

Hormoonsüsteemi kahjustavad kemikaalid igapäevatoodetes



"Balti riikide infokampaania ohtlikest ainetest"
Projekt Nr. LIFE10 INF/EE/108 (BaltInfoHaz)



MÕTLE MIDA TARBI

VÄLI VÄHEM OHTLIKKE AINEID SISALDAVAID TOOTEID

Milles seisneb probleem?

Halvenev sperma kvaliteet, naiste viljatus, sagenenud diabeet, vähihoht ja rasvumine on üksnes mõned negatiivsed tervisemõjud, mida seostatakse hormoonsüsteemi (ehk endokriinsüsteemi) kahjustavate kemikaalidega (EDC*). Hormoonsüsteemi kahjustajad on ained, mis häirivad hormoonsüsteemi, käitudes nagu endogeensed hormoonid. Teisisõnu blokeerivad EDCd näiteks hormoonireseptoreid ja võivad seega mõjutada ka füüsilist arengut. EDCde mõju on suuresti organismi imendumise ajast, eriti kahjulikud on nad sellistel olulistel arenguperioodidel nagu raseduse kriitiline faas (loote arengufaas), imikuiga, varane lapseiga ja noorukiiga.

Meie arvates ei ole olemas ohutut kogust! Kriitilistel arenguperioodidel peaksid inimesed olema hormoonsüsteemi kahjustajate vastu eriti kaitstud, kuna paljud EDCd on väga püsivad ning isegi väikesed kogused võivad inimese arengut kahjustada.

Praeguseks on teada üle 200 aine, millel on hormoonsüsteemi kahjustav toime. Nende hulgas on näiteks bisfenool-A, parabeenid ja ftalaadid, mida leidub paljudes igapäevatoodetes ning samuti saasteainetena toidus, mille kaudu kemikaalid satuvad meie organismi. Ehkki paljud uuringud on näidanud teatud EDCde negatiivset mõju inimestele, loomadele ja keskkonnale, siis õigusaktidega kehtestatud piirmäärad nende kasutamise kohta praktiliselt puuduvad.

Kas on olemas seadused, mis meid kaitsevad?

Ehkki kõigile ELi turul olevatele ainetele kehtib kemikaalide ja nende ohutu kasutamise määrus REACH, puudub eraldi säte hormoonsüsteemi kahjustajate kohta. Seda seepärast, et ELis puudub ühtne kokkulepitud arusaam sellest, kuidas EDCsid määratleda. Sellegipoolest on võimalik EDCdele kehtestada autoriseerimismenetlus juhtumipõhiselt.

Mõned kindlatele toodetele või tootegruppidele kohalduvad õigusaktid määratlevad ohtlike kemikaalide kontsentratsiooni piirmäärad või kasutuskeelu. Kuid EDCde kasutamise piirangud on võrdlemisi uus küsimus ning on tekkinud vajadus rangema reguleerimise järele. Mõned ELi riigid nagu Taani ja Prantsusmaa rakendavad üldsuse kaitsmiseks EDCde eest rangemaid riiklikke keelde kui need, mis on olemas ELi tasandil. Siiski ei ole hormoonsüsteemi kahjustajatest tulenevate riskide ohjamisel üldist ja süsteemset lähenemist ning vastavad poliitilised meetmed on vajalikud.

Olge aktiivne – küsige toodetes olevate ohtlike ainete kohta!

Teil on õigus küsida toodete koostise kohta! Mida kriitilisemad ja nõudlikumad on tarbijad, seda kiiremini muudavad tootjad oma tootepoliitikat. Sellise tegevusega saate mõjutada tootjaid ning ka seda, mida turul üldiselt pakutakse.

EL-i määrus kemikaalide ja nende ohutu kasutamise kohta (REACH) kohustab tootjaid ja tarnijaid 45 päeva jooksul vastama küsimustele teatud keemiliste ainete olemasolu kohta müüdavates toodetes. Rohkem infot saate meie projekti kodulehelt.

Võimalusel valige ökomärgisega tooteid!

Mistahes toode, millel on mõni alltoodud ökomärgistest, on läbinud põhjaliku testimise sõltumatu institutsiooni poolt, kes on tõendanud toote vastavust ökomärgise kriteeriumitele. Ökomärgis kinnitab, et toode sisaldab vähem ohtlikke kemikaale ning on inimestele, loomadele ja keskkonnale vähem kahjulik. Lisainformatsiooni erinevate märgiste kohta leiate meie kodulehelt.

