

**Niebezpieczne kosmetyki : jak uniknąć nowotworów, bezpłodności, chorób tarczycy, przedwczesnego starzenia i innych dolegliwości / Marion Schimmelpfennig. – Wydanie I. – Białystok, 2019**

Spis treści

|                                                                                          |            |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>PRZEDMOWA DR. RUEDIGERA DAHLKE</b>                                                    | <b>13</b>  |
| <b>PODZIĘKOWANIE</b>                                                                     | <b>29</b>  |
| <b>DZIĘKI, DEO!</b>                                                                      | <b>31</b>  |
| <b>UWAGA: SUBSTANCJE TOKSYCZNE!</b>                                                      | <b>35</b>  |
| <b>Fluorek</b>                                                                           | <b>38</b>  |
| Zabójczy pierwiastek fluor i jego trujące rodzeństwo                                     | 40         |
| Cudowna przemiana: jak z niebezpiecznych odpadów zrodziła się profilaktyka zdrowotna     | 42         |
| Niepokój w branży                                                                        | 45         |
| Machina propagandowa w ruch                                                              | 53         |
| Fluorek i bomba atomowa - związek z siłą wybuchu                                         | 59         |
| Fala fluorku zalewa Europę                                                               | 74         |
| Fluorek nie jest żadnym istotnym składnikiem odżywczym!                                  | 89         |
| Jak nieskuteczny jest fluorek w walce z próchnicą oraz jak tworzy się statystyki         | 93         |
| Fluorek przyczyną chorób                                                                 | 103        |
| Obniżona wydajność mózgu                                                                 | 104        |
| Przedwczesne starzenie                                                                   | 112        |
| Rak                                                                                      | 115        |
| Choroby tarczycy                                                                         | 122        |
| Uszkodzenia nerek i wątroby                                                              | 125        |
| Problemy z płodnością                                                                    | 127        |
| Fluoroza zębów                                                                           | 132        |
| Fluoroza kości                                                                           | 136        |
| Fluorek w produktach do pielęgnacji ciała - tuszowanie połączone z niebezpieczną energią | 140        |
| <b>Aluminium</b>                                                                         | <b>145</b> |
| Co łączy aluminium i raka piersi?                                                        | 146        |
| Jakie związki aluminium są niebezpieczne?                                                | 149        |
| <b>Konserwanty i środki do dezynfekcji</b>                                               | <b>154</b> |
| Formaldehyd/uwalniacze formaldehydu                                                      | 155        |

|                                                           |            |
|-----------------------------------------------------------|------------|
| Związki halogenoorganiczne                                | 158        |
| Klimbazol                                                 | 159        |
| Triklosan                                                 | 159        |
| Butylokarbaminian jodopropynyli                           | 162        |
| Parabeny                                                  | 163        |
| EDTA                                                      | 172        |
| Przeciwutleniacze                                         | 174        |
| Galusan                                                   | 175        |
| BHT i BHA                                                 | 175        |
| Chlorek benzalkoniowy                                     | 176        |
| <b>Składniki „pielęgnacyjne”</b>                          | <b>176</b> |
| Parafina                                                  | 177        |
| Silikon                                                   | 180        |
| QACs i POLYQUADs                                          | 183        |
| Gliceryna (Glicerol)                                      | 183        |
| <b>Tenzydy</b>                                            | <b>186</b> |
| Tenzydy agresywne                                         | 187        |
| Tenzydy umiarkowanie podrażniające                        | 188        |
| Tenzydy łagodne                                           | 188        |
| Sodium Lauryl Sulfate                                     | 189        |
| <b>PEG, PPG i związki pokrewne</b>                        | <b>197</b> |
| Zakażenie podejrzanym o wywołanie raka 1,4-dioksanem      | 198        |
| Skóra bardziej przepuszczalna                             | 200        |
| Trądzik majorka                                           | 201        |
| Przemyt metali ciężkich                                   | 201        |
| A tlenek etylenu?                                         | 202        |
| Sodium Laureth Sulfate                                    | 202        |
| <b>Składniki „łagodzące podrażnienie”</b>                 | <b>203</b> |
| Polidokanol                                               | 207        |
| Substancje o działaniu miejscowo znieczulającym           | 210        |
| <b>Ochronne filtry przeciwsłoneczne</b>                   | <b>216</b> |
| Jak to jest z tym promieniowaniem UVA i UVB?              | 218        |
| Im wyższy wskaźnik ochrony przeciwsłonecznej, tym lepiej? | 219        |
| Ochrona przed czerniakiem                                 | 219        |
| Działanie hormonalne i inne wątpliwe                      | 220        |
| <b>DEA, TEA i MEA</b>                                     | <b>225</b> |
| Rakotwórcze nitrozoaminy                                  | 225        |
| Jeszcze więcej zagrożeń dla zdrowia                       | 232        |

