



Tattoo - Ein Gesundheitsrisiko

Autor: [Carina Rehberg](#)

Aktualisiert: 05 August 2020

Ein Tattoo ist cool. Weniger cool wird es, wenn die gesundheitlichen Folgen der chemischen Farben eintreffen. Wann und ob dies beim Einzelnen der Fall sein wird, weiss niemand. Denn nach wie vor fehlen Langzeitbeobachtungen zu möglichen Gesundheitsschäden durch Tattoos. Erste Hinweise gibt es jedoch schon heute.

Gesundheitsrisiko Tattoo - Immer mehr gesundheitliche Beschwerden

Tattoos können wunderbar verheilen und sich nie bemerkbar machen. Tattoos sind aber auch ein Gesundheitsrisiko und können krank machen. Nur denkt man bei Gesundheitsbeschwerden, die Jahre oder Jahrzehnte nach der Tätowierung auftauchen, natürlich nicht mehr an das Tattoo als

mögliche Krankheitsursache. Doch sieht man es dem Tattoo nicht an, wenn die Zutaten seiner Farben im Laufe der Zeit durch den Körper wandern.

Vor Jahren waren sie noch etwas Besonderes. Inzwischen schaut man nicht einmal mehr hin. Denn Tattoos sind allgegenwärtig. Selbst Ganzkörper tätowierungen erregen kaum noch Aufsehen. Und wenn einer dann auch noch die Augäpfel tätowieren lässt - was soll's.

Tattoo - Die Hälfte der Tätowierten bereut's

Psychologische Studien erklären auch, warum Tattoos so beliebt sind: Die Haut ist eine wunderbare Projektionsfläche, auf der man - ohne jedes Wort - all das ausdrücken kann, was je nach Ort des Tattoos die ganze Welt oder nur der aktuelle Liebespartner über einen wissen soll, sei es nun die Einstellung zur Sexualität, die Zugehörigkeit zu bestimmten Gruppen oder Philosophien oder auch einfach nur die aktuelle Stimmungslage.

Man kann also seine Identitätskrisen oder auch gleich seine Identitätsfindung ganz praktisch auf der Haut bewältigen. Und weil man derartige Phasen besonders intensiv in jungen Jahren erlebt, bereuen auch mindestens 50 Prozent der Tätowierten ihre einstige Tattoo-Begeisterung spätestens dann, wenn sie 40 oder älter sind (1). Denn während sich der Mensch weiterentwickelt und mit seinen Erfahrungen wächst, bleibt das Tattoo auf dem Stand der Sturm-und-Drang-Zeit.

Tattoos als Therapie

Tattoos dienen aber auch zur Verarbeitung traumatischer Lebensereignisse und können durchaus medizinisch sinnvoll sein. So etwa lassen sich manche Frauen nach einer Brustkrebsoperation, bei der die Brustwarze entfernt werden musste, eine solche tätowieren. Und bei [Borderline](#)-Patienten kann es durch Tattoos zum Rückgang selbstverletzender Verhaltensweisen kommen (2).

2018 war etwa jeder Achte in Deutschland tätowiert. Der Risiken sind sich allerdings die wenigsten bewusst: Eine Befragung des Bundesinstituts für Risikobewertung zeigte, dass viele Menschen Tattoos für gesundheitlich unbedenklich halten (3).

Nadel und Farben jedoch bergen ein nicht zu unterschätzendes Gesundheitsrisiko. Dabei geht es nicht nur um die akuten Reaktionen wie Rötungen und Schwellungen unmittelbar nach dem Stechen, sondern auch um mögliche langfristige Folgen.

Immer mehr Tattoos - immer mehr Gesundheitsprobleme

Eine 2015 veröffentlichte amerikanische Studie fand heraus, dass die meisten Menschen, die nach einer Tätowierung eine akute Reaktion gleich welcher Art erlitten, später chronische Gesundheitsprobleme entwickeln werden (4). Und nein, die Tätowierten hatten sich nicht selbst oder vom Kumpel mit einer im Internet gekauften Tätowiermaschine stechen lassen (was ebenfalls immer wieder vorkommt), sondern im Tattoo-Studio.

