

Frankfurt, 29. Januar 2016



## ÖKO-TEST-Magazin Februar 2016

Die **Februar-Ausgabe** des ÖKO-TEST-Magazins gibt es seit dem 29. Januar 2016 im Zeitschriftenhandel – dieses Mal mit Extra *Diäten/Fit bleiben*. Das Heft kostet 4,50 Euro.

### Aus dem Inhalt

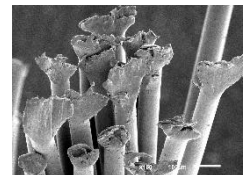
#### Test: Diät-Shakes

Neues Jahr, endlich schlank? Dann aber besser nicht mit Formula-Diäten. Halbwegs seriös ist allein das Produkt von Doppelherz Aktiv, während Almased, Yokebe und die meisten anderen mit einer glatten Sechszahl durchfallen. Aromen, Süßstoffe, Chlorat, Gentechnik und jede Menge unseriöse Versprechungen sind der Grund. Auch ist die Zusammensetzung der Shakes oft nicht ausgewogen.



#### Test: Zahnezwischenraumbürsten

ÖKO-TEST wollte wissen, wie gut Interdentalbürsten aus Draht mit Borsten beziehungsweise Dental Sticks aus Kunststoff verarbeitet sind und ob von ihnen möglicherweise ein Verletzungsrisiko ausgeht. Außerdem war im Fokus, welche Schadstoffe in ihnen stecken. Das Ergebnis ist erfreulich. Sämtliche Reiniger haben mit „sehr gut“ oder „gut“ abgeschnitten. Zu bemängeln sind lediglich die schlechten Borstenabrundungen.



#### Test: Kinderschminken

Bei diesen Testergebnissen dürfte kleinen und großen Narren der Frohsinn vergehen: Neun von 14 untersuchten Kinderschminken sind „ungenügend“. Grund für das katastrophale Abschneiden: verbotene Konservierungsmittel, PAKs, Blei und allerlei andere bedenkliche Substanzen wie Nickel und Chrom, die in Kinderprodukten wirklich nichts zu suchen haben.



#### Test: Kindergeschirrsets

Das Ergebnis ist überraschend: Die Mehrzahl der bunten Plastikteller und -tassen für Kinder ist rundherum in Ordnung, während alle Öko-Produkte durchgefallen sind, weil sie nicht nur natürliche Bestandteile enthalten, wie die Hersteller auf den Verpackungen behaupten. Aus einem dieser Geschirre trat sogar krebsverdächtiges



Formaldehyd in eine 70 Grad Celsius heiße Testflüssigkeit über. Die abgesonderte Menge lag dabei über dem EU-Grenzwert.

### Test: Gesichtsreinigungsbürsten

ÖKO-TEST wollte wissen, ob die elektrischen Reinigungsbürsten das Gesicht wirklich so gut reinigen wie die Hersteller versprechen. Die Modelle mussten sich mit einer herkömmlichen, manuellen Bürste aus der Drogerie messen. Das Resümee: Weder im Praxis- noch im Materialtest konnten sich die Produkte messen. Auch die teuerste Gesichtsbürste im Test, die fast 200 Euro kostet, überzeugte nicht; die einfache Bürste für wenige Euro erzielte den gleichen Reinigungseffekt. Immerhin haben zwei Geräte keine Materialschwächen.



### Test: Energieriegel

Nur ein einziger bekommt das Testurteil „gut“. Sieben Produkte sind „mangelhaft“ oder sogar „ungenügend“. Denn in manchem untersuchten Energieriegel steckt so viel Fett wie in einem Mars oder einem Snickers. Weitere Gründe für die Abwertung sind auch zwei verschiedene gentechnisch veränderte Sojaarten, Pestizide, Aromen, unnötige Zusätze und/oder unsinnige Nährstoffzusammensetzungen in den Produkten.



