

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA DR. RUEDIGERA DAHLKE	13
PODZIĘKOWANIE	29
DZIĘKI, DEO!	31
UWAGA: SUBSTANCJE TOKSYCZNE!	35
Fluorek	38
Zabójczy pierwiastek fluor i jego trujące rodzeństwo	40
Cudowna przemiana: jak z niebezpiecznych odpadów	
zrodziła się profilaktyka zdrowotna	42
<i>Niepokój w branży</i>	45
<i>Machina propagandowa w ruch</i>	53
<i>Fluorek i bomba atomowa – związek z siłą</i>	
<i>wybuchu</i>	59
<i>Fala fluorku zalewa Europę</i>	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
<i>Obniżona wydajność mózgu</i>	104
<i>Przedwczesne starzenie</i>	112
<i>Rak</i>	115
<i>Choroby tarczycy</i>	122
<i>Uszkodzenia nerek i wątroby</i>	125
<i>Problemy z płodnością</i>	127
<i>Fluoroza zębów</i>	132
<i>Fluoroza kości</i>	136
Fluorek w produktach do pielęgnacji ciała – tuszowanie połączone z niebezpieczną energią	140
Aluminium	145
Co łączy aluminium i raka piersi?	146
Jakie związki aluminium są niebezpieczne?	149
Konserwanty i środki do dezynfekcji	154
Formaldehyd/uwalniacze formaldehydu	155
Związki halogenoorganiczne	158
<i>Klimbazol</i>	159
<i>Triklosan</i>	159
<i>Butylokarbaminian jodopropynyłu</i>	162
Parabeny	163
EDTA	172
Przeciwutleniacze	174
<i>Galusan</i>	175
<i>BHT i BHA</i>	175
Chlorek benzalkoniowy	176

Składniki „pielęgnacyjne”	176
Parafina	177
Silikon	180
QACs i POLYQUADs	183
Gliceryna (Glicerol)	183
Tenzydy	186
Tenzydy agresywne	187
Tenzydy umiarkowanie podrażniające	188
Tenzydy łagodne	188
Sodium Lauryl Sulfate	189
PEG, PPG i związki pokrewne	197
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
Składniki „łagodzące podrażnienie”	203
Polidokanol	207
Substancje o działaniu miejscowo znieczulającym	210
Ochronne filtry przeciwsłoneczne	216
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

DEA, TEA i MEA	225
Rakotwórcze nitrozoaminy	225
Jeszcze więcej zagrożeń dla zdrowia	232
Substancje zapachowe	233
26 znanych złoczyńców	233
Syntetyczne wonne związki piżmowe	236
Koktajle zapachowe o nieznanym skutkach	237
Cykloheksanol	241
Ftalany	246
Ftalany a ciąża	248
Podwyższone ryzyko cukrzycy	250
Astma	250
Barwniki, środki barwiące i wybielające	251
Barwniki	251
<i>Azozwiązki</i>	252
<i>Związki halogenoorganiczne</i>	254
<i>Farby do tatuażu</i>	255
Preparaty do koloryzacji włosów	256
<i>Amoniak</i>	257
<i>6-Amino-m-krezol</i>	258
<i>Fenylendiamina</i>	259
<i>Rezorcyna</i>	260
<i>Toluen</i>	260
<i>Fenacetyna</i>	260
Fenoloftaleina	261
Kremy wybielające	261
<i>Arbutyna</i>	262

Substancje o działaniu anti-aging	263
Przeciwutleniacze	264
Resweratrol i sirtuina	266
Fitohormony	267
AHA	268
Kolagen i elastyna	269
Fuleren	269
Nanocząsteczki	270
Nanokapsułki	271
Nanopigmenty	272
Substancje o działaniu przeciwłupieżowym	275
Klimbazol	276
Ketokonazol	276
Pirytionian cynku	277
Dwusiarczek selenu	278
Pirokton olaminy (Octopirox)	279
Środki porotwórcze	280
Wąchać do przyjazdu pogotowia	280
Witaminy	284
Witaminy syntetyczne	285
Boran sodu – szczególnie niebezpieczny!	289
PRODUCENCI I PRODUKTY POD LUPĄ	303
Jak jesteśmy konsekwentnie wyprowadzani	
w pole	306
„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
Czym zatem jest zdrowa kosmetyka naturalna?	318
Co stosują odpowiedzialni producenci kosmetyków naturalnych	322
Które produkty są godne polecenia?	324
<i>Pielęgnacja zębów</i>	326
<i>Pielęgnacja skóry i włosów</i>	328
Zgrzew tuby nie jest oznaką jakości produktu	330
Dzisiaj szampon, jutro rak?	331
Pobudka	334
I CO TERAZ?	337
POSŁOWIE JÜRGENA ROTH A	345
WYKAZ SKŁADNIKÓW	349
PRZYDATNE LINKI	396
Podstawy prawne	396
Wykaz składników	396
Badania/ostrzeżenia przed niebezpiecznymi produktami	397
Pozostałe linki	398
BIBLIOGRAFIA	399