

# Meine Haut spielt verrückt

Was tun bei Kontaktallergien?



# Impressum

## **Eigentümer, Herausgeber und Verleger**

Bundesministerium für Gesundheit  
Radetzkystraße 2, 1030 Wien

## **Für den Inhalt verantwortlich**

Dr. Aleksander Zilberszac  
Dr. Karin Gromann

## **Unter Mitarbeit von**

Kosmetik transparent

## **Druck**

Druckerei des BMG, 1030 Wien

## **Grafik**

REH Design, [www.reh-design.at](http://www.reh-design.at)

## **Bestellungen**

Telefon: +43 (810) 81 81 64  
Download unter [www.bmg.gv.at/publikationen](http://www.bmg.gv.at/publikationen)

## **Fotos**

Getty Images / Kosmetik transparent

## **Kontakt**

E-Mail: [kosmetik-gesundheit@bmg.gv.at](mailto:kosmetik-gesundheit@bmg.gv.at)  
Web: <https://www.verbrauchergesundheit.gv.at>

Aktualisierte Fassung, Oktober 2014

Das Bundesministerium für Gesundheit und Kosmetik transparent bekennen sich zur gesellschaftlichen Gleichstellung von Mann und Frau.

# Vorwort

Das Angebot der am Markt erhältlichen kosmetischen Mittel wird immer vielfältiger und die darin enthaltenen Inhaltsstoffe immer zahlreicher. Die Sicherheit von kosmetischen Produkten wird durch die europäische Kosmetikverordnung geregelt. Diese verlangt, dass für Verbraucherinnen und Verbraucher nur sichere Produkte am Markt erhältlich sind.

Dennoch kann es vorkommen, dass kosmetische Mittel trotz normaler oder vernünftigerweise vorhersehbarer Anwendung, Auslöser von unerwünschten Wirkungen sind.



Meistens handelt es sich hierbei um Unverträglichkeitsreaktionen von leichter und vorübergehender Natur. Es können aber auch schwere unerwünschte Wirkungen, vorwiegend in Form von allergischen Reaktionen, vorkommen, die einer ärztlichen Behandlung bedürfen.

Diese Broschüre informiert zunächst darüber, wie allergische Reaktionen zustande kommen und bietet Ihnen Verhaltensempfehlungen, um unerwünschten Wirkungen kosmetischer Mittel vorzubeugen. Darüber hinaus finden Sie Kontaktadressen für den Fall, dass die Haut „verrückt spielt“.

Ich bedanke mich sehr herzlich bei allen, die am Gelingen dieser Broschüre mitgewirkt haben.



Dr.in Sabine Oberhauser  
Bundesministerin für Gesundheit

## Wie entsteht eine Allergie?

Bei Allergikerinnen und Allergikern reagiert das Abwehrsystem anders. Es kann bei bestimmten Substanzen nicht mehr zwischen krankheitserregend und harmlos unterscheiden.

Im Verlauf des ersten Kontaktes geschieht bis auf die Antikörperherstellung noch nichts. Angreifer und Verteidiger, also das Immunsystem, müssen sich sozusagen erst kennenlernen. Der Stoff wird vorgemerkt.

Erst bei einem weiteren Kontakt kommt es zum sichtbaren Krankheitsbild. Kennzeichen dieser „überschießenden“ Reaktion sind je nach Allergieart tränende Augen, Schnupfen, Hautschwellung und -rötung, Bläschen oder Asthma.

Im Extremfall kann es zu einem allergischen Schock kommen. Als Auslöser für eine Kontaktallergie kommt alles in Frage, was mit der Haut in Kontakt war: Pflanzen, Kleidung, Schmuck, Gummihandschuhe, Kleber, Wasch- und Reinigungsmittel und vieles mehr.

Insgesamt reagieren rund 20 Prozent der Österreicherinnen und Österreicher allergisch, vorwiegend sind das natürliche Stoffe wie Blütenpollen, Hausstaubmilben oder Tierhaare.

Allergische Reaktionen können auch bei Nahrungsmitteln, Medikamenten oder Kosmetika auftreten. Dabei spielt es keine Rolle, ob das Allergen synthetisch hergestellt wurde oder ob es aus der Natur stammt.

Die allergische Reaktion kann sofort nach dem Kontakt oder mit Verzögerung auftreten. Sofortreaktionen sind beispielsweise bei Allergien gegen Pollen, Medikamente und Lebensmittel typisch. Im Gegensatz dazu treten Symptome einer Kontaktallergie oft erst ein paar Tage, in Einzelfällen sogar bis zu zwei Wochen nach dem Hautkontakt auf.



