



Ein Duft, der gute Laune macht? Das klingt vielversprechend, ob es funktioniert, sei mal dahingestellt. Denn was der eine als angenehmen Duft wahrnimmt, kann bei dem anderen unangenehm in die Nase steigen. Manchmal reagiert möglicherweise auch gerade auf den „Gute-Laune-Duft“ empfindlich oder sogar allergisch.

Duftstoffe mit Nebenwirkungen

Gar nicht duftete

■ Sie sind betörend, wecken Emotionen und Erinnerungen, verursachen Wohlgefühl oder wirken abstoßend und ekelhaft. Düfte begleiten unser gesamtes Leben. Jedes Lebewesen, jede Pflanze und ein großer Teil an Gegenständen und Stoffen strömt einen bestimmten Geruch aus. Diese Gerüche sind chemische Verbindungen, zusammengesetzt aus einigen Hundert oder Tausend Bestandteilen, die bei Raumtemperatur flüchtig sind. Das bedeutet, sie gelangen durch Verdunstung als Dämpfe in die Luft.

Auch wenn unser Geruchssinn im Vergleich zu den sensiblen Sinneszellen der Riechorgane vieler Tiere eher verkümmert ist, nehmen wir, ob wir wollen oder nicht, diese Gerüche aus unserer Umwelt wahr. Es ist nur allzu verständlich, dass wir, wenn immer möglich, uns mit den wohlriechenden Düften umgeben wollen und

versuchen, unangenehme Gerüche durch diese zu überdecken.

Die Verwendung von Parfümen ist so alt wie die Menschheit. Während unserer Vorfahren Parfüme aus natürlichen Duftstoffen wie zum Beispiel aus Harzen und Pflanzenessenzen gewannen, lassen sich heute viele Düfte künstlich herstellen. Insgesamt setzt die Industrie rund 2500 verschiedene duftende Substanzen ein. Diese finden sich in verschiedenen Dingen des täglichen Gebrauchs, z. B. in Kosmetikprodukten, Parfümen, Wasch- und Reinigungsmitteln, Raumluftverbessern oder Duftkerzen.

Wie Duftstoffe in den Körper gelangen

Die meisten Duftstoffe gelangen über die Atmung in unseren Organismus. Die Riechsinneszellen, die sich auf der Riechschleimhaut der

Nasenhöhle befinden, nehmen die Duftstoffe über ihre Rezeptoren auf und lösen dadurch einen Nervenreiz aus. Diese Nervenimpulse werden an das Riechhirn in der Hirnrinde weitergeleitet. Welche Folgen Duftstoffe – neben der Sinneswahrnehmung – auf den gesamten Organismus und speziell auf das Gehirn haben, ist noch weitgehend unbekannt. Hinzu kommt, dass man noch sehr wenig über die Wirkung von Substanzgemischen weiß.

Angenehm, belästigend oder unverträglich

Ob ein Duft als angenehm oder unangenehm empfunden wird, hängt von den individuellen Riechschwellen jedes Einzelnen ab. Besonders sensible Menschen nehmen Duftstoffe bereits in sehr geringen Konzentrationen wahr. Bei ihnen löst die Beduftung dann möglicherweise nicht

das gewünschte Wohlbefinden aus, sondern wird vielmehr als Belästigung wahrgenommen. Wer Düften anhaltend ausgesetzt ist, kann dies – ganz ähnlich wie Dauerbeschallung – als Stresssituation empfinden, die zu gesundheitlichen Beschwerden führt.

Aber nicht nur die Riechsinneszellen können auf bestimmte Düfte sensibel reagieren. Wir nehmen Duftstoffe nicht allein über die Atmung auf. Bei bestimmten Duftstoffen ist aufgrund ihrer chemischen Struktur auch eine Aufnahme über die Haut möglich. Hier weiß man, dass einige der Duftstoffe eine Kontaktallergie auslösen oder für Hautreizungen verantwortlich sein können. Dies betrifft insbesondere Menschen, die bereits an einer Allergie leiden oder zu empfindlicher Haut neigen.

