

SALICYLATE/BLOCKER FINDEN, DIE DAS GUAIFENESIN BLOCKIEREN KÖNNEN

GRUPPE I KOSMETIK

- Kosmetikprodukte
- Pflegeprodukte

GRUPPE II MEDIKAMENTE

- Medikamente
- Nahrungsergänzungen
- medizinische Salben
- Dinge, die medizinisch wirken

Rechtlicher Hinweis

Dieses Dokument darf für den privaten und persönlichen Gebrauch verwendet werden. Das Vervielfältigen, Veröffentlichen und Weitergeben an Dritte ist gestattet, wenn untenstehende Quellenangabe und die Autorenangabe vorhanden sind. Das Dokument kann auch angefordert werden unter barbara_auf_der_heide@web.de.

Quellenangabe:

<http://www.guaifenesin.de/files/Saliy-Suche.pdf>

<http://www.fibromyalgie-guaifenesin.info>

Autorin: Carola Schröder (alias Barbara auf der Heide), <https://fibromyalgie-guaifenesin-blog.de>

Aktualisiert im Februar 2021

GRUPPE I – KOSMETIK

ERSTER SCHRITT: KLEINER SALICYLATCHECK

! Kein Produkt verwenden, deren Inhaltsstoff **Öl, Gel oder Extrakt** in Verbindung mit einem pflanzlichen Namen beinhaltet.

Beispiel: Buxus Chinensis Seed Oil, Jojobaöl, Aloe Barbadensis Extract usw.

Ausnahmen

- Getreidekörner wie Mais, Reis, Hafer, Weizen oder Soja sind salicylatfrei (->Weizenkeimöl, Reiskeimöl usw.)
- PEG-40 Hydrogenated Castor Oil ist salicylatfrei (nur in Verbindung mit „PEG“ UND Zahl davor (egal, welche), ohne ist es salicylathaltig)

! Kein Produkt verwenden, deren Inhaltsstoff die **Silbe „sal“, „menth“ oder „camp“** beinhaltet.

Beispiel: Benzyl Salicylate, Ethyl Menthane Carboxamide, PEG Camphor

Ausnahme: Maris Sal (Meersalz) ist salicylatfrei

! Keine **Salicylate** oder **Salicylsäure**

GRUPPE I – KOSMETIK

ZWEITER SCHRITT : SYNONYME ÜBERPRÜFEN

SALICYLATHALTIG SIND AUCH:

- BHA (BetaHydroxyAcid)
- Propolis
- Bisabol (Bisabol**ol** ist ok)
- Inhaltsstoffe mit „2-Hydroxybenz“, z.B. 2-Hydroxybenzencarbonsäure
- Inhaltsstoffe mit „O-Hydroxybenz“, z.B. O-Hydroxybenzoic Acid
- O-carboxyphenol
- 2-Carboxyphenol
- Ortho-Hydroxybenzoesäure
- Orthohydroxybenzoate

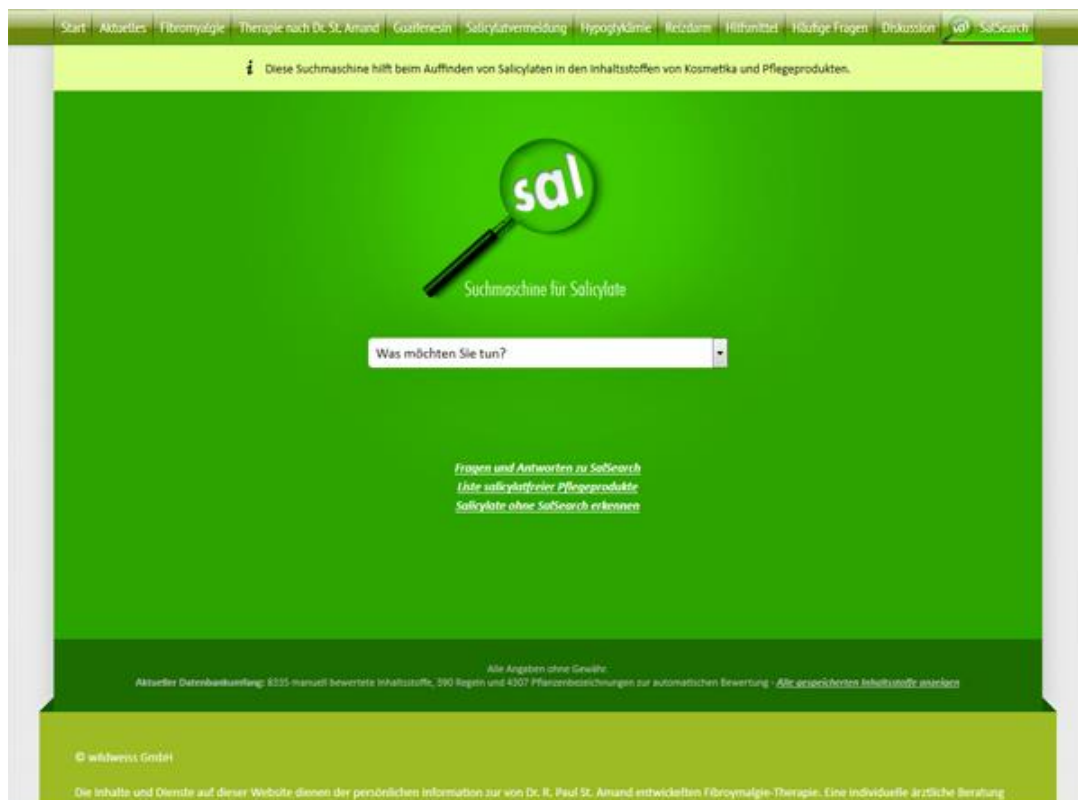
- Mexoryl
- Ephedra
- Balsam
- Pycnogenol
- Phytantriol
- Meradimate
- Minze (auch versteckt unter dem Namen „Aroma“, „Flavor“)