Dr. Marie Leger, eine Hautärztin am *New York University Langone Medical Center* in New York City und Co-Autorin der Untersuchung sagte, sie entschied sich zu Nachforschungen auf diesem Gebiet, da sie in ihrer Praxis beobachten konnte, dass immer mehr Menschen Probleme nach Tätowierungen bekamen. Also sprach sie mit Kollegen und stellte fest, dass auch hier die steigende Zahl der gesundheitlichen Folgen nach Tätowierungen längst bekannt ist, die gesundheitlichen Risiken also viel häufiger eintreffen als allgemein vermutet (4).

Tattoo: Infektionen, Schwellungen, Allergien und Knötchen unter der Haut

Legers Untersuchung wurde in der Fachzeitschrift *Contact Dermatitis* veröffentlicht und umfasste eine Umfrage unter 300 tätowierten Menschen im New Yorker Central Park. 10 Prozent gaben an, nach einer Tätowierung merkliche Reaktionen beobachtet zu haben, wie z. B. Ausschläge, [Schwellungen](#), [Entzündungen](#), Rötungen und/oder Juckreiz. Dies ist nichts Besonderes, da bei einer Tätowierung die Haut verletzt wird, was sich dann auch mit den Symptomen einer typischen Hautverletzung äussert (4).

Von diesen 10 Prozent aber sagten wiederum 60 Prozent aus, sehr lange nach der Tätowierung Gesundheitsprobleme gehabt zu haben oder diese auch Jahre später noch immer zu haben - wie z. B. chronische Infektionen, eine bleibende Schwellung, Allergien oder auch Knötchen unter der Haut, in denen Farbinhaltsstoffe eingeschlossen und vom Körper verkapselt wurden. Besonders häufig kommt es bei intensiver Sonneneinstrahlung zu allergieähnlichen Reaktionen, also dann, wenn sich Tätowierte in der Sonne aufhalten.

Dr. Leger sagt, sie möge eigentlich - rein optisch betrachtet - Tattoos, wolle aber dennoch über die möglichen gesundheitlichen Risiken aufklären, die höchstwahrscheinlich ernster seien, als man bislang annahm. Das Injizieren von unnatürlichen und körperfremden Substanzen unter die Haut könne schliesslich niemals ohne Risiken bleiben, schon gar nicht, wenn die Substanzen dort ein Leben lang bleiben und zusätzlich auch noch nachweislich krebserregend oder krebverdächtig seien - zumindest einige davon.

In einem Bericht des Deutschen Bundestags von 2020 werden als mögliche gesundheitliche Folgen entsprechend Allergien, Hauterkrankungen, Erkrankungen der Organe und Krebs genannt (5).

Billig-Tattoos im Ausland: Besser nicht

Lässt man sich im Ausland tätowieren, sollte man sich bewusst sein, dass dort sehr wahrscheinlich andere Hygienestandards herrschen als in Deutschland, der Schweiz oder in Österreich.

Möglicherweise gibt es überhaupt keine Vorschriften beim Tätowieren, oder aber die Tattoo-Studios werden gar nicht kontrolliert.

Zudem sind Tattoos im Ausland oft besonders preiswert, was zwar nicht immer auf fehlende Hygienestandards hinweisen muss, aber zur erhöhten Vorsicht animieren sollte. Dazu kommt die Sprachbarriere: Wenn Sie die Sprache nicht einwandfrei beherrschen, ist es nahezu unmöglich, sich nach den Hygienemassnahmen, der Pflege des Tattoos und den Risiken zu erkundigen. Auch wenn Sie zuhause Unebenheiten an Ihrem Tattoo entdecken und unzufrieden sind, können Sie nicht einfach zum Nachstechen ins Tattoo-Studio zurückkehren.

Auch in manch heimischen Tattoo-Studios und ganz besonders auf grösseren Veranstaltungen (Tattoo- oder auch Erotik-Messen) geht nicht immer alles so hygienisch vonstatten, wie man sich das wünschen würde (6).