## Was ist eine Kontaktallergie?

Juckreiz, Hautrötung, Bläschen und Schwellungen sind Anzeichen für eine Kontaktallergie. Unter gewissen Umständen kann fast jede Substanz eine Allergie auslösen, egal ob natürlichen oder künstlichen Ursprungs. Bisher kennt man rund 4.000 Stoffe,

die eine Kontaktallergie auslösen können. Das häufigste Kontaktallergen ist Nickel, bei jüngeren Frauen ist jede Fünfte betroffen.

Weitere Kontaktallergene sind zum Beispiel Pflanzen wie Arnika, Kamille und Chrysantheme, manche Duftstoffe, Wollwaxe wie Lanolin, Propolis, Penicillin, Terpentinöl, Teebaumöl oder manchmal auch Konservierungsmittel.



# Was tun beim Verdacht auf eine Kontaktallergie?

## 1. Schritt

### Hautarzt statt Selbstdiagnose

Die wichtigste Regel lautet: Kontakt mit dem entsprechenden Allergen meiden. Nur Hautärztinnen und Hautärzte, Allergologinnen und Allergologen können klären, ob eine Kontaktallergie vorliegt und welche Substanz der Allergieauslöser ist.

## 2. Schritt

### Mithilfe bei der Suche nach der Ursache

Alles in der Umgebung kann Auslöser für eine allergische Reaktion sein. Analysieren und beobachten Sie Ihre Lebensgewohnheiten. Hat sich etwas verändert? Welche Materialien hat die Kleidung, welche Wasch- und Reinigungsmittel verwenden Sie? Nehmen Sie Medikamente? Mit welchen Kosmetika hatten Sie Kontakt? Nehmen Sie alle verwendeten Original-Produkte mit, die Sie als Auslöser vermuten. Kontaktieren Sie den Produkthersteller und teilen Sie ihm Produktname, Produktart und Produktcode mit.

## 3. Schritt

### Allergietest verschafft Klarheit

Klarheit über eine Allergie bringt der Patch- oder Epikutantest. Dabei bestreicht die Ärztin bzw. der Arzt Pflaster mit Testsubstanzen und klebt diese auf den Rücken der Patientin bzw. des Patienten. Nach wenigen Tagen ist eine Reaktion bei den Stoffen sichtbar, die die Allergie auslösen.

Dabei ist es möglich, dass Sie mehr Informationen über einzelne Produkte benötigen. Dazu zählen Hersteller, Produktname, Produktart und Produktcode.

## 4. Schritt

### Allergiepass: Der Helfer für den Alltag

Mit dem Ergebnis des Allergietests wird ein Allergiepass ausgestellt. So haben Sie die Möglichkeit, Produkte zu meiden, die Allergene enthalten.

Achten Sie darauf, dass die eingetragenen Substanzen mit der Kennzeichnung der Produkte übereinstimmen. Z.B. Ingredients-Liste (INCI-Deklaration), CI-Nummern, E-Nummern.



Allergieambulatorium

## Allergiepass

Marianne MUSTER  
5532 05 11 45

Es wurde eine Allergie gegen folgende Substanzen festgestellt:

p-Aminodiphenylamin  
Colophonium

Dr.<sup>in</sup> Beate Beispiel  
Allergieambulatorium  
0123 Stadtort, Straßenweg 13

02.02.2014

# INCI-Liste macht Inhaltsstoffe transparent

Hilfe für Allergikerinnen und Allergiker bietet die EU-weit verpflichtende Deklaration von kosmetischen Inhaltsstoffen auf der Verpackung. Die Kennzeichnung erfolgt nach dem international einheitlichen System der **International Nomenclature of Cosmetic Ingredients (INCI)**.

**Ingredients:** Aqua, Isohexadecane, PEG-8, Glycerin, Poloxamer 124, Paraffinum Liquidum, Panthenol, Tocopheryl Acetate, Chamomilla Recutita Flower Extract, Bisabolol, Steareth-20, Ceteth-20, Sodium Acrylates/C10-30 Alkyl Acrylate Crosspolymer, Glycine Soja Oil, Cetrirmonium Chloride, Trisodium EDTA, Phenoxyethanol, Methylparaben

## Beispiel für eine INCI-Liste



Alle Inhaltsstoffe müssen auf der Verpackung deklariert werden. Ist der Platz nicht vorhanden, werden die Informationen auf einem Beipackzettel oder direkt am Verkaufsort angegeben. Das Symbol einer Hand in einem offenen Buch weist darauf hin, dass die Inhaltsstoffe dort zu finden sind.

