



Nebezpečné vybavenie domácnosti

Aby nám dom nevyhorel

Do väčšiny elektroniky, čalúneného nábytku, matracov a ďalších výrobkov sa pridávajú **brómové spomaľovače horenia**. Tieto látky sa však ľahko uvoľňujú a dostávajú sa do organizmu. Boli zistené v domovom prachu, krvi aj materskom mlieku. Ovplyvňujú štítnu žľazu a hormonálnu rovnováhu a sú vysoko rizikové hlavne pre vývoj mozgu počas vnútromaternicového vývinu. Dnes však už existujú firmy, ktoré tieto látky nahrádzajú bezpečnejšími.



Vymieňame nábytok a koberce

Z väčšiny z nich sa uvoľňuje **formaldehyd**. Trvá to aj niekoľko rokov, preto **je veľmi dôležité v miestnostiach s novým nábytkom a kobercami pravidelne a dôkladne vetrať**. Formaldehyd sa nachádza aj v mnohých ďalších produktoch, izolačných materiáloch, v nekrčivých látkach... Vzniká tiež biochemickým rozkladom (v organizme) aspartámu, umelého sladidla v žuvačkách a diétnych nápojoch. Vyvoláva alergické reakcie, bolesti hlavy, bolesti v hrudníku, chronické problémy, nespavosť. Laboratórne testy potvrdili súvislosť so vznikom rakoviny a poškodením DNA.

Variť na teflónovej panvici?

Pri vysokých teplotách alebo poškodení povrchu sa z nej môžu uvoľniť perfluórovane látky. Používajú sa na výrobu nelepivých povrchov a nepremokavých materiálov. Nájde ich najmä v kobercoch, topánkach, nábytku, športových a turistických odevoch, **povrchoch panvíc a riadov (teflón)**. **Patria k najrozšírenejším toxickým chemikáliám**, ktoré boli zistené v organizmoch po celej planéte. Vyvolávajú vrodené anomálie, narúšajú hormonálny a imunitný systém a funkcie štítnej žľazy.

Čo môžeme urobiť:

- Uprednostňujeme prírodné materiály, ktoré nie sú ošetrené toxickými látkami.
- Kupujeme nábytok z dreva alebo si ho dajme vyrobiť, alebo taký, ktorý deklaruje, že neobsahuje nebezpečné látky.
- **Ak si kúpime „klasický“ koberec, nábytok z drevotriesky, miestnosti pravidelne a intenzívne vetrajme aspoň jeden mesiac. Neumiestňujeme tieto výrobky do izby, kde spí bábätko.**
- Neumiestňujeme elektroniku do spální, detských izieb. Snažme sa minimalizovať jej použitie. Pravidelne vetrajme miestnosti s elektronikou.
- **Pri varení v teflónových riadoch sa snažme obmedziť dĺžku varenia aj teplotu, pri dlhšom varení za vysokej teploty miestnosť vetrajme.**
- Pred použitím nového oblečenia alebo posteľnej bielizne ich preperme v horúcej vode. Nekupujeme oblečenie z nekrčivej látky.
- Nekupujeme podozrivo lacné výrobky z dovozu, bez slovenského návodu na použitie. Pozorne čítajme etikety, zloženie výrobku.

O účinkoch mnohých ďalších látok sa dozviete viac na našej web stránke www.priateliazeme.sk/spz



Je len na nás, do akej miery dovolíme množstvu rôznorodej zmesi chémie ovplyvňovať naše zdravie.

Tento leták vydali **Priatelía Zeme - SPZ**, ktorí
- sú neziskovou organizáciou chrániacou životné prostredie
- sú nezávislí na vláde, politických či firemných záujmoch
- realizujú vzdelávaciu a praktickú pomoc občanom, školám, obciam
- pracujú na zlepšení legislatívy

Staňte sa členom Priateľov Zeme - SPZ

Podporte finančným príspevkom aktivity Priateľov Zeme. Číslo nášho účtu: 4350054728/3100.

Staňte sa sympatizantom Priateľov Zeme - SPZ

Ak chcete byť zaradený do Infomailu a dostávať tak mailom správy z našej činnosti, pozvánky na akcie, výzvy na aktívnu pomoc, napíšte nám Váš mail. Ak chcete dostávať náš štvrťročník Ekolisty, napíšte aj Vašu poštovú adresu.

Staňte sa dobrovoľníkom Priateľov Zeme - SPZ

Ak nám chcete pomôcť s rôznymi aktivitami v rámci celého Slovenska, napr. s účasťou na informačných stánkoch, s prekladmi, umeleckou činnosťou... kontaktujte nás.

