

# Voorwoord

In variërende mate wordt de burger in de Verenigde Staten en in andere landen blootgesteld aan kankerverwekkende en giftige stoffen die aanwezig zijn in lucht en water, en op onze werkplek. Voor de mate waarin wij hieraan blootstaan, zijn in alle gevallen ten minste enige wettelijke normen vastgesteld.

Niettemin wordt het Amerikaanse publiek als geheel blootgesteld aan kankerverwekkende en andere giftige bestanddelen van producten die gebruikt worden in het huishouden, van ons voedsel, van cosmetica en van verzorgingsproducten. Ondanks het feit dat hedendaagse consumenten weloverwogen willen kiezen wat ze kopen, tasten zij wat dit betreft in de meeste gevallen in het duister. Consumenten krijgen van de betreffende bedrijven zeer misleidende informatie, terwijl de FDA (de Food and Drug Administration), de instantie die verantwoordelijk is voor de regelgeving in deze, zich blijkbaar onbekommerd in zwijgen hult.

Wat dit betreft zijn het vooral cosmetische producten en producten voor persoonlijke verzorging waar het om draait. Zij vallen onder de Federal Food, Drug, and Cosmetic Act, een wet uit 1938 die stelt dat alle ingrediënten van deze producten op de verpakking vermeld moeten worden. Deze wet geeft de FDA ook de mogelijkheid om de consument te beschermen tegen schadelijke producten, onder andere door te verlangen dat etiketten duidelijke waarschuwingen dragen ter bescherming van onze gezondheid. Zeventig jaar nadat deze wet is aangenomen staat de FDA nog steeds op het onverantwoordelijke standpunt dat het bedrijfsleven verantwoordelijk is voor de veiligheid van zijn producten. Geen wonder dat tijdens hoorzittingen over een wetsvoorstel tot

hervorming van de FDA senator Edward Kennedy waarschuwde dat de cosmetische industrie een spelregel van de tabaksindustrie heeft overgenomen en het belang van winst maken gesteld heeft boven het belang van de volksgezondheid.

In toegankelijke taal en met een nauwkeurige wetenschappelijke onderbouwing gaat dr. Epstein uitgebreid in op het brede scala aan giftige bestanddelen in de cosmetica en verzorgingsproducten die tegenwoordig op de markt zijn, en belicht hij de gevolgen van het gebruik ervan. Deze bestanddelen vallen uiteen in vijf categorieën die in vijf tabellen worden opgesomd: zichtbare kankerverwekkende stoffen, verborgen kankerverwekkende stoffen (stoffen die andere bestanddelen verontreinigen of die een voorloper zijn van een kankerverwekkende stof), hormoonontregelaars (stoffen die met name voor vrouwen en ongeboren kinderen gevaarlijk zijn), opnameverbetersaars (hulpstoffen om de huid beter doordringbaar te maken) en allergenen. Daarnaast wordt in tabellen een grote hoeveelheid giftige ingrediënten van alledaagse producten opgesomd.

Gelukkig is *Giftige schoonheid* geen somber en fatalistisch boek geworden. Er worden ook veilige alternatieve producten genoemd, waaronder veel producten die gecertificeerd biologisch zijn. Bewuste en verantwoordelijke consumenten kunnen de vijf tabellen met giftige ingrediënten gemakkelijk downloaden van de Cancer Prevention Coalition Website, [www.preventcancer.com](http://www.preventcancer.com), of van [NaturalNews.com](http://NaturalNews.com). Deze tabellen kunnen gebruikt worden om de aankoop van producten die giftige bestanddelen bevatten te voorkomen.

Dr. Epstein wordt beschouwd als een internationaal expert op het gebied van vermijdbare oorzaken van kanker en andere levensbedreigende ziekten. Ik ken hem al meer dan twintig jaar en heb zijn heel belangrijke initiatieven ter bescherming van onze gezondheid en ons leven altijd gepromoot.

Het belang van de informatie in dit boek kan niet voldoende benadrukt worden. *Giftige schoonheid* is een must voor iedere bezorgde burger.