Die Inhaltsstoffe sind nach Gewicht in abnehmender Reihenfolge aufgelistet. Ist eine Hautunverträglichkeit gegen einen kosmetischen Inhaltsstoff bekannt, können Produkte, die diesen Stoff beinhalten, in Verbindung mit dem Allergiepäss identifiziert und gemieden werden. Besonders nützlich hierbei ist die **INCI-Datenbank**. Sie gibt Auskunft über kosmetische Inhaltsstoffe und hilft bei der Kaufentscheidung.

# Helfen Sie mit bei der Aufklärung

Helfen Sie mit, kosmetische Mittel noch sicherer zu machen. Melden Sie Unverträglichkeitsreaktionen dem Hersteller des Produktes oder der Behörde. Gemäß Kosmetikverordnung ist der verantwortliche Hersteller verpflichtet, bei Kenntnis einer ernsten unerwünschten Wirkung, diese an die zuständige Behörde zu melden.

Diese Information wird vertraulich aufgearbeitet und bewertet und über ein europaweites Meldesystem für Kosmetikunverträglichkeiten dem sogenannten **„Cosmetovigilancesystem“** zwischen den Behörden der EU-Mitgliedstaaten ausgetauscht.

Ziel ist es, Häufungen, die auf bestimmte Kosmetikprodukte oder Inhaltsstoffe zurückzuführen sind, rechtzeitig zu entdecken und durch geeignete Maßnahmen vorzubeugen.

Damit Sie Ihren Alltag mit einer Kontaktallergie möglichst beschwerdefrei gestalten können, arbeiten Ärztinnen und Ärzte, Kosmetikerhersteller sowie die in Österreich zuständigen Behörden eng zusammen, um Kosmetikprodukte noch sicherer zu machen.

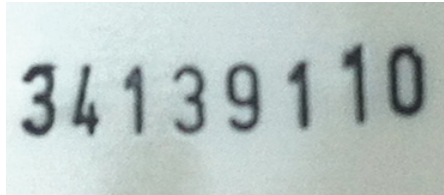


# Ihre Checkliste bei unerwünschten Wirkungen

Für Ärztinnen und Ärzte sowie Behörden und Hersteller ist es wichtig, alle Informationen zu den Produkten, bei denen es vermutete unerwünschte Wirkungen gab, zu kennen.

## Produkt Daten kennen

Notieren Sie alle Produktdaten wie Produktname, Produktart und Produktcode.



Beispiel für Produktcode/Herstellungsposten

## Originalprodukt behalten

Selbst wenn der Behälter bereits leer sein sollte, behalten Sie immer das Originalprodukt, da es wichtige Produktdaten für die Abklärung enthält.

## Anwendungsbedingungen notieren

Wann ist die unerwünschte Wirkung aufgetreten? Wie und wie oft haben Sie das Produkt verwendet? In welcher Menge? Wie lang war die Einwirkzeit auf der Haut? Haben Sie das Produkt zum ersten Mal oder bereits länger verwendet? Verwenden Sie das Produkt noch immer? Eine Fragenliste hilft Ihnen bei der Beantwortung.

## Wohin melde ich?

Bei Auftreten einer unerwünschten Wirkung, wenden Sie sich an die zuständige **Lebensmittelaufsichtsbehörde und/oder** an den **Hersteller** des Produktes. Die Lebensmittelaufsichtsbehörde ist für die Überwachung der auf dem Markt befindlichen Kosmetikprodukte verantwortlich.

Alle Informationen und Adressen finden Sie unter [www.bmg.gv.at/kosmetik](http://www.bmg.gv.at/kosmetik)





