

## Jeg blir syk av bl.a. parfymer, røyk og stearinlys



[www.intoleranse.no](http://www.intoleranse.no)  
[post@intoleranse.no](mailto:post@intoleranse.no)

Jeg har kjemisk miljøintoleranse, og derfor blir jeg syk av svært mange ting andre tåler. Lukt og avdamping av bensin, røyk, stearinlys, maling, eksos, parfymer, parfymerte produkter... m. m.

Jeg tar gjerne imot besøk, og tilbringer tid i samme rom/bil som andre. For at jeg ikke skal bli syk er jeg avhengig av at du er helt parfymefri før vi møtes.

Alle kroppspfleiemidler (deodorant, såpe, sjampo, hårgelé, kremer, salver m.m.) som du bruker må være helt parfyme-/duftfrie. Det beste er om du starter med parfymefritt i god tid før møtet. Ta kontakt med meg for nærmere informasjon. Dessverre skal det svært lite parfymelukt til før jeg blir syk.

Klærne du skal ha på må være vasket med et vaskemiddel/skyllemiddel uten parfyme. Nye klær kan dessverre også være et stort problem.

Jeg får ofte spørsmål om hva jeg tåler av rengjøringsmidler osv, hvis jeg er den som kommer på besøk til deg. Det beste er om du vasker (hvis du må gjøre rent rett før) med Neutral eller Änglamark parfymefritt oppvaskemiddel, eller helst bare med mikrofiberkluter og rent vann. Det holder også bare å støvsuge og lufte godt ut.

Spør meg så gjerne om det er noe du lurer på, for vi reagerer jo på så forskjellige ting.

**Tusen takk for at du bryr deg!**

## Et lite utvalg av de parfymefrie produktene som finnes

Kategori	Merke	Type produkt	Hvor kjøpes det?
Hårpleie	CUTRIN Sensitivism (blå embalasjer)	Hårshampo, balsam, hårvoks skum, spray m.m	Selges i noen frisørsalonger,
	STUHR Professional	Hårshampo, balsam spray	Selges hos Apotek 1,
	COSMICA parfymefri	Hårshampo, balsam Obs. Parfymerte og parfymefrie produkter kan forveksles	Selges hos Apotek 1 , ofte på tilbud til halv pris
	ELNETT fra L'Oréal	Hårspray. Se etter grønn ring på toppen(parfymefri variant)	Selges på større velassorterte dagligvarebutikker
	OSIS + DUST IT	Parfymefritt hårpudder	Fås hos frisører som fører produktet.
	SEBASTIAN Professional Craft Clay	Hårvoks uten parfyme	Fås hos frisører som fører produktet.
	NEUTRAL	Hårshampo, balsam,	Selges i de fleste dagligvarebutikker, best utvalg hos Meny og Coop
	Jan Thomas Studio Hair Care- JTSHC Pure Line	Hårshampo, balsam, skum og spray	Fås på Vita og i nettbutikken deres. <a href="http://www.vita.no/merker/jan-thomas">http://www.vita.no/merker/jan-thomas</a>
	Ansikt	COSMICA parfymefri	ansiktskrem
MD Formulations		Ansiktsserie med rens, pleie og solkrem (dyr prisklasse)	Fås hos ulike hudpleiesalonger med produktutsalg.
NEUTRAL		makeup fjerner, våtservietter, antibakteriell veske og våtservietter, m.m.	Coop, Meny og velassorterte kolonier Selges også på apotek
Kroppspeie	COSMICA parfymefri	bodylotion, Håndkrem, dusjsåpe, deodorant med mer	Selges hos Apotek 1 , ofte på tilbud til halv pris
	HELSEDEODORANTEN	Deodorant	Helsekostbutikker, god og drøy

	AVIVIR	Parfymefri AloeVera gel	Netthandel
	ÄNGLAMARK	Håndsåpe, deodorant, kremer, våtservietter , barberskum, ...	Selges hos Coop Extra, Coop Obs
	NIVEA pure & Sensitive	Deodorant. Roll-onn og Stick. Parfymefri.	Fås på Spar-Kjøp og velassorterte dagligvarebutikker
<b>Solpleieprodukter</b>	COSMIVA parfymefri	Bodylotion/ansiktskrem/Leppebalsam	Fås på apotek
	CLINIDERM	Solkrem til kropp og lepper	Fås på apotek
	MD Formulations	Solkrem for ansikt (dyr prisklasse)	Fås hos ulike hudpleiesalonger med produktutsalg.
	ÄNGLAMARK	solkrem	Selges hos Coop Extra, Coop Obs
<b>Oppvask</b>	ÄNGLAMARK	Oppvaskmiddel, vasketabletter til oppvaskmaskin	Selges hos Coop Extra, Coop Obs
<b>Tøyvask</b>	ÄNGLAMARK	Klesvaskemiddel	Selges hos Coop Extra, Coop Obs
	NEUTRAL	Klesvaskemiddel, skyllemiddel, ullvask	Selges i de fleste dagligvarebutikker og Europris
	MILO parfymefri	Klesvaskemiddel Ull og Silke	Selges i de fleste dagligvarebutikker
	BLENDA Sensitive	Klesvaskemiddel, skyllemiddel	Selges i de fleste dagligvarebutikker
	Vanish parfymefri	Klesflekkfjerner OBS!! parfymefri og parfymert flaske svært lik!	Selges i de fleste dagligvarebutikker
<b>Rengjøring</b>	Enjo	Diverse mikrofiberkluter til alle rom/bil/vindu/gulv osv.	Selges i hjemmeselskap eller på nett.
	AJAX Pure & Clear	Rengjøringsmiddel Universalspray og universalrengjøring	Fås på de fleste dagligvarebutikker
<b>Universalt</b>	Natron og Eddik	Dette egner seg både til klesvask, rengjøring og egenpleie.	Tips og oppskrifter fås flere steder på nett
	Diverse produkter	Alternative produkter anbefalt av medlemmer	<a href="http://www.helseveien.no/sensitiv/">www.helseveien.no/sensitiv/</a>