Quentin D. Young M.D.

Voorzitter van de Health and Medicine Policy Research Group in Chicago en voormalig president van de American Public Health Association

# Inleiding

## Waarom wij gevaar lopen

Als vrouw loop je 12½ procent kans om borstkanker te krijgen. Waarschijnlijk ken je iemand in je familie of in je kennissen- en vriendenkring die met deze ziekte geworsteld heeft en er dan misschien niet aan overleden is, maar er dan toch door is verminkt. De psychische belasting van borstkanker en chemotherapie kan al een verwoestende uitwerking hebben; alles wat de pijn, het lijden en bezorgdheid om het zelfbeeld kan verlichten, wordt in de meeste gevallen beschouwd als een godsgeschenk.

Als het om onze gezondheid gaat en de kennis die we nodig hebben om daar invloed op uit te oefenen, kunnen zelfs de beste bedoelingen helaas verkeerd uitpakken en gruwelijke gevolgen hebben. Het in 1989 gelanceerde programma Look Good ... Feel Better had het nobele streven vrouwen met borstkanker te leren hoe ze na hun behandeling hun uiterlijk konden herstellen en hun zelfbeeld konden verbeteren. Dit programma, dat door de Cosmetic, Toiletry, and Fragrance Association (de Amerikaanse organisatie die later de naam Personal Care Products Council kreeg) in samenwerking met de National Cosmetology Association is opgezet, geeft per jaar meer dan 1 miljoen cosmetische en verzorgingsproducten weg aan zo'n 30.000 borstkankerpatiënten. Om de legitieme uitstraling van het programma nog meer te benadrukken, wordt het uitgevoerd door de American Cancer Society (ACS, een non-profitorganisatie), die vrijwilligers opleidt, optreedt als wetenschappelijke autoriteit en het Look Good-programma met de bijbehorende producten promoot.

De producten die door de 22 deelnemende cosmetische bedrijven worden afgestaan, omvatten allerlei soorten oogschaduw, rouge, lip-

penstift, vochtinbrengende lotions en andere make-upartikelen, die de vrouwen beslist helpen een beter zelfbeeld te krijgen en hun sociale en professionele leven weer op te bouwen. Wat is er dan mis met dit menslievende programma, vraag je je misschien af, als het zelfs de goedkeuring heeft van de ACS?

Het verhaal krijgt nu een onverwachte wending. In 2005 heb ik, uit nieuwsgierigheid en vanwege al langer bestaande twijfels aan de ACS en de bedrijven die bij het programma betrokken zijn, de ingrediënten van de Look Good Kit onder de loep genomen en ontdekt dat tien van de twaalf erin voorkomende producten giftige stoffen bevatten. LightSource Transforming Moisture Lotion van Estée Lauder, Sheer Lipstick van Chanel en Eye Color van Merle Norman bevatten bijvoorbeeld ingrediënten die verdacht zijn vanwege hun carcinogene eigenschappen, die verontreinigd zijn met carcinogenen of waarvan is aangetoond dat ze voorlopers (zgn. precursors) van carcinogenen zijn.

Een carcinogeen is, voor wie het woord gelezen of gehoord heeft, maar niet zeker weet wat de betekenis ervan is, een chemische stof waarvan door erkende wetenschappelijke autoriteiten, zoals het National Toxicology Program of het International Agency for Research on Cancer, is aangetoond dat hij kanker veroorzaakt bij muizen of ratten, of rechtstreeks bij de mens.

De Look Good-producten bevatten tevens ingrediënten die de normale hormoonhuishouding van het lichaam ontregelen, met name parabenen, die als conserveermiddel worden toegepast en waarvan er één als mogelijke veroorzaker van borstkanker verdacht is. Al jarenlang waarschuwt de ACS borstkankerpatiënten die met chemokuren worden behandeld om geen hormooncrèmes te gebruiken, omdat de verstoring van de hormoonhuishouding hun genezing kan bemoeilijken of zelfs tot terugkeer van de kanker kan leiden. We hebben het hier dus over een programma dat op wetenschappelijke gronden door de ACS wordt gepromoot en dat onder borstkankerpatiënten cosmetische producten verspreidt die ingrediënten bevatten die de hormoonhuishouding verstoren.