Spolu môžeme lepšie chrániť prírodu

Priatelía Zeme - SPZ
P.O.BOX H-39
Košice 040 01
tel./fax: 055 / 677 1 677
mobil: 0903 77 23 23
e-mail: spz@priateliazeme.sk
www.priateliazeme.sk/spz
č. účtu: 4350054728/3100



Tento leták bol vydaný v rámci projektu „Od triedenia k minimalizácii odpadu“, ktorý je spolufinancovaný z finančného mechanizmu Európskeho hospodárskeho spoločenstva, Nórskeho finančného mechanizmu a štátneho rozpočtu Slovenskej republiky.



naš TOXICKÝ DOMOV

Dnešné dieťa má pri narodení v tele 300 chemikálií, ktoré naši starí rodičia v tele nemali. Prichádzame s nimi do styku každodenne. Nachádzajú sa v rôznych výrobkoch a materiáloch. Ukladajú sa v našom tele a ich celkové účinky na zdravie nepoznáme vôbec, alebo ich len odhadujeme. V EU sa vyrobí vyše 2400 druhov chemikálií, ktorých produkcia pri každej z nich prekračuje množstvo 1000 ton. **Iba pre 10% z nich sú dostupné údaje o ich rakvinotvorných účinkoch a pre 20% máme informácie o ich vplyve na plodnosť.**

(Zdroj: EEA)

Týmto letákom Vás chceme upozorniť na niektoré nebezpečné látky, s ktorými sa môžeme stretnúť v každodennom živote a poukázať na ich bezpečnejšie alternatívy.

Drogéria a kozmetika – čo sa nezmestilo do reklamného času

Reklama nás núti brániť sa proti armáde nebezpečných baktérií. Pozrime sa však na našu zbraň – čistiace prostriedky s obsahom chlóru, kyselín a iných chemikálií. Chceme byť krásni a zdraví vďaka kozmetike? Môžeme, ale musíme si vybrať tú pravú. **V bežnej drogérii a kozmetike sa spolu môže nachádzať až 5000 rôznych látok**, ktoré sa skrývajú pod pomenovania ako parfum, detergent, zjemňovač, farbivo, čo znie menej odstrašujúco.



Dráždivý chlór v čistiacich prostriedkoch, bielinách...

Jeho vdychnutie môže viesť k podráždeniu sliznice, bolesti hrdla, kašľu, vyššie dávky až k zástave dýchania.

Používať chlór v bežnej domácnosti je prinajmenšom zbytočné. Nežijeme v nebezpečnom laboratóriu, stačia

čistiace prostriedky bez obsahu chlóru. Chlór spôsobuje problémy životnému prostrediu a zdraviu už pri samotnej výrobe, preto by sme mali jeho použitie dobre zvážiť.

Triklozan v antibakteriálnych mydlách, zubných pastách, deodorantoch, ústnych vodách...

Triklozan (Triclosan) je látka, ktorá má antibakteriálne účinky. Štúdie potvrdzujú jeho bioakumulatívne vlastnosti – hromadí sa v organizme a spôsobuje poruchy hormonálneho systému a vývojové poruchy u detí. Aj kvôli rozšírenému používaniu triklozanu narastá odolnosť baktérií voči antibiotikám.



Vyvoňaná domácnosť

Vôňa kvetín, sušených bylín či ovocia – to už nie je „in“ – potrebujete osviežovač vzduchu. Arómy, parfums (často pod označením „fragrances“) sú súčasťou celej škály drogérie. Toto označenie však zahŕňa **viac ako 4000 rôznych látok**, preto nie je možné určiť o akú konkrétnu ide. Americký národný inštitút pre pracovnú bezpečnosť a zdravie už v roku 1989 ohodnotil **2982 druhov týchto látok ako škodlivých pre zdravie**. Sú medzi nimi alergény, spúšťače astmy, látky ktoré vplývajú na centrálny nervový systém a ovplyvňujú správanie.

Vedeli ste, že...

- každodenne naličená žena „zje“ za svoj život okolo 2 kg rúžu? Tak sa do jej tela dostávajú syntetické oleje a vosky – deriváty ropy, farbivá na báze uhoľného dechtu, parfums.
- pravidelné farbenie vlasov syntetickými farbami zvyšuje riziko rakoviny? Farby na vlasy väčšinou obsahujú formaldehyd, olovo, amoniak, deriváty uhoľného dechtu (www.lesstoxicguide.ca).

Čo môžeme urobiť:

- Skúsme znížiť používanie čistiacich prostriedkov a kozmetiky. Väčšina z nich je luxus a výdavky na ne by vytrhli z chudoby množstvo ľudí v rozvojových krajinách.
- **Uprednostňujeme 100 % prírodnú kozmetiku a ekologické čistiace prostriedky.**
- **Používajme viac ocot, sódu, mydlo, kyselinu citrónovú na čistenie kúpeľne a kuchyne – www.priateliazeme.sk/spz/ekoporadna alebo ekologické čistiace prostriedky.**
- Vyvarujeme sa bežnému používaniu antibakteriálnych prostriedkov.
- Nepoužívajme chlórové čistiace prostriedky.
- Ak musíme použiť chlór (alebo chlórový prípravok), nemiešajme ho s inými prípravkami s obsahom kyselín a amoniaku a poriadne vetrajme.