		Tekstiilid ja rõivad	Kehahooldus ja beebikosmeetika	Mänguasjad	Ehitusmaterjalid
Euroopa Liidu Lilleke		X	X		X
Põhjamaade Luik		X	X	X	X
Saksamaa Sinine Ingel				X	X
ÖkoTex		X		X	

Toit ja toidupakendid

Kahjulikud ained toidus võivad olla kas pestitsiidijäägid (puu- ja köögiviljades) või toidu töötlemisest ja pakendamisest toitu jäänud saasteained (nt bisfenool-A, BPA). Ehkki selle kohta on piisavalt murettekitavaid andmeid, kasutatakse BPAd endiselt plastist toidupakendites. Teised EDCd, mis võivad pakendist toidu sisse jõuda, on näiteks antioksidandid ja plasti pehmedajad (ftalaadid). Samuti võib toidus leiduda selliseid säilitusaineid nagu propüülparabeen (E216) ja butüülhüdrosüanisool (BHA, E320).

Hea nõu



- Eelista alati klaasnõusid plastknõudele! Kasutage oma toidu säilitamiseks või pakkimiseks mitteplastist alternatiive nagu klaas, keraamika või roostevaba teras.
- Ärge kuumutage toitu plastnõudes, eriti mikrolaineahjus.
- Eelistage plastikut ringluskoodiga 1,2,4 ja 5. Nendest vabaneb vähem kemikaale.
- Vältige plastikut (toidupakendeid) ringluskoodiga 3, 6 ja 7. Võivad sisaldada ohtlikke kemikaale.
- Kasutage konservtoitu ainult harva. Peeaegu kõik toidupurgid on vooderdatud bisfenool-Ad sisaldava epoksüvaiguga.
- Mahetoidu sertifikaadiga toidus on enamasti palju vähem pestitsiidide jääke.

Tekstiilid, rõivad ja jalatsid

Kuigi nonülfenoolide ja nende etoksülaatide kasutamine tekstiilitöötluses on Euroopas keelatud, jõuavad nad ELi turgudele teistest riikidest imporditud rõivastes, kus neid endiselt kasutatakse tekstiilide puhastamiseks. Teine probleem tekstiilidega on ftalaate sisaldavad PVC-katted, mida kasutatakse sageli tekstiilile piltide ja logode trükkimiseks. Ftalaatidele lisaks võivad antimikroobsete omadustega rõivad nagu spordirõivad, aluspesu ja sokid sisaldada tribütüültina. Ftalaate ja TBTd leidub ka kummisaabastes, plastkottades, vihmapiikstes ja muudes veekindlates rõivastes.

Hea nõu

- Ärge ostke lasteriideid, mis sisaldavad PVC-katteid piltidena. Kummisaapad, plastkotad ja kummiplätud on tooted, millele leidub PVC-vabasisid alternatiive.
- Soovitav on valida rõivad, mis sisaldavad mahepuuvilla ja looduslikke kiude (abiiks on ökomärgised ÖkoTex, EL-i Lilleke, Põhjamaade Luik).
- Ärge kasutage antibakteriaalsete omadustega tooteid nagu näiteks sokid.
- Peske uued riided enne kandmist läbi.





Kehahooldustooted ja beebikosmeetika

Mõned kosmeetikatoodete koostisained võivad avaldada negatiivset mõju, kahjustades hormonaalsüsteemi. Nende hulgas on näiteks päikesekaitsetoodetes ja päevakreemides sisalduvad UV-filtrid ning säilitusained (enamasti parabeenide kujul), mida leidub dušigeelides, šampoonides, kreemides, emulsioonides ja beebikosmeetikas.

Hea nõu

- Pöörake tähelepanu kosmeetikatoodete koostisainetele.
- Ärge ostke beebikosmeetikat, mis sisaldavad säilitusainetena propüülparabeeni, butüülparabeeni või BPA-d.
- Vältige päikesekaitse- ja nahahooldustooteid, mis sisaldavad hormone mõjutavaid UV-filtreid (vt tabel). Mineraalsete UV-filtritega päikesekaitsetooted on paremad.
- Vähem on parem. Kasutage beebikosmeetikat ainult siis, kui tõesti vaja.

