

Das riskante Revival der „Barbie-Droge“

11.7.2026 - | Stiftung Warentest

Schlank und braun gebrannt - für viele das Schönheitsideal. Melanotan soll den Weg abkürzen. Aber der Wirkstoff, oft als Nasenspray verwendet, ist illegal und gefährlich.

Schlanke Körper, brauner Bizeps - mit solchen Videos werden Nasensprays, Injektionsampullen und andere Produkte mit Melanotan derzeit in sozialen Netzwerken beworben und teils auch direkt vertrieben. Der Stoff, umgangssprachlich auch als „Barbie-“ oder „Ken-Droge“ bezeichnet, regt die körpereigene Melaninproduktion an und führt so zu einer Bräunung der Haut - ohne langes Sonnenbad. Auf Tiktok und Instagram wird zudem ein beliebter Nebeneffekt angepriesen: Das synthetische Peptidhormon zügelt den Appetit.

Doch der Verkauf von Mitteln mit Melanotan ist für kosmetische Zwecke illegal. Es handelt sich vielmehr um ein Arzneimittel mit zahlreichen Nebenwirkungen.

Übelkeit, Magenbeschwerden, veränderter Blutdruck

Zu den Risiken der Einnahme von Melanotan zählen Übelkeit, Magenbeschwerden, Appetitverlust und [Blutdruckveränderungen](#). Der Wirkstoff kann auch bestehende Muttermale verdunkeln - was das [Erkennen von Hautkrebs](#) erschwert.

Schon in den 2010er-Jahren wurde das Mittel verstärkt verwendet. Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte warnte bereits [2010](#) vor der Nutzung von Melanotan für kosmetische Zwecke - aufgrund der zahlreichen Nebenwirkungen. Auch die Stiftung Warentest informierte Verbraucherinnen und Verbraucher damals über die Risiken.

Melanotan - zwei Stoffe, ein Name

Melanotan I und Melanotan II sind zwei unterschiedliche Stoffe, die ähnlich wirken - analog zum körpereigenen Hormon α -MSH - und deshalb den gleichen Namen tragen. Ursprünglich wurden sie in den 1980er-Jahren als [Sonnenschutzmittel](#) erforscht. Die Idee: Die Melaninproduktion anregen, um lichtempfindliche Menschen vor UV-Strahlung und Hautkrebs zu schützen. Beide erhielten damals keine Zulassung als Arzneimittel.

Seit 2014 ist Melanotan I in der EU unter dem Handelsnamen Scenesse ausschließlich für die Behandlung einer sehr seltenen genetischen Erkrankung zugelassen, die mit extremer Lichtempfindlichkeit einhergeht. Das Mittel wird vom Arzt als Stäbchen unter die Haut injiziert.

Tarnung als Forschungskemikalie

Trotz der Risiken und obwohl der Verkauf von Produkten mit Melanotan I und II für kosmetische Zwecke illegal ist, werden diese weiterhin im Internet angeboten. „Viele dieser Websites deklarieren Melanotan als Forschungskemikalie - angeblich nur für wissenschaftliche Zwecke wie Laboranalysen. Das ist ein bekannter Versuch, die Arzneimittelgesetzgebung zu umgehen“, erläutert Tim Quinders, Projektleiter bei der Stiftung Warentest im Bereich Gesundheit.

„Da es sich bei den verkauften Produkten nicht um zugelassene Arzneimittel handelt, ist die Gefahr besonders hoch, beim Privatkauf an Verunreinigte zu geraten“, so Quinders. Auch das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte rät auf Nachfrage weiterhin davon ab, melanot-anhaltige Produkte aus unsicheren Internetquellen zu erwerben – auch dann, wenn sie von deutschsprachigen Anbietern verkauft werden.

Wir raten von der Anwendung der Melanotan-Produkte für kosmetische Zwecke ab. Es handelt sich um Arzneimittel, nicht um Kosmetika – und die Nebenwirkungen und Gefahren sind beträchtlich.

Tim Quinders, Projektleiter bei der Stiftung Warentest

Von der Bodybuilder-Szene zu TikTok und Instagram

Trotz aller Warnungen hat der Melanotan-Hype die Jahre überlebt. Seit den 2010ern kursierte die Substanz aufgrund ihrer bräunenden und gewichtsreduzierenden Wirkung vornehmlich in der Fitness- und Bodybuilder-Szene weiter. Momentan sind maximale Bräune und sehr dünne Körper auf Social Media wieder im Trend – damit erlebt auch Melanotan ein Revival.

Tipp: Sie wollen mit braunen Beinen durch den Sommer gehen? Unsere [Selbstbräuner-Testsieger](#) bieten eine gesündere und legale Alternative. Auch zum Abnehmen gibt es sicherere Alternativen. Wir haben [Diätkonzepte](#), [Diätshakes](#) und – für Menschen mit Adipositas – auch [Abnehmspritzen](#) getestet.

https://www.test.de/Nasenspray-zum-Schnellbraeunen-Das-riskante-Revival-der-Barbie-Droge-4206160-0?wt_mc=owned.site.rssfeeds.dl...