

Günstige Shampoos mit sehr guten Noten

Lukas Bertschi

Im Test des K-Tipp enthielten viele Shampoos Stoffe, die Allergien auslösen können oder der Umwelt schaden. Sechs Produkte schnitten sehr gut ab, darunter zwei der günstigsten.

Der K-Tipp liess im Labor 14 Shampoos für normales Haar testen. Die Experten untersuchten die Produkte auf rund 60 Stoffe, die laut dem europäischen wissenschaftlichen Ausschuss für Verbrauchersicherheit Allergien auslösen oder die Umwelt belasten können. Dazu zählen unter anderem Duftstoffe und Formaldehyd.

Beim Kontakt mit solchen Substanzen kann es laut dem Allergiezentrum Schweiz zu Reaktionen wie tränenden Augen oder Asthmasymptomen kommen. Je häufiger man in Kontakt mit allergieauslösenden Stoffen kommt, desto höher ist das Risiko. Bei einer Allergie kann die

Haut etwa mit Rötungen, Juckreiz oder Ekzemen reagieren.

Bei acht der untersuchten Produkte waren die Duftstoffe ein Problem. Diese haben weder pflegende noch reinigende Eigenschaften. Doch gut riechende Mittel lassen sich besser verkaufen, weshalb viele Hersteller nicht darauf verzichten wollen.

Teures Shampoo von L'Oréal ungenügend

Nicht weniger als fünf allergene Duftstoffe in einer Menge von mehr als 100 Milligramm pro Kilo steckten im Shampoo «Elseve Energie» von L'Oréal Paris. Schon in einem «Saldo»-Test von Pflegeshampoos vor zwei Jahren enthielt mit dem «Elseve Anti-

Haarbruch Reparierendes Pflegeshampoo» ein Produkt von L'Oréal am meisten solche Stoffe («Saldo» 9/2023). Auch im aktuellen Test wies das Labor das nach Lavendel duftende Linalool nach. Es löste in klinischen Versuchen häufig Allergien aus. Besonders heikel ist Linalool, wenn es mit Sauerstoff in Kontakt kommt – was beim Haarewaschen der Fall ist.

Ebenfalls viele Duftstoffe in hoher Konzentration enthielten die Shampoos von Pantene und Herbal Essences. In den Mitteln wies das Labor die Stoffe DMBCA, Hexamethylindopyran und Hexylcinnamal in Mengen von jeweils über 100 Milligramm pro Kilo nach. Letzterer Stoff löst nicht nur häufig Allergien aus, sondern ist laut der EU-Chemikaliendatenbank sehr giftig für Wasserlebewesen und verschmutzt die Umwelt. Das ist ein Problem, weil die Substanz in Kläranlagen

nicht vollständig abgebaut wird. Dies zeigte 2019 eine Studie des deutschen Umweltbundesamtes.

Die gute Nachricht: Zwei der günstigsten Produkte im Test enthielten keine problematischen Stoffe in einer Konzentration von mehr als 100 Milligramm pro Kilo: das «M-Budget Fruity Shampoo» (Migros) und das «Family Shampoo Kräuter» von Lacura. Gehalte unter diesem Wert stuft der Ausschuss für Verbrauchersicherheit der EU als sicher ein. Mit 15 Rappen pro 0,1 Liter kosteten die sehr guten Mittel M-Budget und Lacura viel weniger als das ungenügende L'Oréal-Shampoo (Fr. 1.98). Das zeigt einmal mehr: Qualität ist keine Frage des Preises.

Coop teilt mit, man passe dieses Jahr die Rezeptur des Shampoos Well an. Es komme dann ohne den nachgewiesenen Duftstoff aus.





ISTOCK

Unter den gesuchten Chemikalien waren Duftstoffe und Formaldehyd. Der K-Tipp wertete in den Shampoos Gehalte von allergenen Stoffen in Produkten ab einer Konzentration von über 100 Milligramm (mg) pro Kilo ab. Ab dieser Menge geht der europäische wissenschaftliche Ausschuss für Verbrauchersicherheit von einer Gefahr für den Menschen aus. Umweltschädliche Stoffe wurden ab 10 mg pro Kilo abgewertet.