Welk excuus of welke verklaring is er te bedenken voor het Look Good-programma? Het antwoord op deze vraag heeft alles te maken met de reden waarom wij de strijd tegen kanker, die door president Nixon in 1971 is afgekondigd, verloren hebben. Het belastinggeld dat door het

National Cancer Institute aan deze strijd wordt uitgegeven, is voor het overgrote deel gebruikt voor onderzoek en behandeling, en nauwelijks voor preventie en informatie aan het publiek over oorzaken van kanker die vermeden kunnen worden. Deze misplaatste prioriteit heeft bij kankerinstellingen en bij het grote publiek geleid tot het gevoel dat er met programma's als 'Look Good ... Feel Better' iets fundamenteel mis is.

Om dit gevoel te begrijpen, hoef je maar te kijken naar de conflicterende belangen als gevolg van de voornaamste bronnen van inkomsten die de ACS buiten donaties heeft. De fabrikanten van cosmetica en verzorgingsproducten die hun waren gratis ter beschikking stellen van het Look Good-programma zijn tevens belangrijke donateurs van de ACS en dragen elk minimaal honderdduizend dollar bij. Onder deze grote geldschieters bevinden zich ook petrochemische bedrijven, energiecentrales en verwerkingsbedrijven van gevaarlijk chemisch afval, dat in het milieu als een van de belangrijkste oorzaken van borstkanker en andere vormen van kanker wordt beschouwd.

### Koper wees op je hoede

Veel bewoners van Oostenrijk, Duitsland en het Duitstalige deel van Zwitserland kunnen het etiket van een product lezen en zeggen: 'Dit product zal ik nooit kopen, omdat er die en die giftige stoffen in zitten.' Ze maken zelf een inschatting van de kwaliteit van de producten die ze kopen en zijn zich ervan bewust wat veilig is en wat niet. Consumenten in de Verenigde Staten daarentegen worden niet geïnformeerd. Zelfs de meerderheid van de Amerikaanse toxicologen is heel slecht op de hoogte van de giftige ingrediënten in alledaagse consumentenproducten. Het gebrek aan kennis onder Noord-Amerikanen is een van de redenen waarom ik de behoefte heb gevoeld om dit boek te schrijven.

Consumenten in de Verenigde Staten nemen aan dat als cosmetische of verzorgingsproducten gevaarlijk zijn voor de gezondheid, de Food and Drug Administration (FDA) het publiek daarvan op de hoogte brengt. Dit vertrouwen is jammer genoeg volkomen misplaatst. Een tragisch voorbeeld is de dood van een zeventienjarige crosscountryloopster van de Notre Dame Academy op Staten Island. De doodsoorzaak was de absorptie van een hoge dosering ingrediënten uit de sportcrème die ze gebruikte. De moeder van deze sterloopster kon niet geloven dat de

crème haar dochter fataal was geworden en vertelde aan verslaggevers: 'Ik had nooit gedacht dat een zonder recept verkrijgbaar middel onveilig kon zijn.'

Ook al schrijft de Federal Food, Drug, and Cosmetic Act uit 1938 voor dat 'het etiket van een cosmeticaproduct een waarschuwing dient te bevatten [...] om gevaar voor de gezondheid als gevolg van gebruik van het product te voorkomen', gaat de FDA nog steeds af op de verzekering die fabrikanten geven ten aanzien van de veiligheid van hun producten. Het zal de meeste mensen verbazen dat deze wet uit 1938 van cosmetische of verzorgingsproducten en hun bestanddelen niet eist dat moet worden aangetoond dat ze veilig zijn voordat ze op de markt worden gebracht. Het toezicht van de FDA krijgt pas vorm nadat consumenten tot proefkonijnen zijn gemaakt, wat dikwijls betekent dat verschillende van hen gezondheidsklachten ontwikkelen.