Hepatitis-Risiko durch Tattoos

Ernsthafte Infektionen, wie z. B. mit Hepatitis C sollen unter anderem auch aus diesem Grunde in den nächsten Jahren auf dem Vormarsch sein. Eine entsprechende Studie der *New York University* vom Sommer 2013 stellte fest, dass Tätowierte häufiger an Hepatitis C erkranken als Nichttätowierte. Und da sich die Folgen von Hepatitis C – schwere Lebererkrankungen – oft erst 20 bis 30 Jahre nach der Infektion (sprich Tätowierung) zeigen, rechnet man bis zu diesem Zeitpunkt mit einer regelrechten tattoobedingten Hepatitis-C-Welle (7).

Was Tattoos und Impfstoffe gemeinsam haben: Schwermetalle

Während jedoch die Hygiene beim Stechen und die Desinfektion der Nadeln in der Hand des "Stechers" bzw. Studios liegen und sich somit bei der Wahl der richtigen Location das gesundheitliche Risiko schon einmal deutlich reduzieren lässt, verhält es sich mit den Tattoo-Farben etwas anders. Hier gäbe es – nach Dr. Leger – in kaum einem Land sinnvolle Regulationen. Infolgedessen finden sich in den Farben nahezu alle Arten von Giften, die – einmal injiziert – nicht mehr vollständig entfernt werden können und sich sodann im Körper einlagern.

Untersuchungen zeigten, dass Tattoo-Farben Schwermetalle wie Titan, Kupfer, Chrom und Eisen enthalten können. Eine italienische Studie von 2009 identifizierte Cadmium, Kobalt, Chrom und [Nickel](#) in allen 13 untersuchten Tattoo-Farben. In vielen war zusätzlich auch Quecksilber gegenwärtig (8).

Warum es gefährlich ist, wenn Tattoo-Farben wie Kosmetika eingeschätzt werden

Viele Länder verfügen nun zwar über Bestimmungen, die sich auf Farbstoffe in pharmazeutischen Produkten oder Kosmetika beziehen, für Tattoo-Farben gelten sie aber nicht unbedingt. Und selbst wenn Tattoo-Farben-Hersteller behaupten, sie richteten sich nach diesen Regelungen - welchen Nutzen hat es?

Niemand ritzt sich die Haut auf und bringt in die Wunde vorsätzlich Kosmetika ein. Kosmetika bleiben AUF der Haut, so dass die Hautbarriere das Eindringen der Inhaltsstoffe zu einem grossen Teil verhindert. Daher sind die Bestimmungen für Kosmetikbestandteile auch so wenig beeindruckend. Man isst das Zeug schliesslich nicht, also darf in Cremes und Gels alles Mögliche gemischt werden.

Es ist daher wenig hilfreich, wenn auf Seiten von Tattoo-Farben-Herstellern zu lesen ist, dass "die verwendeten Rohstoffe zur Herstellung der Tattoo-Farben dem Reinheitsgrad entsprechen, der auch für kosmetische und pharmazeutische Produkte Verwendung findet...". Denn genau dieser Reinheitsgrad ist für Stoffe, die direkt im Körper platziert werden, nicht ausreichend und bringt entsprechende gesundheitliche Risiken mit sich.

Ebenfalls an den Grenzwerten für Kosmetika orientieren sich "die Messwerte für Arsen, Antimon, Blei, lösliches Bariumsulfat, Chrom und Zink". Nur "auf die produktionsbedingten Verunreinigungen der Pigmente habe man leider keinen Einfluss" - heisst es auf der Seite eines Tattoo-Farben-Herstellers.

Tattoo-Farben: Manche sind nicht verkehrsfähig

Für Tattoo-Farben wären also selbst die Bestimmungen für Kosmetika zu mild. Daher gibt es zumindest in Deutschland seit 2008/09 die [Deutsche Tätowiermittelverordnung](#) und in der Schweiz die ganz ähnliche [Verordnung über Gegenstände für den Humankontakt \(HKV\)](#) und die [Verordnung über kosmetische Mittel \(VKos\)](#). Erstere enthält u. a. Negativlisten mit gesundheitsschädlichen Substanzen, die nicht in Tätowierfarben enthalten sein dürfen (9-11).