|                                                 |            |
|-------------------------------------------------|------------|
| <b>Substancje zapachowe</b>                     | <b>233</b> |
| 26 znanych złoćczyńców                          | 233        |
| Syntetyczne wonne związki piżmowe               | 236        |
| Koktajle zapachowe o nieznanym skutkach         | 237        |
| Cykloheksanol                                   | 241        |
| <b>Ftalany</b>                                  | <b>246</b> |
| Ftalany a ciąża                                 | 248        |
| Podwyższone ryzyko cukrzycy                     | 250        |
| Astma                                           | 250        |
| <b>Barwniki, środki barwiące i wybielające</b>  | <b>251</b> |
| Barwniki                                        | 251        |
| Azozwiązki                                      | 252        |
| Związki halogenoorganiczne                      | 254        |
| Farby do tatuażu                                | 255        |
| Preparaty do koloryzacji włosów                 | 256        |
| Amoniak                                         | 257        |
| 6-Amino-m-krezol                                | 258        |
| Fenylendiamina                                  | 259        |
| Rezorcyna                                       | 260        |
| Toluen                                          | 260        |
| Fenacetyna                                      | 260        |
| Fenoloftaleina                                  | 261        |
| Kremy wybielające                               | 261        |
| Arbutyna                                        | 262        |
| <b>Substancje o działaniu anti-aging</b>        | <b>263</b> |
| Przeciwutleniacze                               | 264        |
| Resweratrol i sirtuina                          | 266        |
| Fitohormony                                     | 267        |
| AHA                                             | 268        |
| Kolagen i elastyna                              | 269        |
| Fuleren                                         | 269        |
| <b>Nanocząsteczki</b>                           | <b>270</b> |
| Nanokapsułki                                    | 271        |
| Nanopigmenty                                    | 272        |
| <b>Substancje o działaniu przeciwłupieżowym</b> | <b>275</b> |
| Klimbazol                                       | 276        |
| Ketokonazol                                     | 276        |
| Pirytionian cynku                               | 277        |
| Dwusiarczek selenu                              | 278        |
| Pirokton olaminy (Octopirox)                    | 279        |

|                                                                |            |
|----------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Środki porotwórcze</b>                                      | <b>280</b> |
| Wąchać do przyjazdu pogotowia                                  | 280        |
| <b>Witaminy</b>                                                | <b>284</b> |
| Witaminy syntetyczne                                           | 285        |
| <b>Boran sodu - szczególnie niebezpieczny!</b>                 | <b>289</b> |
| <b>PRODUCENCI I PRODUKTY POD LUPĄ</b>                          | <b>303</b> |
| <b>Jak jesteśmy konsekwentnie wyprowadzani w pole</b>          | <b>306</b> |
| „Drogie” składniki                                             | 306        |
| Ustawa o ochronie konsumentów = ustawa o ochronie producentów? | 308        |
| Probiotyczny czy proidiotyczny?                                | 309        |
| Obietnice bez pokrycia w zakresie bezpieczeństwa produktu      | 309        |
| Jak producenci robią nas w konia                               | 311        |
| Ile pielęgnacji jest faktycznie w pielęgnacji ciała?           | 315        |
| <b>Czym zatem jest zdrowa kosmetyka naturalna?</b>             | <b>318</b> |
| Co stosują odpowiedzialni producenci kosmetyków naturalnych    | 322        |
| Które produkty są godne polecenia?                             | 324        |
| Pielęgnacja zębów                                              | 326        |
| Pielęgnacja skóry i włosów                                     | 328        |
| Zgrzew tuby nie jest oznaką jakości produktu                   | 330        |
| <b>Dzisiaj szampon, jutro rak?</b>                             | <b>331</b> |
| Pobudka                                                        | 334        |
| <b>I CO TERAZ?</b>                                             | <b>337</b> |
| <b>POSŁOWIE JÜRGENA ROTH</b>                                   | <b>345</b> |
| <b>WYKAZ SKŁADNIKÓW</b>                                        | <b>349</b> |
| <b>PRZYDATNE LINKI</b>                                         | <b>396</b> |
| Podstawy prawne                                                | 396        |
| Wykaz składników                                               | 396        |
| Badania/ostrzeżenia przed niebezpiecznymi produktami           | 397        |
| Pozostałe linki                                                | 398        |
| <b>BIBLIOGRAFIA</b>                                            | <b>399</b> |