



En lynguide i parabener

Det er måske ikke noget, du går rundt og tænker over til daglig, men hver gang, du stikker fingrene i en cremekrukke, udsætter du den for bakterier. Derfor er der konserveringsmidler i dine produkter, så du ikke risikerer allergi, hudsygdomme og dét, der er værre. I mange år var parabener det konserveringsmiddel, alle brugte, men i takt med at verden blev et grønnere sted at være, fandt man pludselig ud af, at de også havde en bagside.

Parabener mistænkes for at være hormonforstyrrende. Forsøg med unge rotter har afsløret, at de kan påvirke udviklingen af æggestokke, og de er endvidere mistænkt for at være medvirkende til at skabe misdannelser i kønsorganerne hos især drengefoster. Det er alvorlige sager, og derfor har EU's videnskabelige komité for kosmetik vurderet, at fire af de seks kendte parabener ikke har tilstrækkelig dokumentation for, at de er sikre at bruge. De kan dog fortsat lovligt stå på indholdsdeklarationen for kosmetikprodukter, og det er således helt og holdent op til dig som forbruger, om du vil have dem i dine produkter.

Det kræver selvfølgelig, at du kender de fire parabener, der er under mistanke, så dem får du navnene på her: **isopropylparaben**, **propylparaben**, **isobutylparaben** og **butylparaben**. De fleste skønhedsmærker har dog valgt at fjerne disse helt fra deres produkter.

Og så er der de to andre parabener. De hedder **methylparaben** og **ethylparaben**, og er derimod af EU vurderet som sikre at bruge. Men også disse parabener er kommet op i debatten. Blandt andet mistænkes methylparaben for at fremme aldringen af dine hudceller, og så er du jo sådan set lige vidt med antirynkecremen, som du har betalt i dyre domme for.

Parabener er således ikke ulovlige. De findes sågar i naturen i blandt andet blåbær og sveskeblommer. Det er heller ikke udelt positivt, når parabenerne tages af deklARATIONEN. De alternative konserveringsmidler, der bruges i dag, er ikke nær så stabile, og det giver nye udfordringer for os allesammen, fordi vi selvfølgelig skal opbevare skønhedsprodukter langt mere forsvarligt og forsigtigt end tidligere.

Derudover er der spørgsmålet om allergi, for parabener er stadig, alt andet lige, et af de mest testede, aktive og allergivenlige konserveringsmidler, der findes. En stor gruppe astma-allergikere ville slet ikke kunne bruge skønhedsprodukter, hvis parabener ikke fandtes. De kan typisk ikke tåle alternativerne.

Selv undgår jeg parabener i langt størstedelen af mine egne skønhedsprodukter. Det gælder især produkter til kroppen, som udgør den største overflade, og derfor er det sted, du skal starte, hvis du ikke har lyst til at skifte hele molevitten. Shampoo vasker du ud, mascara sidder yderst på dine vipper og neglelak har alt andet lige så meget andet i sig, at parabenerne i virkeligheden nok ikke er det, der vælter læsset.

Vil du vide mere om parabener, og i øvrigt få et overblik over økologi, certificeringer, grønne produkter og meget mere, så læs min skønhedsbestseller **Skønhed kommer indefra, men lidt læbestift skader jo ikke**, hvor du let får det store forkromede overblik. Den kan lånes på biblioteket, fås hos boghandleren eller i min popup-beautyshop på www.youheshe.com, hvor du finder den under "beauty".