Das aber hindert viele Tattoo-Farben-Hersteller (besonders solche im Ausland) nicht daran, bedenkliche Stoffe – auch die verbotenen – in ihre Tattoo-Farben zu mischen. Denn kaum ein Tattoo-Farben-Hersteller in Fernost wird sich die Deutsche Tätowiermittelverordnung zu Gemüte führen, um seine bewährte Tattoo-Farben-Rezeptur gesünder zu gestalten. Immer wieder fanden sich daher bei Kontrollen Farben, die aufgrund dieser hochgiftigen Inhaltsstoffe eigentlich längst nicht mehr verkehrsfähig waren.

Krebserregende Stoffe in Tattoo-Farben

Im Jahr 2012/2013 kümmerte sich ÖKO-TEST um das Tattoo-Thema und testete 20 Tattoo-Farben (12). Man fand in jeder dritten Farbe starke Belastungen von unter anderem krebserregenden oder konkret krebserregenden Stoffen wie PAK (Polycyclische aromatische Kohlenwasserstoffe), Nitrosamine, aromatische Amine, Formaldehyd und Formaldehydabspalter, halogenorganische Farbstoffe, Nickel und Konservierungsmittel wie Benzoisothiazolinon.

Die gefundenen Mengen waren so hoch, dass die betreffenden Farben mit einem Verkaufsverbot aus dem Handel hätten entfernt werden müssen. Der letztgenannte Stoff ist sogar derart allergen, dass er nicht einmal für Kosmetika zugelassen ist.

Tätowiermittelverordnung lässt sich nur schwer umsetzen

ÖKO-TEST erklärt in diesem Zusammenhang, wie wenig hilfreich die Tätowiermittelverordnung in der Praxis ist. So seien beispielsweise die aromatischen Amine laut Tätowiermittelverordnung verboten. Da in der Tätowiermittelverordnung aber keine Grenzwerte auftauchen und auch keine Nachweismethoden genannt seien, lasse sich in der Praxis ein Verkaufsverbot bei Anwesenheit von aromatischen Aminen nur schwer umsetzen (12).

ÖKO-TEST berichtet weiterhin, dass die Behörden in Baden-Württemberg allein im Jahr 2010 festgestellt hätten, dass ein Drittel der Tattoo-Farben nicht zugelassene Farbpigmente und schädliche Stoffe enthielt (12).

Das Landesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit in Niedersachsen habe in den Jahren 2009 bis 2012 in Stichproben Naphthol (wird zur Herstellung von Azofarbstoffen verwendet) und Arsen gefunden (12).

Das Landesuntersuchungsamt Sachsen habe 2011 in den allermeisten schwarzen Farben polycyclische aromatische Kohlenwasserstoffe entdeckt – und zwar mengenmässig über den Grenzwerten (12).

Auch in Nordrhein-Westfalen habe man mehr als 150 Farben untersucht, wovon viele wegen schädlicher Stoffe bemängelt worden seien. Da die "Inverkehrbringer" aber ihren Firmensitz nicht vor Ort hatten - so erklärt ÖKO-TEST - wurde ihnen gesagt, sie sollten sich selbst an ihre zuständige Ordnungsbehörde wenden, sich also quasi selbst anzeigen. Das war also ganz genau so, als sage man einem Raser, er möge sich doch bitte selbst einen Strafzettel ausstellen und sich bei Gelegenheit zwei Punkte in Flensburg eintragen (12).

Tattoos fördern oxidativen Stress und schwächen Mitochondrien

Weitere Untersuchungen (13, 14) wurden von unterschiedlichen Universitäten durchgeführt - wie z. B. die Analyse der Regensburger Universität aus dem Jahr 2010. In der Zusammenfassung der Studie ist zu lesen, dass in den untersuchten schwarzen Tattoo-Farben Benzpyren und hohe Phenolkonzentrationen sowie wiederum die gesundheitsschädlichen PAKs gefunden wurden.

