

Die beste Seife kostet weniger als 1 Franken

Die feste Seife Cien von Lidl schützte im Test des K-Tipp am besten vor Viren. Zudem enthielt sie keine Stoffe, die für die Umwelt problematisch sind. Den besten Schutz vor Bakterien bot eine Seife von M-Budget.

Wer seine Hände mit der festen Olivenseife der Lidl-Marke Cien wäscht, kann sich vor Erkältungen schützen, schont die Umwelt und das eigene Portemonnaie. Die Lidl-Seife machte Viren innert 15 Sekunden unschädlich und enthielt keine Stoffe, die Gewässer schädigen oder

Allergien auslösen. Mit einem Preis von 30 Rappen pro 100 Gramm war die «Cien Cream Soap Olive» eines der günstigsten Produkte im Test.

Für die Untersuchung schickte der K-Tipp insgesamt 14 Handwaschseifen ins Labor – 10 Flüssigseifen und 4 feste Seifen. Experten überprüften dabei, wie gut die Mittel gegen

Viren und Bakterien wirkten. Zudem suchten sie in den Produkten nach Stoffen, die für die Umwelt und für Leute mit Allergien ein Risiko sind.

Der Test zeigt: Händewaschen ist ein probates Mittel, um sich vor Grippe und Erkältungen zu schützen. So reduzierten die meisten Produkte die Zahl der Viren innert 15 Sekunden so stark, dass das Labor sie als «sehr gut wirksam gegen Viren» beurteilte.

Feste Seifen schützen am besten vor Viren

Am meisten Viren zerstörten die festen Seifen. Laut den Laborexperthen lag das unter anderem an deren hohen pH-Werten. Bei den mit Wasser vermischten Seifen lagen die pH-Werte zwischen 10 und 11. Das ist etwa doppelt so viel, wie die Werte auf der Hautoberfläche betragen. Beim Einseifen kann sich der pH-Wert auf der Haut deshalb kurzfristig erhöhen. Darunter leiden auch Mikroorganismen, die es für den normalen Säureschutzmantel der Haut braucht. Für gesunde Haut ist das



K-Tipp
8032 Zürich
044/ 266 17 17
<https://www.ktipp.ch/>

Medienart: Print
Medientyp: Publikumsmedien
Auflage: 198'817
Erscheinungsweise: wöchentlich



Seite: 16,17,18
Fläche: 61'476 mm²



Auftrag: 3005681
AEV (in Tsd. CHF): 68.53
Referenz:
c37e0e93-bf14-43f7-b682-78776baea7b0
Ausschnitt Seite: 2/4



Hände waschen: Drei Flüssigseifen und eine feste Seife wirkten gut gegen Viren und Bakterien

