

## Hygieneartikel im Badezimmer – Wo lässt sich Kunststoff (Plastik) im Badezimmer Vermeiden?



Heutzutage sind Verpackungen und Plastikartikel, wie zum Beispiel eine Zahnbürste, gar nicht mehr weg zu denken: Sie sind zu sehr in unseren Alltag integriert. Doch mit kleinen Tricks sind sie doch leicht zu vermeiden.

Vor allem in unseren Badezimmern sammeln sich Massen an Kunststoffen, ohne dass wir es wirklich wahrzunehmen, vom Wattestäbchen bis zur Duschgelverpackung.

Hier eine Liste mit Artikeln, wo es möglich ist Plastik in Hygieneartikeln komplett zu vermeiden oder den Gehalt an Plastik niedrig zu halten:

<i>Wo entsteht Müll?</i>	<i>Wie können wir es vermeiden?</i>
Wattepads	Nachhaltige Kosmetikpads oder Stofftücher
Wattestäbchen	Wiederverwertbare Wattestäbchen oder Bambus-Wattestäbchen
Reguläre Zahnbürste	Bambus-Zahnbürste
Elektrische Zahnbürste	Nachhaltige Zahnbürstenköpfe
Zahnseide	Vegane Zahnseide
Zahnpasta	Zahnputztabletten oder Nachhaltige Zahnpasta
(Einweg-) Rasierer	Elektrischer Rasierer oder Rasierhobel
Duschgel, Shampoo, Spülung und Handseife	Naturseifen für die gewünschte Körperstelle
Deo	Feste Natur-Deos oder Deo-creme
Gesichtsmasken	Lassen sich mit wenigen Zutaten zu Hause erstellen
Make-up	Abfall freie Kosmetik; Tipp: schaut nicht nur bei großen Marken, sucht kleinen Unternehmen
Binden und Slipeinlagen	Wiederverwertbar Binden und Slipeinlage,
Tampons	Menstruationstasse, Bio- Binden/-Slipeinlagen/-Tampons, Periodenunterwäsche
Toilettenpapier	Bambus-Toilettenpapier

Auch Anzumerken ist, dass fast alle nachhaltige Produkte auf Mikroplastik in ihren Inhaltsstoffen verzichten und sie bevorzugen natürliche Inhaltsstoffe. Mikroplastik sind Kunststoffteilchen, die bis zu 5mm groß und nicht biologisch abbaubar sind. Sie gelangen meist direkt ins Meer, da sie oftmals nicht herausgefiltert werden können. Oder sie wandern mit den Klärschlamm direkt auf die Felder und in die Luft und am Ende in unsere Nahrung. Sie stören, wie auch andere Kunststoffe, den Lebensraum und den Arterhalt vieler Organismen.

Ein weiterer Aspekt ist, dass man in viele Nachhaltige Artikel einmalig investiert, wie einem Rasierhobel, was auf die Dauer kostengünstiger ist für dich den Verbraucher als Einwegartikel zu kaufen.

### Quellen:

<https://utopia.de/ratgeber/mikroplastik-kosmetik-produkte/>

<https://www.lifeverde.de/nachhaltigkeitsmagazin/news-tipps/nachhaltige-frauen-hygiene-artikel>

<https://www.umweltbundesamt.de/themen/mikroplastik-in-kosmetika-was-ist-das>