Ein Teil der PAKs - so die Forscher - bleibe ein Leben lang in der Haut, absorbiere UV-Strahlung und erzeuge jetzt freie Radikale, die wiederum der Haut schaden. Tattoo-Farben mit PAKs verminderten auf diese Weise die Mitochondrienaktivität der Hautzellen, was auf eine stark eingeschränkte Gesundheit derselben hinweist. Die Mitochondrien sind die Energieproduktionsstätten, die sich in jeder einzelnen Zelle befinden.

In einer dänischen Studie aus dem Jahr 2013 wurde erklärt, dass zum Beispiel schwarze Tattoo-Farben normalerweise aus Kohle-Nanopartikeln bestehen. Nanopartikel sind besonders winzige Teilchen, denen es infolgedessen auch besonders gut gelingt, die Haut zu verlassen und sich über die Lymphe oder den Blutstrom im ganzen Körper zu verteilen (15).

Probleme mit Tattoo-Farben auch noch Jahre später

Auch 2019 hat sich die Zusammensetzung von Tattoo-Farben nicht gebessert. Das Landesamt für Lebensmittelsicherheit untersuchte 14 Farben von denen 6 beanstandet wurden. Zwei davon hatten einen zu hohen Cadmium-Gehalt, zwei weitere enthielten einen nicht deklarierten Konservierungsstoff und die anderen waren fehlerhaft gekennzeichnet (16).

Tattoo-Farben in der RAPEX-Liste

Immer wieder wird daher vor manchen Tattoo-Farben in der sog. RAPEX-Liste gewarnt. RAPEX steht für *Rapid Exchange of Information System* und ist das Schnellwarnsystem der Europäischen

Kommission, mit dem im Wochenrhythmus europaweite Warnungen zu gefährlichen Produkten veröffentlicht werden (17).

Meist handelt es sich um Dinge wie Rasenmäher, deren Messer sich plötzlich lösen können, Brühwürfel, in denen Glassplitter gefunden wurden oder Matjesfilets, in denen sich Salmonellen tummeln. Immer wieder wird aber auch vor Tattoo-Farben gewarnt, die keinesfalls verwendet werden sollten, da durch sie gesundheitliche Risiken bestehen. Die [RAPEX-Liste](#) umfasst gut 200 Meldungen von schädlichen Tattoo-Farben (17).

Sind organische Tattoo-Farben besser?

Der Trend geht nun inzwischen von anorganischen Pigmenten weg und hin zu organischen - wobei "organisch" nicht bedeutet, dass es sich hier um etwas Natürliches und Gesundes handelt. "Organisch" bedeutet lediglich, dass wir es mit Kohlenstoffverbindungen zu tun haben - und diese sind oft besonders giftig.

Dazu gehören nämlich die bereits erwähnten Azo-Farbstoffe, die ursprünglich gar nicht zum Injizieren unter die Haut gedacht waren, sondern für industrielle Zwecke wie z. B. Autolacke, Textilien, Plastikprodukte etc. produziert werden. Da ein Tattoo aber möglichst genauso brillant wie ein neues Auto leuchten sollte, darf es natürlich auch gerne Farbstoff aus einem Autolack sein. Und warum sollte die Farbe schädlich sein, dem Auto macht's ja auch nichts aus (18).

Tattoo-Pigmente sammeln sich in den Lymphknoten

Pigmente aus Tattoo-Farben können aus der Haut direkt in die [Lymphknoten](#) wandern und sich dort ansammeln oder von dort aus in den ganzen Körper gelangen. Daher muss man durch Tattoos auch nicht an Ort und Stelle Probleme bekommen, wie z. B. [Hautkrebs](#), was viele glauben. Der Krebs kann hingegen überall im Körper auftauchen, einfach weil die Farbchemikalien eben nicht in der Haut bleiben, sondern auf Wanderschaft gehen (19-22).