# Fragenliste bei unerwünschten Wirkungen

- Wie lange verwenden Sie das Produkt bereits?
- Wann ist die unerwünschte Wirkung erstmals aufgetreten? An welchem Tag?
- Auf welche Körperstellen haben Sie das Produkt aufgetragen?
- Wie oft haben Sie das Produkt verwendet (täglich, wöchentlich etc.)?
- Wie lange war das Produkt in Kontakt mit Ihrem Körper?
- Wann haben Sie die Anwendung begonnen und wann ist die unerwünschte Wirkung erstmals aufgetreten?
- Haben Sie das Produkt zum ersten Mal oder bereits länger verwendet?
- Wie äußern sich die Symptome?
- Haben Sie aufgehört das Produkt zu verwenden? Wenn ja, wann?
- Welche Körperstelle ist von der unerwünschten Wirkung betroffen (Haut, Kopfhaut, Haar, Augen, Zähne, Nägel, Lippen etc.)?
- Ist die unerwünschte Wirkung verschwunden? Wenn ja, wann?
- Haben Sie die unerwünschte Wirkung selbst behandelt?
- Haben Sie einen Arzt bzw. eine Ärztin oder ein Krankenhaus besucht? Wenn ja, wie wurden diese Symptome behandelt?
- Nehmen Sie Medikamente?
- Haben Sie versucht das Produkt erneut zu verwenden?
- Hat dieses Produkt bereits in der Vergangenheit eine unerwünschte Wirkung ausgelöst? Wenn ja, beschreiben Sie die Reaktion.
- Haben Sie Hautkrankheiten oder Allergien? Wenn ja, welche?
- Haben sich Ihre Lebensumstände geändert? Verwenden Sie z.B. ein neues Waschmittel?
- Haben Sie andere Produkte auf der gleichen Körperstelle zur selben Zeit der unerwünschten Wirkung verwendet? Wenn ja, welche Produkte (Produktname, Produktart und Produktcode) waren dies?
- Haben Sie weitere interessante Informationen?  
Z.B. Haben Sie die Körperstelle vor der Verwendung des Produkts rasiert oder einer anderen kosmetischen Behandlung unterzogen? Hatten Sie eine Zahnbehandlung? Wenn ja, wie lange vor der Verwendung?

## Wo bekomme ich Hilfe?

Spezialisten für Kontaktallergien sind Hautärztinnen und -ärzte, Allergiezentren, Hautkliniken und dermatologische Abteilungen in Krankenhäusern.

Die dermatologischen Abteilungen in Österreich auf einen Blick.

### Wien

#### **Krankenhaus Rudolfstiftung Wien**

Juchgasse 25, 1030 Wien  
Telefon: 01 / 711 65-2711  
Web: [www.wienkav.at/kav/kar](http://www.wienkav.at/kav/kar)

#### **AKH Wien**

Univ.-Klinik für  
Dermatologie & Venerologie  
Spitalgasse 23, 1090 Wien  
Telefon: 01 / 40400-7707  
Web: [www.meduniwien.ac.at/dermatologie](http://www.meduniwien.ac.at/dermatologie)

#### **Krankenhaus Hietzing**

Wolkersbergenstraße 1, 1130 Wien  
Telefon: 01 / 801 10-2430  
Web: [www.wienkav.at/kav/khr](http://www.wienkav.at/kav/khr)

#### **Wilhelminenspital Wien**

Montleartstraße 37, 1160 Wien  
Telefon: 01 / 491 50-2710  
Web: [www.wienkav.at/kav/wil](http://www.wienkav.at/kav/wil)

#### **SMZ-Ost/Donauspital Wien**

Langobardenstraße 122, 1220 Wien  
Telefon: 01 / 288 02-4150 oder -4151  
Web: [www.wienkav.at/kav/dsp](http://www.wienkav.at/kav/dsp)

### Steiermark

#### **LKH – Univ.-Klinikum Graz**

Univ.-Klinik für Dermatologie  
Auenbruggerplatz 8, 8036 Graz  
Telefon: 0316 / 385-83053  
Web: [www.klinikum-graz.at](http://www.klinikum-graz.at)

### Kärnten

#### **Klinikum Klagenfurt**

Feschnigstraße 11, 9020 Klagenfurt  
Telefon: 0463 / 538-32670  
Web: [www.lkh-klu.at](http://www.lkh-klu.at)

### Niederösterreich

#### **Landeskrankenhaus St. Pölten**

Probst-Führer-Straße 4, 3100 St. Pölten  
Telefon: 2742 / 9004-12021  
Web: [www.stpoelten.lknoe.at](http://www.stpoelten.lknoe.at)

### Salzburg

#### **LKH Salzburg**

Univ.-Klinik für Dermatologie  
Müllner Hauptstraße 48, 5020 Salzburg  
Telefon: 0662 / 4482-3023  
Web: [www.salk.at](http://www.salk.at)

### Oberösterreich

#### **Allgemeines Krankenhaus der Stadt Linz**

Krankenhausstraße 9, 4020 Linz  
Telefon: 0732 / 7806-3732  
Web: [www.akh.linz.at](http://www.akh.linz.at)

#### **Krankenhaus der Elisabethinen Linz**

Fadingerstraße 1, 4020 Linz  
Telefon: 0732 / 7676-4500 oder -3210  
Web: [www.elisabethinen.or.at](http://www.elisabethinen.or.at)

