der INCI-Liste und deine Haut reagiert häufig empfindlich, lohnt sich ein genauerer Blick auf das Produkt.

SO LIEST DU EINE INCI-LISTE RICHTIG

Die INCI-Liste ist grundsätzlich nach Konzentration geordnet (mit wenigen gesetzlichen Ausnahmen). Je weiter oben ein Stoff steht, desto mehr ist davon enthalten.

Duftstoffallergene können auch am Ende der Liste stehen und empfindliche Haut trotzdem reizen.

BEISPIEL-INCI EINES KOSMETIKPRODUKTES

Aqua

Glycerin

Panthenol

Niacinamide

Alcohol Denat.

Parfum

Linalool

Citral

➡ Hier würde ich genauer hinschauen.

➡ Hier würde ich genauer hinschauen.

➡ Hier würde ich genauer hinschauen.

➡ Hier würde ich genauer hinschauen.

HI, ICH BIN ULRIKE

Als Inhaltsstoff-Nerd mit über 30 Jahren Erfahrung in Pharmazie und Kosmetikkonzern möchte ich dir helfen, empfindliche Haut besser zu verstehen – ohne unnötige Angst vor Inhaltsstoffen und ohne komplizierte Pflegeroutinen.

hautinbalance.com