

# DIE CHECKLISTE FÜR TOXISCHE HAUSHALTE



## Küche

- Aluminium-, Teflon-, (Pfannenbeschichtungen) Kochgeschirr
- Ammoniak/Allzweckreiniger
- Künstliche Süßstoffe
- Asbest-Vinyl-Bodenfliesen
- Chloriertes Scheuerpulver
- Geschirrspülmittel
- Abflussreiniger
- Trockenfrüchte
- Fisch und Meeresfrüchte
- Gasgeräte
- Insektizide
- Mikrowellenherde
- antihaftbeschichtetes Kochgeschirr
- Ofenreiniger
- Spanplattenschränke
- Kunststoffuhr
- Kunststoff-Trinkgläser
- Lebensmittelverpackung und Lagerbehälter aus Kunststoff
- Kunststoff Beleuchtungsarmaturen
- Kunststoff-Telefon
- verarbeitete Lebensmittel
- Ratten- und Mausekzidantien
- Silberpolitur und andere Metallreiniger
- Supermarkt-Eier
- Supermarkt-Fleisch
- Supermarktmilch
- Supermarktprodukte
- Vitamin- und Mineralstoffergänzungen in Dosennahrung
- Leitungswasser
- Schokolade und Kaffee
- gekauftes Wasser in Kunststoffflaschen

## Wohnzimmer

- alkoholische Getränke
- Kunstlicht
- ionisationsartige Rauchmelder
- Feuerstelle
- Möbel-/Bodenpolitur
- Gasheizung
- Zimmerpflanzen
- Kerosinheizung
- Spanplattenmöbel
- elektromagnetische Felder
- Holzofen
- Fleckenentferner
- synthetischer Teppichboden
- Teppich-/Polstershampoo
- Tabakrauch
- Isolierung aus Hart- und Formaldehyd-Schaumstoff

## Waschküche

- Chlorbleiche
- Selbstfärbemittel
- Weichspüler
- Waschmittel
- Spraystärke

## Badezimmer

- Aerosol-Haarspray
- Luffterfrischer
- Deodorants
- Verstopfungsmittel
- Schaumbad
- Kontaktlinsen
- Kosmetik
- Schuppen-Shampoo
- Prothesenreiniger
- Deodorantseife
- Drogen und Medikamente
- Weibliches Deodorantspray
- Weibliche Spülungen
- Fluorid-Mundspülung
- fluoridhaltige Zahnpasta
- keimtötende Desinfektionsmittel
- Glasreiniger
- Haarfarbe
- Haarentfernungsprodukte
- Hairstyling Schaumfestiger
- Schimmelpilz- und Schimmelpilzreiniger
- Nagellackentferner
- Parfüm und Aftershave
- Dauerwellen Festiger
- duftendes Toilettenpapier
- super absorbierende Tampons
- Talkpuder
- Vinyl-Duschvorhang

## Schlafzimmer

- Kinder-Schlafanzug
- Verhütungsmittel
- Einwegwindeln
- chemische Reinigung
- feuerfeste synthetische Matratzen
- Mottenkugeln
- bügelfreie Bettwäsche
- Nylonstrümpfe
- Synthetische Kleidung
- Babyhose aus Kunststoff
- Plastik-Babyspielzeug
- Regenmantel und Regenschirm aus Kunststoff
- Vinylschuhe und Handtaschen

## Garten - Werkstatt

- Pestizide
- Herbizid
- Fungizide

- Nagetiergifte
- Chemische Düngemittel
- Industriebedarf
- Farben
- Lösemittel
- Leitungswasser
- Poolreiniger

## DIE CHECKLISTE DES GIFTBÜROS

- Asbestbaustoff
- Reinigungsmittel, einschließlich:
  - Lufterfrischer
  - Ammoniak und Allzweckreiniger chloriertes Scheuerpulver
  - Geschirrspülmittel
  - Desinfektionsmittel
  - Abflussreiniger
  - Möbel- und Fußbodenpolitur
  - Glasreiniger
  - Schimmelpilz- und Schimmelpilzreiniger
  - Teppichshampoo und Fleckenentferner
- elektromagnetische Felder
- Junk Food Snacks, Fertiggerichte und andere verarbeitete, verpackte Lebensmittel
- Mikrowellenherde
- Papierhandtücher und Servietten
- Pestizide
- Radon
- synthetischer Teppichboden
- Leitungswasser
- Isolierung aus Hart- und Formaldehydschaumstoff

### Sie werden auch die folgenden Gefahren überprüfen und ändern müssen:

- Klebstoffe
- künstliche Beleuchtung
- Kaffee
- Computer
- Kopierer und Computerdrucker
- Papierspanplattenmöbel und Raumteiler
- permanente Tintenstifte und Markierer
- Polystyrolbecher
- Tabakrauch aus zweiter Hand
- synthetischer Büroteppich
- Schreibmaschinekorrekturflüssigkeit
- Lüftungsanlagen

Auf diese Checkliste kann keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhoben werden, oder ersetzt eine Fachspezifische Beratung durch eine geeignete Fachperson.

Humsis Functional

---

**Sie möchten ihre Trinkwasser Qualität verbessern und dabei Kunststoffmüll stark reduzieren, oder ihre Körper Reinigungsprodukte ersetzen dann klicken Sie hier!**

<https://humsis.sanuslife.com/deu/>