O účinkoch mnohých ďalších látok sa dozvieme viac na našej web stránke www.priateliazeme.sk/spz

Nebezpečné plasty

Rozoznajte PVC od iných plastov

PVC je plast, ktorého výroba a zneškodňovanie spôsobuje veľké problémy životnému prostrediu kvôli obsahu chlóru. Recyklovateľný je len v obmedzenej miere. Z PVC sú vyrobené niektoré potravinové fólie, téglíky, dózy, hračky, kancelárske obaly, rukavice, obaly šampónov, sprchovacie závesy, plastové obrusy a pršiplášte. Ďalej je to väčšina plastových okien, vonkajších žalúzií, podlahových krytín, platobných a čipových kariet, káblov, vodovodných potrubí...

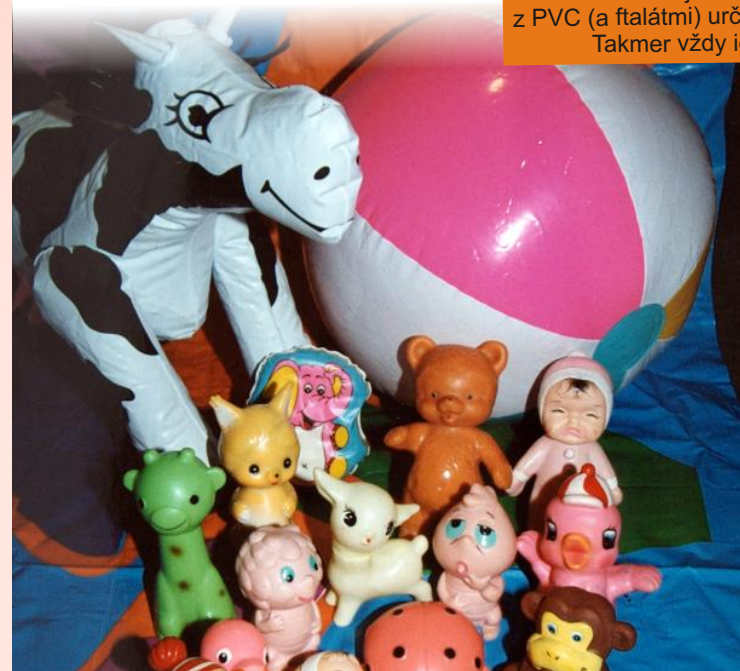
Predaj hračiek z PVC kvôli obsahu zmäčkovadiel - ftalátov je v EU **zakázaný** pre deti do troch rokov. Tie isté ftaláty však môžu byť stále súčasťou zdravotníckych pomôcok a obalov potravín. Ftaláty sa z týchto výrobkov ľahko uvoľňujú ohýbaním alebo teplom, dostávajú sa či už jedlom cez obaly potravín alebo cmúľaním hračiek do organizmu. Najčastejšie poškodzujú mužský reprodukčný systém, štítnu žľazu, pečeň, obličky, ale aj vyvíjajúci sa plod.



Označenie PVC
PVC je označený číslom 3 v trojuholníku alebo nápisom PVC, vynil, či písmenom V.



Pozor na hračky, na ktorých je nápis „Nevhodné pre deti do troch rokov“ hoci je to zjavne hračka určená napr. pre dojčatá na cmúľanie, hryzenie... Môže to znamenať len to, že výrobca naoko dodržiava zákon a nepredáva hračky z PVC (a ftalátmi) určené deťom do troch rokov. Takmer vždy ide o hračky z Číny.



Sú všetky dojčenské fľaše bezpečné?

Polykarbonáty sú tvrdé plasty, ktoré sú nebezpečné najmä ako obaly potravín. Z nich sa hlavne teplom uvoľňuje nebezpečný bisfenol A (BPA). Ten ovplyvňuje hormonálnu sústavu, vyvoláva zmeny reprodukčného systému a oslabuje imunitu.

Rizikové sú najmä dojčenské fľaše, z ktorých sa bisfenol A uvoľňuje tým viac, čím je vyššia teplota nápoja a tiež nádoby na potraviny, ktoré sú zohrievané v mikrovlnnej rúre.

Voľným okom sa nedá zistiť, či nádoby obsahujú bisfenol A. Dnes sa už výrobcovia na výrobku „chvália“, že bisfenol A ich výrobok neobsahuje. Väčšina výrobkov bez takéhoto označenia však túto látku v sebe má.

Čo môžeme urobiť:

- **Uprednostňujeme drevené a textilné hračky, nekupujeme hračky v čínskych obchodoch alebo „obchodoch za 1 €“**, nekupujeme plastové hračky pre deti do troch rokov vyrobené v Číne.
- Snažme sa deťom vymyslieť a vyrobiť naše originálne hračky z bezpečných materiálov.
- Všímajme si označenie obalov potravín a nekupujeme tie balené v PVC.
- Vyhnime sa používaniu plastových dojčenských fliaš, používajme sklenené, alebo s označením bez bisfenolu A.
- Ak máme plastové fľaše, nelejte do nich horúcu vodu a nápoje.
- Neohrievajme jedlo v mikrovlnke v plastových nádobách.