Zo goed als iedereen neemt als vanzelfsprekend aan dat de verzorgingsproducten die wij iedere dag gebruiken onschadelijk zijn en getest op veiligheid. Wij vinden ook dat we recht hebben op zaken als deodorant, shampoo, zeep, parfum, lippenstift en tientallen andere, en daar zonder angst voor schadelijke gevolgen gebruik van moeten kunnen maken. *Giftige schoonheid* brengt een onthutsende waarheid aan het licht: zonder het te weten betalen we een hoge prijs, want het gebruik van deze producten gaat ten koste van onze gezondheid en kan ons zelfs ons leven kosten.

Bijna een op de twee mannen en meer dan een op de drie vrouwen krijgt in zijn of haar leven met kanker te maken. Voor deze situatie zijn de bedrijven die cosmetica en verzorgingsproducten maken voor een belangrijk deel verantwoordelijk. Iedere dag krijgt een baby of een kind ten minste drie huidverzorgingsproducten opgesmeerd. Mannen gebruiken gemiddeld 10 producten en vrouwen minimaal 6 cosmetische en 13 verzorgingsproducten. Sommige van deze producten worden verschillende malen per dag gebruikt, bijvoorbeeld geparfumeerde zeep. Wanneer je alle afzonderlijke bestanddelen van deze producten optelt, blijkt dat je jezelf iedere dag blootstelt aan tientallen giftige stoffen.

In Noord-Amerika worden meer dan 10.500 verzorgings- en cosmetische producten verkocht. Slechts weinige daarvan zijn beoordeeld op gezondheidsrisico's. De algemene houding van het bedrijfsleven en de FDA is dat deze producten en de erin gebruikte ingrediënten onschuldig

zijn totdat het tegendeel blijkt. Hoe wordt nu vastgesteld of een product schadelijk is? Het antwoord is: wanneer er voldoende mensen ziek van worden of eraan overlijden. Maar zelfs deze wrede maatstaf toont ons nog niet de volle omvang van de gevaren voor onze gezondheid, want de schade die deze chemische producten aanrichten is dikwijls pas na verloop van tijd merkbaar en houdt verband met blootstelling aan meer giftige ingrediënten tegelijkertijd. Er is geen bruikbare wetenschappelijke manier om de schadelijke uitwerking van giftige ingrediënten te onderscheiden van blootstelling aan andere giftige industriële chemische stoffen. Bedrijven die cosmetica en verzorgingsproducten maken gebruiken deze onzekerheid om een rookgordijn te leggen dat ze de mogelijkheid geeft om te beweren dat de hoeveelheid giftige stoffen in hun producten te klein en te onbeduidend is om de gezondheid schade toe te brengen.

Ter illustratie van de omvang van de zaak waarmee we hier te maken hebben: alleen al de geurindustrie in de Verenigde Staten gebruikt ruim 3000 doorgaans synthetische chemische stoffen. Van ten minste 900 daarvan is door het National Institute of Occupational Safety and Health vastgesteld dat ze enigermate giftig zijn. Dit is de belangrijkste reden dat dit boek licht wil werpen op de etikettering van producten die mogelijk schadelijke ingrediënten verhult. Door zich te verschuilen achter het recht op bescherming van bedrijfsgeheimen, laten fabrikanten ons in het ongewisse als het gaat om de werkelijke samenstelling van hun producten. Zodoende kunnen ze daar de hand mee lichten of de veiligheid voor onze gezondheid zelfs totaal negeren, teneinde hun winsten te maximaliseren.

Sommige giftige ingrediënten blijven achter in ons lichaamsvet en in onze organen. De afgelopen tien jaar is door de U.S. Centers for Disease Control and Prevention van meer dan tienduizend Amerikaanse burgers het bloed getest, in een poging vast te stellen hoe groot de lichamelijke belasting is van synthetische chemische stoffen die wij allemaal in ons dagelijkse leven opnemen. Volgens conservatieve schattingen dragen wij op elk moment sporen van honderden van deze chemische stoffen in ons lichaam. Veel van deze stoffen zijn afkomstig van contact met giftige ingrediënten in cosmetica en verzorgingsproducten.