	Clen	Coop Well Body	Lacura Body	Clen	PH Balance	Coop Well	M-Budget	M-Budget	Coop Prix	Palmolive	I am	Coop Prix	Lacura Body	Isana
Bezeichnung	Cream Soap Olive	Almond & Honey Flüssigseife	Flüssigseife Milch & Honig	Hand Wash Milk & Honey	Flüssigseife pH 5.5	Sensitive pH 5.5 Sensitive Flüssigseife	Cream Soap Vanilla-Almond	Milde Toiletteseife	Garantie Liquid Soap	Naturals Milch & Honig	Cremeseife Milk & Honey	Garantie Milde Toiletteseife	Pflegende Seife Olive & Aloe Vera	Milde Seife Meeresluft
Fest oder Flüssig	Fest	Flüssig	Flüssig	Flüssig	Flüssig	Flüssig	Flüssig	Fest	Flüssig	Flüssig	Flüssig	Fest	Fest	Flüssig
Eingekauft bei	Lidl	Coop	Aldi	Lidl	Migros	Coop	Migros	Migros	Coop	Coop	Migros	Coop	Aldi	Donner
Inhalt in Gramm (g) oder Milliliter (ml)	300 g	300 ml	500 ml	500 ml	300 ml	300 ml	500 ml	500 g	500 ml	300 ml	300 ml	500 g	150 g	500 ml
Bezahlter Preis in Fr.	~.89	2.95	~.89	~.89	3.50	3.70	~.90	1.60	1.-	4.90	2.50	1.50	~.45	1.15
Preis pro 100 g/100 ml in Fr.	~.30	~.98	~.18	~.18	1.16	1.23	~.18	~.32	~.20	1.63	~.83	~.30	~.30	~.23
Wirksamkeit gegen Viren und Bakterien	5,5	5,4	5,2	5,1	4,5	4,5	5,4	5,8	5,2	5,2	5,1	5,5	5,5	5,1
Notenabzüge														
Stoffe mit erhöhtem Risiko für Allergien ¹	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0,5	0,5	1	1	1
Duftstoffe, die Gewässer verschmutzen ²	-	-	-	-	-	-	-	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Gesamtnote	5,5	5,4	5,2	5,1	4,5	4,5	4,4	4,3	4,2	4,2	4,1	4	4	3,6
Gesamtwert	Sehr gut	Gut	Gut	Gut	Genügend	Genügend	Genügend	Genügend	Genügend	Genügend	Genügend	Genügend	Genügend	Ungenügend

Notenskala: 5,5 bis 6 = sehr gut, 4,8 bis 5,4 = gut, 4,0 bis 4,7 = genügend, 2,5 bis 3,9 = ungenügend, unter 2,5 = schlecht. Bei gleicher Gesamtnote Rangierung nach Preis. 1 Abzüge für Stoffe, die laut dem Wissenschaftlichen Ausschuss für Verbrauchersicherheit der EU häufig Allergien auslösen; für Gehalte ab 10 Milligramm pro Kilo (mg/kg) 0,5 Noten Abzug, ab 100 mg/kg 1 Note Abzug. Zusätzlich 0,5 Noten Abzug beim Nachweis von zwei oder mehr Stoffen. 2 0,5 Noten Abzug beim Nachweis von wassergefährdenden Stoffen, die laut dem deutschen Umweltbundesamt von Kläranlagen nicht vollständig zurückgehalten werden. Für Gehalte bis 10 mg/kg 0,5 Noten Abzug, ab 100 mg/kg 1 Note Abzug.

Weiter auf Seite 18



K-Tipp
8032 Zürich
044/ 266 17 17
<https://www.ktipp.ch/>

Medienart: Print
Medientyp: Publikumsmedien
Auflage: 198'817
Erscheinungsweise: wöchentlich



Seite: 16,17,18
Fläche: 61'476 mm²



Auftrag: 3005681
AEV (in Tsd. CHF): 68.53
Referenz:
c37e0e93-bf14-43f7-b682-78776baea7b0
Ausschnitt Seite: 3/4

Jonas Arnold

kein Problem, da sich der Schutzmantel meist nach einer Stunde normalisiert.

Wer allerdings die Hände oft wäscht oder unter trockenen Händen leidet, wählt besser eine Flüssigseife. Bei diesen lag der pH-Wert im Test auf einem ähnlichen Niveau wie jener auf der Haut. Gute Ergebnisse gab es für die Produkte «Lacura Body Flüssigseife Milch & Honig» von Aldi, «Coop Well Body Flüssigseife Almond & Honey» und für «Cien Hand Wash Milk & Honey» von Lidl. Diese Seifen wiesen einen pH-Wert von rund 4,7 auf.

Nur genügend sind die Flüssigseifen von PH Balance und Coop Well Sensitive. Sie wirkten insgesamt am schlechtesten gegen Viren. Mit diesen Produkten sollte man die

Haut mindestens 30 Sekunden lang einseifen – so lange dauerte es im Test, bis sie die Viren zerstört hatten.