### Test: Fototapeten

Der Praxistest zeigte, dass sich die Tapeten nur schwer verarbeiten lassen. Die Tester – ein Maler- und Lackiermeister – hatten einige Mühen mit den Fototapeten, unter anderem auch weil die Bögen sehr breit sind und deshalb nicht auf einen Tapeziertisch passten. Teilweise waren auch die Anleitungen dürftig: So waren die Bahnen und Bögen nicht durchnummeriert, was vor allem bei gleichförmigen Motiven wie einer Ziegelwand die Zuordnung der einzelnen Teile schwierig macht. Bei der Schadstoffprüfung fielen drei Produkte besonders negativ auf. Ein Produkt gaste etwa nach 24 Stunden noch sehr große Mengen an flüchtigen organischen Verbindungen aus. Gleichzeitig enthält diese Tapete noch bedenkliche Phthalat-Weichmacher.



### Test: Vergleichsportale für Kredit-, Strompreis-, Autoversicherungsvergleiche

Vergleichsportale im Internet sind keine Verbraucherschützer, sondern Wirtschaftsunternehmen. ÖKO-TEST hat Portale für Kredite, Stromtarife und Kfz-Versicherungen untersucht und viele Fallen entdeckt. So gibt es etwa bei den Kreditangeboten viele Lockangebote mit Superzinsen, die jedoch nur Kunden mit mit kaum zu erreichenden Top-Bonitäten erhalten.

---

**Dieses Mal im Heft: Extra Diäten und Sport**

**Schlank, dick, adipös: Es kommt ganz dick**

Experten schlagen Alarm: Nicht nur in Deutschland, sondern europa- und weltweit steigt die Zahl der Menschen mit Übergewicht seit Jahren. Eine Trendwende ist nicht in Sicht. Mediziner sehen in dieser Entwicklung die größte Herausforderung für die öffentlichen Gesundheitssysteme und fordern die Politik zum Handeln auf. Doch den internationalen Empfehlungen zur Prävention stehen kommerzielle Interessen entgegen.

#### **Fasten: Essens-Pause**

Fasten ist im Trend: Der zeitweilige Verzicht auf feste Nahrung hat für die meisten weniger religiöse Gründe, sondern ist eine Reaktion auf den permanenten Überfluss. Die Pause tut nicht nur dem Körper gut, sondern wirkt sich vor allem positiv auf das mentale Wohlbefinden aus.

#### **Das Gewicht halten: Kein Rauf nach dem Runter**

Wenn nach einer Diät die mühsam abgearbeiteten Kilos bald wieder zurückkommen, ist das mehr als frustrierend. Auch wenn man sich vielleicht ein wenig damit trösten kann, dass es den meisten Leuten so ergeht. ÖKO-TEST verrät, warum es so schwer ist, dem Jo-Jo-Effekt zu entkommen – und wie das trotzdem gelingen kann.

#### **Darmbakterien: Sündenbock fürs Übergewicht?**

Der Darm, das lange stiefmütterlich behandelte Körperorgan, ist heute für Wissenschaftler von größtem Interesse. So mancher Krankheitsverlauf scheint davon beeinflusst zu werden, mit welchen Bakterien der Darm besiedelt ist. Und auch auf das Körpergewicht können sich die Kleinstlebewesen auswirken.

---

#### **Und außerdem:**

##### **75 Jahre Antibiotika: Im Wettlauf mit den Keimen**

Seit 75 Jahren helfen Antibiotika gegen Infektionen. Doch Bakterien werden zunehmend resistent. Sorgloser Medikamenteneinsatz bei Mensch und Tier trägt dazu bei. Schon droht ein Rückfall in die Zeit vor dem Penicillin.

##### **Solararchitektur: Sonnenstrom aus der Fassade**

Photovoltaik direkt in die Gebäudehülle zu integrieren ist der Traum vieler Architekten. Doch die passenden Solarmodule sind keine Massenware und deshalb teuer. Neue Halbleiter und die wachsende Auswahl an Elementen wecken allmählich aber auch das Interesse der Bauherren.