Een andere groep giftige ingrediënten die we in cosmetica en verzorgingsproducten tegenkomen kan reacties van de huid teweegbrengen,

die soms heel heftig kunnen zijn. Deze ingrediënten hebben zich inmiddels zeer sterk verspreid, waardoor de gevoeligheid ervoor bij iedereen kan optreden. In de bijna dertig landen van de Europese Gemeenschap zijn waarschuwingen verplicht op etiketten van parfums en geuren waarin één of meer van de 26 bekendste allergenen voorkomen. Een dergelijke verplichting ontbreekt in de Verenigde Staten. Zelfs wanneer een Amerikaans bedrijf zijn producten aanprijst als zijnde 'geurvrij' of 'hypoallergeen', is dat nog niet zeker; deze termen zijn dikwijls misleidend of inhoudsloos, omdat de fabrikanten niet verplicht zijn om deze beweringen met tests aan te tonen.

Cosmetica en producten voor persoonlijke verzorging vertegenwoordigen vandaag de dag de belangrijkste en tegelijk nauwelijks erkende groep producten die een onvermijdelijke blootstelling aan giftige stoffen en gezondheidsrisico's met zich meebrengt. Deze producten leveren zo'n groot potentieel gevaar op om de volgende redenen.

**Onze huid is in hoge mate doordringbaar.** Onze huid is een poreus membraan met een dikte van slechts 2,5 mm, dat zeer gevoelig is voor giftige stoffen. Wat we op onze huid smeren heeft eenzelfde, zo niet een grotere uitwerking op onze gezondheid dan wat we in onze mond stoppen.

**'Opnameverbetersaars' maken de huid nog gemakkelijker doordringbaar.** Er is een hele reeks chemische stoffen die in cosmetica en persoonlijke verzorgingsproducten wordt gebruikt en die wordt aangeduid met 'opnameverbetersaars'. Dit zijn stoffen die ervoor zorgen dat andere ingrediënten de huid gemakkelijker en dieper binnendringen. Tegenwoordig is er een nieuwe groep opnameverbetersaars bijgekomen: uiterst kleine stoffen van atoomomvang, nanodeeltjes genoemd. Deze nanodeeltjes worden nu in toenemende mate aan producten toegevoegd, met name aan zonnebrandcrèmes. Deze stoffen zorgen ervoor dat antirimpelcrèmes, vochtinbrengende crèmes en andere producten tot diep in de huid doordringen. Zo kunnen ze de bloedbaan bereiken en langs die weg het gehele lichaam, met een onvoorspelbare, schadelijke uitwerking.

**Giftige stoffen die op de huid worden aangebracht omzeilen de leverenzymen.** In verschillende mate worden alle kankerverwekkende en andere giftige ingrediënten in cosmetica en verzorgingsproducten via de huid rechtstreeks in het bloed opgenomen. Op die manier circu-



leren ze door het hele lichaam. Deze ingrediënten omzeilen daarmee de ontgiftende enzymen in de lever, die ons beschermen tegen giftige stoffen in ons voedsel. Dit betekent dat schadelijke chemische stoffen die wij op onze huid aanbrengen veel gevaarlijker zijn en een groter risico op kanker en andere ziekten met zich meebrengen dan giftige stoffen die we met ons voedsel binnenkrijgen. Om Horst Rechelbacher, voormalig president van Aveda en nu CEO van Intelligent Nutrients aan te halen: ‘Smeer niets op je huid dat je niet in je mond zou stoppen.’

