

# Inhalt

Vorwort 7

## **Kleidung – unsere zweite Haut**

Gute Alltagskleidung 10 · Perlonzeit 12 · Peinliche  
Schwitzflecke 14 · Naturfaserproduzenten schlagen zurück 15  
Bekleidungsphysiologische Forschung 17  
Textilfaserlexikon 19 · Texturierung 45 · Gesundheitsrisiko  
Chemiefasern 48 · Gibt es einen Kompromiß? 49  
Kratzige Wolle auf der Haut 51 · Krebserregende  
Synthetics? 53 · Chemiefasern sichern den Wohlstand 54  
Made in Hongkong 56 · Altkleidersammlung – und dann? 61  
Ökotips 62

## **Gefährliche Chemikalien in der Kleidung**

Die Industrie der Zauberer 68 · Baumwolle – viel Chemie,  
wenig Natur 69 · Der Matratzentest 81 · «Reizende»  
Perlonstrümpfe 82 · Jucken unterm Jeansknopf 86 · Ekzem  
unter der Uniform 87 · UV-Strahlen in der weißen  
Unterwäsche 88 · Bakterienkiller in den Socken 89  
Mottenschreck im Kleiderschrank 94 · Betörender Duft 96  
Reimport von Pflanzenschutzmitteln 96 · Naturbelassene  
Kleidung – gibt's das? 101 · Der Preis für gute Kleidung 109  
Buntes Wasser 110 · Gefährliche Arbeitsplätze 114  
Chemische Textilausrüstung – wie wird's gemacht? 121  
Ökotips 139

## **Textilkennzeichnung – mehr verschwiegen als verraten**

Wo steckt denn bloß das Etikett? 153 · Warum das Textil aus  
«100 % Baumwolle» nicht zu 100 Prozent aus Baumwolle  
besteht 154 · Fasergemische 156 · Schurwollprodukte 157  
Werbewirksame Verschleierungstaktiken 158  
Vorsichtige Pflegesymbole 160  
Markenzeichen für gute Qualität? 166 · Ökotips 166

## **Textilpflege**

Neue Reinlichkeit 170 · «Pflegeleichte» Synthetics 172  
Kuschelweiche Wäsche 176 · Wenn der Gilb aus der Wäsche  
lacht 178 · Wolle waschen will gelernt sein 179 · Chemische  
Reinigung 181 · Ökawaschtips 185

## **Kinderkleidung**

Gefährliche Kinderkleidung 192 · Das Wollunterhemd 197  
Stoffwindeln oder Höschenwindeln 198  
Machen Höschenwindeln einen wunden Po? 201  
Umweltschutz beim Babywickeln 203 · Flammschutzmittel in  
Kinderschlafanzügen 205 · Babytragehilfen 207  
Ökotips 210

## **Sport- und Wetterkleidung**

Sportkleidung – die Domäne der Chemiefasern 214  
Die trockene Antwort aufs Schwitzen 217 · Wolle und  
Seide 221 · Bei Wind und Wetter draußen 224 · Wasserdicht,  
winddicht, atmungsaktiv 226 · Ökotips 238

## **Schuhe**

Zeigt her Eure Füße 241 · Freiheit für die Zehen 243  
Vom hohen Podest heruntergeholt 244 · Auf weichen  
Sohlen 246 · Plastik für die Füße? 248 · Leder ist nicht gleich  
Leder 250 · Kleine Lederkunde 251 · Klebstoffe, Gerbstoffe,  
Farbstoffe 256 · Kinderschuhe 260 · Wie viele Schuhe  
braucht das Kind? 261 · Naturschuhe 262 · Atemgift aus der  
Spraydose 264 · Ökotips 266

## **Leder- und Pelzkleidung**

Wie viele tote Tiere machen eine Dame? 272 · Eine haarige  
Sache 274 · Leder – eine natürliche Bekleidung 276  
Ökotips 280

Adressen 282 · Register 285