Alle Seifen haben Mühe mit Bakterien

Beim Bekämpfen von Bakterien hatten alle Seifen Mühe. Kein einziges Produkt schaffte es, das für den Test benutzte Darmbakterium *Escherichia coli* innert 15 Sekunden unschädlich zu machen.

Die im Vergleich beste antibakterielle Wirkung hatte die «M-Budget Milde Toilettenseife» der Migros. Sie reduzierte die Bakterienzahl am deutlichsten. Allerdings enthielt sie geringe Mengen Geraniol und Limonene. Auf diese Stoffe reagieren viele Leute mit Hautausschlägen, so der Wissenschaftliche Ausschuss für Verbrauchersicherheit

der EU. Die Seife von M-Budget enthielt zudem Benzylalkohol. Der Duft- und Konservierungsstoff kann gemäss der Europäischen Chemikaliendatenbank Gewässer verschmutzen und Wasserorganismen schädigen. Trotz der guten Wirkung gegen Keime ist die Stückseife von M-Budget daher nur genügend.

Heikle Stoffe in der Seife von Isana

Als einziges Produkt ungenügend ist die «Milde Seife Meeresluft» von Isana. Sie enthielt eine erhöhte Menge des Parfümstoffs Linalool. Der zusätzlich nachgewiesene Stoff Hexylcinnamal lässt sich laut dem deutschen Umweltbundesamt von Kläranlagen nicht ganz herausfiltern. Er gelangt in Gewässer und gefährdet Kleinstlebewesen.

Die Migros schreibt dem K-Tipp, eine spezielle Wirkung gegen Viren und Bakterien sei bei Alltagsseifen nicht vorgesehen. Auch Coop hält bei seinen Seifen die «sanfte Reinigung» für wichtiger. Alle Duftstoffe seien zudem korrekt deklariert. Denner gibt an, von Isana sei eine hautfreundlichere Variante als Nachfüllpackung erhältlich.

Gut zu wissen: Wer die Hände mit Seife wäscht, schützt sich schneller vor Viren als mit einem Handdesinfektionsmittel. In einem «Gesundheitstipp»-Test wirkten acht von zehn solchen Mitteln erst nach 30 bis 60 Sekunden. Sehr gut waren einzig das «Coop Prix Garantie Händedesinfektionsmittel» und «Mibelle Händedesinfektion Liquid» («Gesundheitstipp» 4/2021).



ISTOCK

Flüssigseife: Für Leute mit trockener Haut verträglicher als feste Seife

So hat der K-Tipp getestet

Der K-Tipp liess in drei deutschen Labors zehn Flüssigseifen und vier feste Seifen testen. Die Prüfkriterien:

■ **Wirkung gegen Viren**
Spezialisten aus Stuttgart (D) überprüften, wie gut die Seifen die Anzahl Viren in einem Reagenzglas reduzieren – je nach 15 und nach 30 Sekunden.

den. Für den Test wurde das Ankara-Virus verwendet – ein Pockenvirus, das gleich aufgebaut ist wie Corona-, Grippe-, Erkältungs- und Masernviren. Im Labor wurden die Flüssigseifen zur Hälfte und die Hartseifen im Verhältnis 1:9 mit Wasser verdünnt. Dem Gemisch wurde ausserdem Eiweiss zu-

gesetzt, um Alltags-schmutz an den Händen zu simulieren.

■ **Wirkung gegen Bakterien**

Ebenfalls mit Zusätzen von Eiweiss wurde die Wirkung gegen das Bakterium *Escherichia coli* getestet. Es kann Durchfall oder Hautkrankheiten verursachen. Ein Labor in Greifswald

(D) überprüfte, ob die Seifen solche Bakterien unschädlich machen können. Auch bei dieser Prüfung wurden die Seifen verdünnt.

■ **Allergene Duftstoffe**
Ein Labor in Hannover (D) mass die Gehalte an Parfümstoffen in den Seifen. Auf solche Stoffe reagieren viele Leute mit Hautausschlägen.