**Toxische ingrediënten hebben een cumulatief effect.** Gebruik van verschillende cosmetica en persoonlijke verzorgingsproducten tegelijkertijd die carcinogene of toxische stoffen bevatten kan onvoorspelbare en extra risico's met zich meebrengen. Sommige ingrediënten werken op de huid of in je lichaam op elkaar in en de toxische werkingen versterken elkaar. De zo ontstane wisselwerking veroorzaakt vaak een veel grotere schade dan de toxische stoffen afzonderlijk.

**De blootstelling aan giftige stoffen wordt verlengd.** Wanneer je deodorant onder je oksels spuit of rolt, als je parfum op je huid verstuift of smeert, of als je een ander verzorgings- of schoonheidsproduct gebruikt, dan blijven de ingrediënten ervan langdurig op je huid aanwezig, met een langere periode van mogelijke absorptie als gevolg. Bovendien kun je al heel vroeg aan deze stoffen zijn blootgesteld, zelfs al in de baarmoeder, toen je moeder deze producten gebruikte en sommige ervan via de placenta aan jou doorgaf.

Sommige elementen van mijn boodschap over de uitwerking van industrieel vervaardigde stoffen op onze gezondheid zijn doorgedrongen tot de populaire dagbladen. Kankeronderzoekster Devra Davis schreef in het februarinummer van *Newsweek* de volgende waarschuwing. ‘Wij beginnen te beseffen dat al die keren dat we onszelf blootstellen aan kleine hoeveelheden kankerverwekkende stoffen in het milieu, samen even gevaarlijk kunnen zijn als één grote dosis van een bekende kankerverwekkende stof. Het risico dat wij lopen om kanker te krijgen wordt bepaald door de volledige reeks kankerverwekkende stoffen waaraan wij iedere dag worden blootgesteld als gevolg van de vervuiling van lucht, water en voedsel, de kankerverwekkende ingrediënten of verontreinigingen in schoonmaakmiddelen, kleding en meubels, en de tientallen verzorgingsproducten die velen van ons iedere dag gebruiken.’

Dit boek zal je duidelijk maken op welke manieren je jezelf iedere dag

niet alleen thuis, maar ook als je naar de schoonheidssalon of de nagelstudio gaat, onnodig blootstelt aan de giftige ingrediënten van cosmetica en verzorgingsproducten. Je maakt ook kennis met veilige, vooral biologische alternatieven voor de meeste giftige ingrediënten. Daarnaast leer je wat je kunt doen om jezelf, je gezin en je vrienden te beschermen.

Dit boek wil verschillende mythen aan de kaak stellen die fabrikanten voor hun eigen voordeel gecreëerd hebben. De meest opvallende ervan zijn die over antiverouderingsproducten. De afgelopen tien jaar heeft de obsessie om er jong uit te willen zien de industrie ertoe aangezet nieuwe lijnen van cosmetische producten op te zetten die bekendstaan als 'cosmeceuticals' (een samentrekking van *cosmetics* en *pharmaceuticals*). Cosmeceuticals vallen in het schemergebied tussen medicijnen en verzorgingsproducten, en vormen een snel groeiende tak van de cosmetische industrie, en tegelijk een van de minst kritisch onderzochte. In dit boek maak je kennis met de onthutsende waarheid over deze producten: de meeste ervan hebben een zeer dubieuze werking, als ze al enig effect hebben, en ze kunnen bovendien giftig zijn.

Een andere mythe houdt verband met pogingen van de chemische industrie en de fabrikanten van cosmetica en verzorgingsproducten om ons ervan te verzekeren dat, zolang de hoeveelheid kankerverwekkende ingrediënten of verontreinigingen onder een willekeurig vastgestelde 'drempel' of veilige limiet blijft, ze geen schadelijke gevolgen hebben. De schade zit in de hoeveelheid, zeggen ze, en ze beweren (ten onrechte) dat de doses waaraan wij worden blootgesteld te laag zijn om schadelijk te kunnen zijn. Dit is een misleidende verkooptactiek en mist iedere wetenschappelijke onderbouwing. Er is grote wetenschappelijke overeenstemming over het inzicht dat er geen grond is voor het vaststellen van veilige grenzen of drempels als het gaat om kankerverwekkende stoffen. Zelfzuchtige pogingen die het tegendeel beweren of willen aantonen, komen neer op een roekeloos misbruik van het vertrouwen van de consument, met gevolgen voor de gezondheid die nog generaties lang merkbaar zullen zijn.