In welchem Mass dies geschieht und um wie viel das Krebsrisiko sowie andere gesundheitliche Risiken steigen, wenn man ein Tattoo hat, wird sich in 20 oder 30 Jahren sagen lassen, weil dann nämlich bei jenen Millionen Menschen, die sich jetzt gerade tätowieren lassen, die ersten Langzeitschäden auftauchen werden - oder eben auch nicht. Mit dieser Masse an Probanden werden sich dann auch Statistiken erstellen lassen, die zeigen werden, um wie viel häufiger Tattoo-Träger Krebs, Autoimmunerkrankungen oder andere chronische Erkrankungen bekommen als Tattoo-Freie.

Wer nun bereits ein Tattoo hat, sich Sorgen macht und sich der Gifte möglichst wieder entledigen will, der könnte eine [Lymphreinigung](#) ins Auge fassen, die dabei hilft, Gifte auszuleiten und das Lymphgefässsystem inklusive der Lymphknoten wieder auf Vordermann zu bringen.

Tattoo-Entfernung mit Laser: Blausäure entsteht

Hat man sich für eine Entfernung seines Tattoos entschieden, weil man es einfach nicht mehr sehen kann, kommt eine Laserbehandlung in Frage. Doch auch diese ist nicht ohne Risiko.

Forscher des Bundesinstituts für Risikobewertung stellten fest, dass bei einer Laserbehandlung insbesondere das blaue Tattoo-Pigment Phthalocyanin-Blau Probleme bereiten kann. Es zerfällt nämlich in verschiedene Substanzen, darunter mindestens drei mit hochgiftigem Potential: Benzol, Benzonitril und Blausäure (23-24).

Besonders die Blausäure ist hochgradig zelltoxisch. Als Gas würde sie – wenn man sie einatmet – schon in geringster Konzentration (0,005 Prozent der Atemluft) tödlich wirken. Entsteht Blausäure in der Haut, kommt es schon bei geringen Dosen zu Zellschäden. Wird der Laser in gut durchbluteten Hautbereichen eingesetzt, dann gelangen die entstehenden Gifte zu einem Teil auch in den Blutkreislauf (23-25).

Die Forscher des Bundesinstituts für Risikobewertung zeigten, dass eine Laserbehandlung zur Tattoo-Entfernung bis zu knapp 30 Mikrogramm Blausäure pro Milliliter freisetzen kann, wovon natürlich ebenfalls Anteile ins Blut fließen können (23-25).

Angesichts der Tatsache, dass schon ein Spiegel von 5 Mikrogramm pro Milliliter im Blut tödlich sein kann, ist die örtliche Freisetzung von 30 Mikrogramm Blausäure eindeutig bedenklich – umso mehr natürlich, je grösser das zu entfernende Tattoo ist (23-25).

Neue Hygienenorm fürs Tätowieren

Immerhin etwas hat sich in den letzten Jahren aber getan: Im Mai 2020 hat das *Deutsche Institut für Normung* (DIN) eine neue Norm unter dem Namen *Tätowieren – Sichere und hygienische Praxis* (DIN EN 17169) veröffentlicht. Diese Norm vereinheitlicht bereits existierende Standards in Europa. Darin werden Anforderungen an die Hygiene, den Tätowiervorgang und die Räume gestellt (26).

Angestossen wurde diese Norm von den Verbänden *Deutsche Organisierte Tätowierer* und *United European Tattoo Artist*. Dies zeigt immerhin, dass sich in der Branche etwas tut.

Die Norm soll nun verbindlich werden, indem die Gesundheitsämter die Tattoo-Studios anhand dieser Standards überprüfen. So würde es zumindest zu einer Vereinheitlichung kommen. Bisher unterschieden sich die Qualitätsstandards der Gesundheitsämter je nach Bundesland.