Allergenes Potenzial

Eine Kontaktallergie macht sich meist durch eine juckende Hautreaktion in Form von Rötungen oder kleinen Bläschen bemerkbar. Zu den häufigsten Allergieauslösern unter den Duftstoffen zählen jene, in denen Eichenmoos und Iso-Eugenol vorkommen. Sie werden vielfach für Kosmetika, Cremes und Körperlotionen verwendet. Das wissenschaftliche Beratungskomitee der Europäischen Union hat 26 Duftstoffe als besonders häufig allergieauslösend eingestuft. Für die Verwendung von Riechstoffen gibt es jedoch keine einheitliche Verord-

nung oder Richtlinie, sondern produktbezogene Vorgaben, z. B. die EU-Kosmetikrichtlinien und die EU-Detergenzienverordnung für Wasch- und Reinigungsmittel. Nach der Kosmetikverordnung müssen alle Stoffe auf den Verpackungen der Produkte aufgelistet sein, wenn sie festgelegte Konzentrationen überschreiten. Die EU-Detergenzienverordnung schreibt vor, dass Duftstoffe mit erhöhtem allergenem Potenzial auf den Verpackungen genannt werden müssen, wenn ihr Gehalt im Endprodukt 0,01 Prozent überschreitet.

Duftendes meiden

In einigen Fällen können Allergiker Produkte mit bestimmten Duftstoffen meiden. Doch gänzlich wird man Duftstoffen kaum aus dem Weg gehen können. Der Trend, Innenräume gezielt zu beduften, Duftlampen, Räucherstäbchen oder Aromasprays einzusetzen, ist für Allergiker zumeist kein Problem, sofern die Duftstoffe sich nicht in sehr hohen Konzentrationen in der Atemluft anreichern. Es stellt sich jedoch die Frage, ob es sinnvoll ist, schlechte Luft mit künstlichen Düften zu überdecken. Besser wäre es, der Ursache für die schlechten Gerüche nachzugehen und deren Quelle zu beseitigen. Regelmäßiges Lüften sorgt am besten für frische Luft. Wer sich dennoch für eines der vielen Duftprodukte entscheidet, sollte sparsam und umsichtig damit umgehen. ■

Kinder- und Jugendärzte warnen vor ätherischen Ölen in Duftkerzen, -stäbchen und -lampen

Dr. Josef Kahl, Sprecher des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendärzte, erklärt: „Auch wenn viele der Duftkerzen, -stäbchen und -lampen natürliche ätherische Öle enthalten, sind sie für Kinder schädlich. Durch die Verbrennung werden unter anderem Feinstaub, Ruß und zum Teil sogar Formaldehyd frei und verteilen sich in der Luft. Sie können die Haut und Schleimhäute reizen und auch Allergien auslösen. Wo sich Kinder aufhalten, sollte man also auf die Aromatisierung von Räumen verzichten. Duftkerzen, -stäbchen und -lampen sowie die dazugehörigen Öle und Gels müssen außerdem unbedingt außerhalb der Reichweite von Säuglingen und Kleinkindern aufbewahrt werden.“

Riechstoffe sind u. a. zu finden in/im:

- Waschmitteln
- Weichspülern
- Geschirrspülmitteln
- Haushaltsreinigern
- Duftspülern
- Kosmetika wie Shampoos, Seifen, Parfümen
- Wellnessbereich (Sauna)
- Bedarfsgegenständen wie Duftkerzen, -lampen, -kugeln, Räucherstäbchen
- Luftverbesserern

Duftstoffe mit erhöhtem allergenem Potenzial

26 Duftstoffe sind von einer Expertenkommission als besonders häufig allergieauslösend eingestuft worden. Diese Stoffe müssen auf den Verpackungen von Kosmetikprodukten und Waschmitteln aufgelistet werden, wenn eine bestimmte Konzentration überschritten ist. Dazu gehören:

- Alpha-Isomethyl Ionone
- Amyl Cinnamal • Amylcinnamyl Alcohol • Anise Alcohol
- Benzyl Alcohol • Benzyl Benzoate • Benzyl Cinnamate
- Benzyl Salicylate • Butylphenyl Methylpropional • **Cinnamal** • Cinnamal Alcohol • Citral
- Citronellol • Coumarin
- **Eugenol** • Evernia Furfuracea Extract • **Evernia Prunastri Extract** • Farnesol • Geraniol
- **Hydroxycitronellal** • Hydroxyisohexyl 3-Cyclohexene Carboxaldehyd • **Isoeugenol**
- Linalool • Hexyl Cinnamal
- Limonene • Methyl 2-Octynoate

Die als stärkste Allergene geltenden Stoffe sind fett markiert.