## Wij worden slecht geïnformeerd

De cosmeticabranche is en blijft een gigantische en winstgevende tak van industrie, met alleen al in de Verenigde Staten een jaaromzet van 50 miljard dollar, waarvan 2 miljard wordt uitgegeven aan reclame. Hoe-

wel er honderden bedrijven deelnemen aan deze groeimarkt, worden de meeste productsoorten beheerst door slechts een handjevol mammoetbedrijven, waaronder Estée Lauder, Max Factor, Procter & Gamble, Revlon en L'Oréal en hun dochterondernemingen. Meer dan tien jaar geleden, tijdens hoorzittingen van de Amerikaanse Senaat, waarschuwde senator Edward Kennedy van Massachusetts het publiek: 'De cosmetische industrie heeft haar speltactiek afgekeken van de tabaksindustrie en het belang van winst maken boven het belang van de volksgezondheid gesteld.' De informatie in dit boek zal aantonen dat sindsdien is gebleken dat dit beslist geen loze aantijging is.

Wanneer we proberen bewust te kiezen welke producten we kopen, merken we dat ons gezond verstand het vreselijk moeilijk krijgt. Als we onszelf willen informeren, krijgen we niet alleen te maken met bedrijfsgeheimen, maar ook met verwarring omtrent de benamingen van ingrediënten. Ondanks het feit dat in de Verenigde Staten en in elk ander land verplicht is gesteld dat op de etiketten van cosmetica en verzorgingsproducten vermeld moet worden welke ingrediënten erin zijn verwerkt, is deze informatie in de meeste gevallen op z'n best gebrekkig. Op etiketten wordt een abracadabra van chemische termen vermeld, dat de meesten van ons slechts met behulp van een toxicologisch woordenboek kunnen begrijpen. Zonder aanwijzingen welke ingrediënten veilig en welke schadelijk zijn, heeft zelfs zo'n woordenboek geen nut en tast de consument in het duister. Dit boek is bedoeld als hulp bij het ophelderen van ingewikkelde benamingen van ingrediënten en de dikwijls misleidende etiketten waarop ze voorkomen. De consument heeft recht om te weten en te begrijpen welke kankerverwekkende, giftige en verontreinigde ingrediënten er zitten in de cosmetica en verzorgingsproducten die hij koopt.

Cosmetica en verzorgingsproducten worden door de FDA vrijgelaten. Er worden geen eisen gesteld aan veiligheidstests van ingrediënten en er is geen verplichting om op etiketten te waarschuwen voor ingrediënten waarvan bekend is dat ze een risico op kanker, hormonale verstoringen, allergische reacties of andere vergiftigingsverschijnselen hebben. En of dat nog niet erg genoeg is, de FDA heeft al tientallen jaren geen enkele actie ondernomen om het gebruik aan banden te leggen van producten die bekende giftige stoffen bevatten, bijvoorbeeld door ze in beslag te nemen, uit de handel nemen of een waarschuwing op het

etiket verplicht te stellen. De cosmetische industrie doet haar voordeel met deze gebrekkige regelgeving door de FDA en brengt producten met giftige ingrediënten op de markt waarop de argeloze consument niet is bedacht, en beweert dat als deze producten onveilig waren, de FDA dat zou melden.