Haarshampoo: Vier Produkte ungenügend



Bezeichnung

Eingekauft bei

Inhalt in Liter

Bezahlter Preis in Franken

Preis pro 0,1 Liter in Franken

Anzahl allergieauslösender Stoffe über 100 mg/kg¹

Stoffe mit erhöhtem Allergiepotezial über 100 mg/kg²

Umweltschädliche Stoffe in mg/kg³

Formaldehyd⁴

Gesamtnote

Gesamturteil

Notenskala: 5,5 bis 6 = sehr gut
mehr als drei Substanzen

So hat der K-Tipp getestet

Ein spezialisiertes Kosmetiklabor untersuchte für den K-Tipp 14 Sham-

poos für normales Haar auf rund 60 problematische Inhaltsstoffe.



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

Medienart: Print
Medientyp: Publikumsmedien
Auflage: 190'781
Erscheinungsweise: wöchentlich



Seite: 16,17
Fläche: 62'640 mm²



Auftrag: 3005681
AEV (in Tsd. CHF): 51.33
Referenz:
29f5a347-f412-42a5-9a01-a23749d196ad
Ausschnitt Seite: 3/4

M-Budget	Lacura	Volg	Spar	Beauté Suisse	Nivea	Cien	I am	Happy Herbs	Well	Aveo	Herbal Essences	Pantene	L'Oréal Paris
Fruity Shampoo		Familienpreis Shampoo mild		Landi		Shampoo Frucht & Vitamin	Daily Care Shampoo						
Migros		Volg		0,2		Lidl	Migros						
0,5		0,5		1.60		0,5	0,25						
-.75		1.15		-.80		1.79	1.95						
-.15		-.23		-		-.36	-.78						
-		-		-		-	-						
-		-		Nein		-	-						
Nein		-		6		23	23						
6		Nein		Sehr gut		Nein	Nein						
Sehr gut		6				5	5						
Family Shampoo Kräuter		Sehr gut		Classic Care		Gut	Gut						
Aldi		Daily Shampoo green		Coop									
0,5		Spar		0,25									
-.75		0,5		3.95									
-.15		2.20		1.58									
-		-.44		-									
-		-		-									
-		-		Nein									
Nein		-		6									
6		Nein		Sehr gut									
Sehr gut		6											
		Sehr gut											
		Shampoo mild											



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

Medienart: Print
Medientyp: Publikumsmedien
Auflage: 190'781
Erscheinungsweise: wöchentlich



Seite: 16,17
Fläche: 62'640 mm²



Auftrag: 3005681
AEV (in Tsd. CHF): 51.33
Referenz:
29f5a347-f412-42a5-9a01-a23749d196ad
Ausschnitt Seite: 4/4

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 Reihenfolge nach Anzahl allergener Stoffe, dem Gehalt umweltschädlicher Stoffe, Preis und Alphabet
2 Zusätzlich 0,5 Noten Abzug für Stoffe, die laut dem wissenschaftlichen Ausschuss für Verbrauchersicherheit der EU häufig zu Allergien und Hautausschlägen führen

Every Day Shampoo	Shampoo Daily Care
Denner	Coop
1	0,25
1.50	2.75
-15	1.10
1	1
Ja	Nein
-	-
Nein	Ja
4,5	4
Genügend	Genügend

Family Shampoo Frucht
Müller
0,3
1.45
-48
1
Ja
133
Nein
3,5
Ungenügend

Blütensanft Rosenduft Shampoo	Pro-V Classic Care
Coop City	Coop
0,35	0,3
4.30	4.40
1.23	1.47
3	3
Ja	Ja
119	429
Nein	Nein
3,5	3,5
Ungenügend	Ungenügend

Elseve Energie Reinigendes Shampoo
Coop
0,25
4.95
1.98
5
Ja
1159
Nein
2,5
Ungenügend

1 mg/kg = Milligramm pro Kilo. 1 Note Abzug bei bis zu drei allergieauslösenden Stoffen über 100 mg/kg. 1,5 Noten Abzug bei **4** 1 Note Abzug bei Vorhandensein von Formaldehyd
3 1 Note Abzug bei Gehalten von gewässerverschmutzenden Stoffen zwischen 10 und 500 mg/kg, darüber 1,5 Noten Abzug

K-Tipp Nr. 1 14. Januar 2026

K-Tipp Nr. 1 14. Januar 2026