

## Duftstoffe – Übersicht Produkte mit Ampelsystem

	grüne Ampel	gelbe Ampel	rote Ampel
<b>Waschmittel</b> enthalten unterschiedlich viel Duftstoffe. Sofern Dein Waschmittel nicht extra viele Duftstoffe enthält passt das in der Regel.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Denk mit Colorwaschmittel Ultra Sensitive oder Sensitiv (dm)</li> <li>• Denk mit Fein- und Wollwaschlotion Ultra Sensitive oder Sensitive (dm)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feinwaschmittel (Aldi)</li> <li>• Colorwaschmittel (Aldi)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perwoll</li> <li>• Persil</li> <li>• Ariel</li> </ul>
<b>Weichspüler und Trocknerdüfte</b> enthalten sehr viele Duftstoffe. Daher sind sie nicht geeignet in der Nähe von Duftstoff-Allergikern (außer Produkte ohne Duftstoffe).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weichspüler von dm mit daab-Siegel (ohne Duftstoffe)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alle Weichspüler und Trocknerdüfte mit Duftstoffen</li> </ul>
<b>Deo</b> hat in der Regel keine große Reichweite und ist eher unproblematisch (es sei denn bei engem Körperkontakt)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alle duftstofffreien Produkte (im Drogeriemarkt nachfragen)</li> <li>• Weleda</li> <li>• Alverde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dove</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
<b>Parfum, Aftershave, Eau de Toilette, Körperspray etc.</b> Diese Produkte enthalten extrem viele Duftstoffe mit vielen Metern Reichweite. Oft können sie die gesamte Atemluft in einem Raum beduften. Oft reicht es nicht, sie einmal wegzulassen (siehe letzte Spalte). Daher nicht geeignet in der Nähe von Duftstoff-Allergikern (auch nicht draußen).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Natürliche Öle wie z.B. Rosenöl, Lavendelöl</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diese Produkte haben alle einen sehr hohen Duftstoffgehalt. Kleidung muss teilweise 2 – 3 Mal unter Zugabe von Gallseife gewaschen werden, bis die ölbasierten Duftstoffe ausgewaschen sind.</li> </ul>
<b>Cremes und Kosmetikprodukte</b> enthalten Duftstoffe. Nicht alle Duftstoffe sind Allergie-auslösend. Siehe Produktliste.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weleda (dm)</li> <li>• Alverde (dm)</li> <li>• Dr. Hauschka</li> <li>• Alle duftstofffreien Produkte (im Drogeriemarkt nachfragen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stark duftende Cremes mit Duftstoffen</li> </ul>
<b>Haarwaschmittel</b> Aufgrund der großen Oberfläche von z.B. langen Haaren eine sehr relevante Duftstoff-Quelle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alle Produkte von Alverde (dm)</li> <li>• Alle duftstofffreien Produkte</li> <li>• Haarseife von Speick</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavera</li> </ul>

<b>Haarspülung</b> keine Erfahrungswerte bisher.	•	•	•
<b>Haarwachs</b> Enthält oft sehr viel Parfum	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Haarwiche von Kastenbein&amp;Bosch (Bioladen)</li> <li>• Derma man mud wax (www.neutrale-produkte.de)</li> </ul>	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die meisten Haarwaxse enthalten sehr viel Parfum</li> </ul>
<b>Haarspray</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taft Haarspray pure (ohne Duftstoffe) (dm)</li> </ul>	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taft „normales“ Haarspray</li> </ul>
<b>Duschbad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alverde (dm)</li> <li>• Alle duftstofffreien Produkte</li> <li>• Weleda</li> <li>• Kernseife</li> </ul>	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Axe</li> </ul>
<b>Bodylotion / Körperöl</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weleda</li> <li>• Alverde</li> <li>• Lavera Bodylotion</li> <li>• Natürliche Öle ohne zugesetzte Duftstoffe</li> </ul>	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperspray</li> </ul>
<b>Raumbeduftung</b>	•	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Duftkerzen, Duftstäbchen, Duftbäume, WC-Sticks, sogenannte Lufferfrischer</li> </ul>

Produkte mit der grünen Ampel sind bei leichten Duftstoff-Allergikern ok.  
 Produkte mit der gelben Ampel sind meistens tolerierbar.  
 Produkte mit der roten Ampel bitte nicht verwenden, auch nicht im Freien.  
 Das DAAB-Siegel (Deutscher Asthma- und Allergikerbund) ist immer ein guter Hinweis auf Produkten.



In unseren Drogeriemärkten ist es am Einfachsten, das Personal nach duftstofffreien Produkten zu fragen.

Duftstoffe im Kleingedruckten haben die Bezeichnungen wie „Parfum“ oder „fragrance“. Die meisten Produkte enthalten Duftstoffe.

Weiterführende Links:

[Immer mehr Menschen leiden an Duftstoff-Unverträglichkeit | Gesundheitsstadt Berlin \(gesundheitsstadt-berlin.de\)](#)

[www.neutrale-produkte.de](http://www.neutrale-produkte.de)

[Kosmetik- und Haushaltsprodukte und die enthaltene Duftstoffkonzentration](#)