**Krankenhaus der Barmherzigen  
Schwestern vom Heiligen Kreuz Wels**  
Grießkirchner Straße 42, 4600 Wels  
Telefon: 07242 / 415-2347  
Web: [www.khwels.at](http://www.khwels.at)

## Tirol

**LKH Innsbruck**  
Univ.-Klinik für Dermatologie &  
Venerologie  
Anichstraße 35, 6020 Innsbruck  
Telefon: 0512 / 504-22978  
Web: [www.tilak.at](http://www.tilak.at)

## Vorarlberg

**LKH Feldkirch**  
Carinagasse 47, 6807 Feldkirch  
Telefon: 05522 / 303-1230  
Web: [www.lkhf.at](http://www.lkhf.at)

## Allgemein

**Bundesministerium für Gesundheit**  
Radetzkystraße 2, 1010 Wien  
Telefon: 01 / 71100-0  
Web: [www.bmg.gv.at](http://www.bmg.gv.at)  
E-Mail: [kosmetik@bmg.gv.at](mailto:kosmetik@bmg.gv.at)

**AGES / Agentur für Gesundheit und  
Ernährungssicherheit**  
Spargelfeldstraße 191, 1220 Wien  
Telefon: 05 / 0555-35374  
Web: [www.ages.at](http://www.ages.at)  
E-Mail: [lebensmittel.wien@ages.at](mailto:lebensmittel.wien@ages.at)

**Kosmetik transparent /  
Informationsplattform der  
Markenkosmetikerhersteller**  
Stubenbastei 2, 1010 Wien  
Telefon: 01 / 533 66 70-0  
Web: [www.kosmetik-transparent.at](http://www.kosmetik-transparent.at),  
E-Mail: [kosmetik-transparent@prima.co.at](mailto:kosmetik-transparent@prima.co.at)

**Österreichische Gesellschaft für  
Dermatologie und Venerologie**  
Alserstraße 4, 1090 Wien  
Telefon: 01 / 405 13 83-20  
Web: [www.oegdv.at](http://www.oegdv.at)  
E-Mail: [kknob@medacad.org](mailto:kknob@medacad.org)

# Glossar

## Allergie

Bei Allergien reagiert das Immunsystem auf eine Substanz, als ob diese ein Krankheitserreger wäre.

## Allergieauslöse-Schwellenwert

Niedrigste Konzentration einer Substanz, bei der eine bereits bestehende Allergie ausgelöst wird.

## Allergiepotehtial

Manche Stoffe verursachen häufiger Allergien als andere. Sie haben ein höheres „allergenes Potential“.

## Cosmetovigilance

Ein EU-weites Meldesystem für unerwünschte Wirkungen kosmetischer Produkte.

## Epikutan-Test

Ein Test bei der Ärztin bzw. beim Arzt zum Nachweis einer Kontaktallergie.

## Ingredients-Liste (INCI)

Die Kennzeichnung von Kosmetikprodukten erfolgt nach dem international einheitlichen System der International Nomenclature of Cosmetic Ingredients. Alle Inhaltsstoffe müssen auf der Verpackung angegeben werden.

## Kontaktallergie

Eine allergische Reaktion auf Substanzen, die mit der Haut oder Schleimhaut in Berührung kommen. Es kann zu Juckreiz, Bläschen und Hautausschlag kommen. Typischerweise treten die Reaktionen an jenen Hautstellen auf, die im direkten Kontakt mit dem Allergen waren.

## Produktart

Ist der Produkttyp, der auf die Anwendung des kosmetischen Produkts schließen lässt. Beispiele: Haar-Shampoo, Duschgel, Bodylotion, Haarspray, Lippenstift.

## Produktcode

Der Produktcode wird von den Herstellern auf die Verpackung gedruckt und enthält wertvolle Informationen zum Produkt.

## Produktname

Name des Unternehmens bzw. Marke des Kosmetikprodukts.

## Sensibilisierung

In Wirklichkeit allergieauslösender Vorgang, meist jedoch ohne sichtbare Reaktionen. Ausschlaggebend sind Konzentration und Dauer des Kontaktes.

**Sensibilisierungs-Schwellenwert**

Niedrigste Konzentration einer Substanz, die eine Sensibilisierung auslösen kann.

**Unerwünschte Wirkung(en)**

Kann z.B. eine Hautreizung oder eine Allergie sein. Hinweis: Unbedingt von einem Hautarzt, einer Hautärztin oder im Allergieambulatorium untersuchen lassen.

# Notizen

# Notizen

[www.bmg.gv.at](http://www.bmg.gv.at)