Met het oog op deze grote gevaren en de bijna totale afwezigheid van informatie erover, heeft *The Safe Shopper's Bible*, die ik mede heb samengesteld, in 1995 zo'n 4000 producten op de Amerikaanse markt beoordeeld, waaronder cosmetica, verzorgingsproducten, huishoudelijke producten en voedsel. Het boek gaf uitgebreide, voor de lezer toegankelijke overzichten van ingrediënten die het gevaar met zich meebrengen van kanker, allergie en vergiftigingsverschijnselen. Daarnaast werd informatie gegeven over veilige alternatieven, die doorgaans door kleinere bedrijven worden verkocht. Het boek was bedoeld om consumenten aan te moedigen met het geld dat ze uitgeven hun invloed te laten gelden en, gezien het ontbreken van de noodzakelijke regelgeving, de markt in de richting van veilige, alternatieve bedrijven en producten te duwen. Ondanks de dreiging met juridische stappen door hierdoor in een kwaad daglicht gestelde bedrijven, is het boek uitgebracht en een bestseller geworden. Het gevolg was dat ik door het publiek, de media en ook enkele bedrijven waarvan de producten niet goed beoordeeld werden en die gezocht hebben naar veilige alternatieven, overspoeld werd (en nog steeds wordt) met verzoeken om meer informatie. *Giftige schoonheid* is een vervolg op en een uitbreiding van *The Safe Shopper's Bible*, en biedt de consument de meest recente en uitgebreide informatie die beschikbaar is op het terrein van niet-erkende risico's voor de gezondheid als gevolg van blootstelling aan giftige ingrediënten in cosmetica en verzorgingsproducten.

## Er zijn veilige alternatieven

Gelukkig voor ons en voor komende generaties is zich een stille verandering bezig te voltrekken in ons denken en in onze benadering van giftige stoffen. Deze verandering van houding belooft de rol die wij als consumenten spelen te vergroten en ons de macht te geven om zowel de markt als de regelgeving te beïnvloeden ten aanzien van wat voor ons veilig is om te gebruiken.

Deze ontwikkeling in de richting van een vrijwillige en door de vraag bepaalde consument- en milieuvriendelijke productie kan allerlei vormen krijgen en is al gebleken superieur te zijn aan ideologische of juridische inspanningen om het gebruik van giftige stoffen te beperken. Consumenten verenigen zich om bedrijven die roekeloos met chemische stoffen omgaan af te straffen door hun producten te boycotten. Tegelijkertijd belonen zij het groeiende aantal bewust producerende bedrijven die producten op de markt brengen die gebaseerd zijn op reeds beschikbare veilige synthetische of biologische ingrediënten. Tussen 2002 en 2004 is het aantal nieuwe biologische cosmeticaproducten meer dan verdubbeld, van 350 naar 840. Daarnaast zijn enkele supermarkt- en winkelketens begonnen hun eigen biologische producten te verkopen, tegen lagere kosten en met de bedoeling de minder draagkrachtige consument te verleiden gezonde producten te kopen. Dit boek toont aan dat biologische producten niet alleen veiliger zijn, maar ook even goed zijn als producten die giftige ingrediënten bevatten.

Gezien het feit dat wij iedere dag blootgesteld worden aan honderden chemisch vervuilende stoffen in de lucht, het water en het voedsel dat we binnenkrijgen, vraag je je misschien af waarom we ons richten op cosmetica en verzorgingsproducten. Het antwoord luidt dat, in tegenstelling tot giftige stoffen in lucht en water, waarover we weinig of geen controle hebben, we een aanzienlijke controle hebben over wat we op onze huid aanbrengen, want daarin hebben we een eigen keus. De giftige stoffen in cosmetica en verzorgingsproducten vormen niet alleen de categorie bedreigingen voor onze gezondheid die het gemakkelijkst te vermijden is, het is ook de categorie met het ruimste assortiment aan alternatieve, veilige producten.

Vermijden van risico's en kiezen voor veilige alternatieven voor giftige chemische stoffen zijn de twee met elkaar verbonden thema's van dit boek. Omdat we te maken hebben met een roekeloze onverschilligheid van de FDA en andere overheidsinstanties, is het aan eenieder van ons om bij de bescherming van onze gezondheid het voortouw te nemen. In die geest is het onze bedoeling en onze hoop dat dit boek een waardevol handboek mag zijn bij het beschermen van onszelf en ons gezin.