Lastetooted ja mänguasjad

Imikud ja väikelapsed avastavad ümbrust kõigi meelte kaudu. Saasteained võivad beebi kehasse jõuda suu kaudu ning ka nende äärmiselt õhukese naha kaudu. Seetõttu tuleks osta beebitooted, mis ei sisalda PVCd ega BPAd. Pidage meeles, et ka mänguasjad võivad sisaldada palju saasteaineid. Plastnukud ja pehmed plastmänguasjad võivad sisaldada hormoonsüsteemi kahjustavaid plasti pehmedajaid (ftalaate) ning plüüsis või pehmed kaisulelud võivad sisaldada kahjulikke broomitud leegiaeglusteid. Kahjuks ei ole laste mänguasjades kasutatavate kemikaalide kohta olemas nende tootesildile märkimise nõudeid.



Hea nõu

- Valige sellised lutid, beebipudelid, toidunõud ja muud beebitooted, mis ei sisalda BPAd ega PVCd.
- Eelistage looduslikest kiududest valmistatud nukke ja pehmeid mänguasju (abiks on ökomärgised nagu ÖkoTex ja Põhjamaade Luik).
- Ärge ostke mänguasju, millel on ebameeldiv lõhn. Peske kaisulelud enne lapse kätte andmist üle.
- Ärge andke oma lapsele pehmeid plastlelusid, mis ei ole lubatud alla 3-aastastele lastele.



Üldised soovitused

- Vähem on parem! Mõelge hoolikalt järele, mida vajate. Paljud hormoon-süsteemi kahjustavate kemikaalide allikad ei ole veel teada, sest puudub piisav informatsioon nende kemikaalide sisalduse kohta erinevates toodetes ja materjalides.
- Pöörake tooteid ostes tähelepanu ökomärgistele, mahetoidu märgistele või sellistele mõistetele nagu PVC-vaba, parabeenivaba või BPA-vaba.
- Vältige PVC-d sisaldavaid tooteid. Üldreeglina on klaasist või roostevabast terasest toidupakend parem kui plast.
- Looge kodus ohtlikest ainetest vaba keskkond – nii kaitsete enda ja oma laste tervist.
- Lugege ka meie teisi infoteatmikke. Samast sarjast tarbija infoteatmik saadaval ka kosmeetika, beebikosmeetika, mänguasjade, kodu renoveerimise ja kodukeemia kohta (alla laaditavad meie kodulehelt).

Lastetooted	Mänguasjad	Kehahoodustooted ja beebikosmeetika	Pakendid	Tekstiil, rõivad, jalatsid	EDCd	Kuidas neid ära tunda
X (jah)	X (ei)		X (jah)		Bisfenool-A (BPA)	BPAd võib leiduda plastis, millel on kood 7  ja mis on märgistatud kui PC (polükarbonaat)
X (ei)	X (ei)	X (ei)	X (ei)	X (ei)	Ftalaadid	Ei ole otseselt märgitud; vältida PVCga tooteid: tähistatud kas PVC või koodiga 3 
		X (jah)			UV-filtrid	Märgitud kui: bensofenoon-3 (oksübensoon), 3-bensülideenkamper (3-BC), 4-metüülbensülideenkamper, 4,4-dihüdoksübensofenoon, etüülheksüül-metoksütsinna-maat (oktinoksaat, OMC)
		X (jah)			Säilitusained	Parabeenid kosmeetikas: butüülparabeen, propüülparabeen
X (ei)	X (ei)			X (ei)	Alküülfenoolid (Oktüülfenoolid, Nonüülfenoolid ja nende etoksülaadid)	Küsige tootjalt
X (ei)	X (ei)			X (ei)	Broomitud leegiaeglustid	Küsige tootjalt

jah: Märgitud tootele, pöörake tähelepanu koostisainete loetelule või tootel olevatele juhistele.

ei: EDCd ei ole otseselt märgitud, küsige kindlasti tootjalt, et teada saada, kas toode sisaldab hormoonsüsteemi kahjustajaid.

Hormoonsüsteemi kahjustavad kemikaalid igapäevatoodetes

www.thinkbefore.eu



Infoteatmik on kohandatud "Euroopa Naised Ühise
Tuleviku Eest" (WECF) juhendist nende nõusolekul.
Autoriõigus © MTÜ Balti Keskkonnafoorum Eesti 2013



See infoteatmik on koostatud ja trükitud projekti "Balti riikide infokampaania
ohutikest ainetest" (BaltInfoHaz) raames, mida rahastab Euroopa Ühenduse LIFE+
programm /Projekt Nr. LIFE10 INF/EE/108/. Teatmiku sisu eest vastutab täielikult
Balti Keskkonnafoorum ja see ei esinda mingil moel Euroopa Liidu seisukohti.



MÕTLE MIDA TARBID

VALI VÄHEM OHTLIKKE AINEID SISALDAVAID TOOTEID