Tattoo – Das Gesundheitsrisiko auf einen Blick

Zusammenfassend lässt sich zum Gesundheitsrisiko durch Tattoos folgendes festhalten:

- Tattoo-Farben gelten aufgrund möglicher Inhaltsstoffe als allergen, erbgutverändernd, krebserregend und krebverdächtig. Sie erhöhen oxidativen Stress und vermindern die Mitochondrienaktivität. Alle diese Eigenschaften zusammen führen zu einer Belastung des körpereigenen Ausleit- und Entgiftungssystems, zu einer Schwächung des Immunsystems und zu einer Reduzierung der Energieproduktion – stellen also ein eindeutiges Gesundheitsrisiko dar.
- Allergische Reaktionen und die üblichen Wundreaktionen sind häufig – natürlich insbesondere in der unmittelbaren Zeit nach dem Stechen.
- UV-Strahlen (Sonnenlicht) – oder bei der Entfernung des Tattoos auch Laserstrahlen – können die in der Haut liegenden Pigmente aktivieren, worauf sich diese erst recht in schädliche Abbauprodukte umwandeln.
- Inwiefern sich tattooobedingte Infektionen (Hepatitis C), Krebs, Allergien oder andere tattooobedingte chronische Krankheiten langfristig entwickeln, wird man in den nächsten Jahren beobachten können.
- Die Kontrolle von Tattoo-Farben ist schwierig, wenn nicht gar bislang noch unmöglich. Daher ist es sowohl für Kunden also auch für Tätowierer nur schwer einschätzbar, welche Farbe mit und welche ohne Gesundheitsrisiko gestochen werden kann.

So können Sie gesundheitlichen Schäden durch Tattoos vorbeugen

Das naheliegendste wäre natürlich sich gar nicht erst tätowieren zu lassen. Möchten Sie sich aber dennoch ein Tattoo stechen lassen, sollten Sie folgendes beachten (27):

- Wenn Sie schwanger sind oder eine Nickelallergie haben, sollten Sie sich gar nicht tätowieren lassen.
- Bluter, Diabetiker, Herzranke sowie Personen mit Hauterkrankungen, Allergien oder Immunschwäche sollten zuvor mit ihrem Arzt sprechen.
- Lassen Sie sich im Tattoo-Studio beraten und trauen Sie Ihrem Eindruck. Wenn Sie merken, dass Sie nicht richtig aufgeklärt oder Ihre Fragen nicht kompetent beantwortet werden, suchen Sie sich ein anderes Studio.
- Seien Sie sich bewusst, dass sich Tattoos auch mit einer Laserbehandlung nicht immer vollständig entfernen lassen und dass diese Behandlung ebenfalls Risiken mitbringt.
- Achten Sie auf die Hygiene im Tattoo-Studio. Sind Sie sich auf den ersten Blick bereits unsicher, suchen Sie lieber ein anderes Studio auf. Fragen Sie direkt nach den Hygienemaßnahmen. Der Tätowierer sollte Einweghandschuhe tragen, eine sterilisierte Nadel verwenden und die Haut zwischendurch immer wieder desinfizieren.
- Lesen Sie die Inhaltsstoffe der Tattoo-Farbe durch und prüfen Sie, ob das Mittel auf der [RAPEX](#)-Liste steht.
- Zu guter Letzt finden Sie hier einige [Checklisten](#) des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft, die Sie vorher durchgehen sollten.
- Pflegen Sie Ihr Tattoo nach dem Stechen richtig, besonders in der Phase der Wundheilung. Dazu finden Sie ebenfalls eine Checkliste unter dem oben verlinkten Artikel.

Update vom 27.7.2020

Wir haben den Artikel am 27.7.2020 aktualisiert und dabei u. a. die folgenden Absätze hinzugefügt:

- Probleme mit Tattoo-Farben auch noch Jahre später
- Neue Hygienenorm fürs Tätowieren
- So können Sie gesundheitlichen Schäden durch Tattoos vorbeugen

Quellen

- Douglas Wu et al., Tattoo Lasers, Medscape, Stand: 26.02.2020.
- Kasten, E. Psychologische Aspekte von Tattoo & Co. J Ästhet Chir 10, 114-119 (2017).