GRUPPE I – KOSMETIK

DRITTER SCHRITT : SALICYLATSUCHMASCHINE

Überprüfen einzelner Inhaltsstoffe mit Hilfe der Salicylatsuchmaschine

www.salsearch.de



GRUPPE II - MEDIKAMENTE

ÜBERPRÜFEN DER WIRKSTOFFE UND HILFSSTOFFE

- Kein Produkt verwenden, dessen **WIRKSTOFF** pflanzliches Öl, Gel oder Extrakt beinhaltet
Beispiel: Dragees/Kapseln mit Johanniskrautextrakt usw. als Wirkstoff können das Guaifenesin blockieren.
- **HILFSSTOFFE bei der oralen Einnahme**, z.B. Erdnussöl in Dekristol (Vitamin D) blockieren das Guaifenesin nicht.
- Bei **Aufnahme über die Haut** (Pflaster, medizinische Cremes, Zäpfchen usw) müssen auch die Hilfsstoffe salicylatfrei sein, es gelten die Regeln der Gruppe I.
- Kein **INHALTSSTOFF** mit der Silbe „sal“, „menth“ oder „camp“
- Keine **Salicylate** oder **Salicylsäure** (Beispiel Aspirin, ASS)
- Keine Bioflavonoide (Quercetin, Rutin, Hesperedin)
- Keine Medikamente mit Minz- oder Menthol-Geschmack, z.B. Lutschtabletten (Minze/Menthol kann sich auch unter dem Begriff „Aroma“ oder „Flavor“ verbergen)

Die Salicylatsuchmaschine ist nicht geeignet, um Medikamente oder Nahrungsergänzungen auf Salicylate zu überprüfen, siehe <http://www.fibromyalgie-guaifenesin.info/de/faq/fragen-zu-salsearch/!/142/warum-bewertet-salsearch-keine-medikamente-und-nahrungsergaenzungsmittel/>

ALLGEMEINES

Unbedenklich sind

- Gele, Öle usw. mineralischen oder tierischen Ursprungs
- Reine Butter (Sheabutter, Kakaobutter usw.)
- Wachse (Bienenwachs, Carnaubawachs usw.)
- Squalene, Bromelain
- Kokosfettsäuren (coconut fatty acid)

Nicht nur durch salicylathaltige Pflege-/Kosmetikprodukte und Medikamente kann man blockieren! Wie man weitere mögliche Blocker vermeidet, erfährst Du in meinem Dokument „bin ich blockiert“, das ebenfalls per Mail unter barbara_auf_der_heide@web.de angefordert werden kann.

Bei Unsicherheiten bitte nachfragen!

Social Media Kanäle

YouTube: <https://www.youtube.com/channel/UC4xo1WK3K0zbyomSmFVJN0Q>
Facebook: <https://www.facebook.com/Fibromyalgie.symptomarm>
Instagram: https://www.instagram.com/fibromyalgie_symptomarm/
Guaifenesin: <https://fibromyalgie-guaifenesin-blog.de>
Coaching: <https://fibromyalgie-erfahrung.de>

Kontakt

Carola Schröder
Schlehenweg 20
27412 Wilstedt

Telefon: 04283 6082683

Mail: barbara_auf_der_heide@web.de