- Bundesinstitut für Risikobewertung, Tattoos im Trend - Die Hälfte der Deutschen hält Tätowiermittel für sicher, 19.11.2018.
- Leger MC et al., "Self-reported adverse tattoo reactions: a New York City Central Park study, Contact Dermatitis, Mai 2015.
- Deutscher Bundestag, Gefährdung der menschlichen Gesundheit durch Farbpigmente in Tattoofarben, Informationen zu Studien und zu aktuellen Diskussion, 05.03.2020.
- Brockmann, S. Hygiene bei Tattoo-Conventions und in Tattoo-Studios. Risiko für Künstler und Kunden?. Das Gesundheitswesen. 74. 2012. 10.1055/s-0032-1307284.
- Francois F et al., "Association of tattooing and hepatitis C virus infection: a multicenter case-control study, Hepatology, Juni 2013.
- Kaur RR, Kirby W, Maibach H. Cutaneous allergic reactions to tattoo ink. J Cosmet Dermatol. 2009;8(4):295-300.
- Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz, Verordnung über Mittel zum Tätowieren einschliesslich bestimmter vergleichbarer Stoffe und Zubereitungen aus Stoffen (Tätowiermittel-Verordnung), Stand: 26.01.2016.
- Das Eidgenössische Departement des Innern (EDI), Verordnung des EDI über Gegenstände für den Schleimhaut-, Haut-, und Haarkontakt sowie über Kerzen, Streichhölzer, Feuerzeuge und Scherzartikel, Schweizerische Eidgenossenschaft, Stand: 01.12.2019.
- Das Eidgenössische Departement des Innern (EDI), Verordnung des EDI über kosmetische Mittel, Schweizerische Eidgenossenschaft, Stand: 01.02.2019.
- Ökotest, Tattoofarben, Abwiegeln, wegschieben, vertuschen, 28.12.2012.
- Tattoo inks contain polycyclic aromatic hydrocarbons that additionally generate deleterious singlet oxygen. Experimental Dermatology 2010; 19 : e275-e281.
- Lehner, Karin, et al. "Black tattoo inks are a source of problematic substances such as dibutyl phthalate." Contact dermatitis 65.4 (2011): 231-238.
- Hgsberg, Trine, et al. "Black tattoo inks induce reactive oxygen species production correlating with aggregation of pigment nanoparticles and product brand but not with the polycyclic aromatic hydrocarbon content." Experimental dermatology 22.7 (2013): 464-469.

- Lino Wirag, Schwermetall und Konservierungsstoffe: Landesamt bemängelt Tattoofarben, 16.11.2019.
- Wirtschaftskammer Österreich, RAPEX Meldungen, Stand: 31.01.2020.
- Engel E, Santarelli F, Vasold R, et al. Modern tattoos cause high concentrations of hazardous pigments in skin. Contact Dermatitis.
- Miller A, Lancaster-Weiss K, "Tattoo pigment in sentinel lymph nodes: A mimicker of metastatic malignant melanoma, 2005, Dermatology Online Journal.
- Peterson SL, Fitzpatrick JE et al, "Tattoo Pigment Interpreted as Lymph Node Metastasis in a Case of Subungual Melanoma, Hand, Mai 2008.
- CM Jack, A Adwani, H Krishnan, "Tattoo pigment in an axillary lymph node simulating metastatic malignant, Int Semin Surg Oncol. 2005; 2: 28.
- Tamura D, Maeda D, Terada Y, Goto A. Distribution of Tattoo Pigment in Lymph Nodes Dissected for Gynecological Malignancy. Int J Surg Pathol. 2019;27(7):773-777.
- Bundesinstitut für Risikobewertung, Übersicht der Präsentationen zum BfR-Symposium: First International Conference on Tattoo Safety am 6. Juni 2013, Erste internationale Konferenz zu Tattoo-Sicherheit am 6. Juni 2013.
- Bundesinstitut für Risikobewertung, Übersicht der Präsentationen zum BfR-Symposium: First International Conference on Tattoo Safety am 7. Juni 2013, Erste internationale Konferenz zu Tattoo-Sicherheit am 7. Juni 2013.
- Schreiver I et al., Formation of highly toxic hydrogen cyanide upon ruby laser irradiation of the tattoo pigment phthalocyanine blue, August 2015, Scientific Reports 5, Article number: 12915.
- Julian Pinnig, Qualitätssicherung für Tattoo-Fans, DIN e.V. 04.05.2020.
- Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft, Safer Tattoo, Risiken, Stand: 21.07.2020.

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art,

die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker