

ΕΝΩΣΗ ΚΑΤΑΝΑΛΩΤΩΝ ΒΟΛΟΥ

Χημικά, ένας αόρατος κίνδυνος Είναι αναρίθμητες, αόρατες και συχνά άοσμες. Πολλές απ' αυτές όμως είναι εξαιρετικά επικίνδυνες. Οι χημικές ουσίες συνθέτουν τα χιλιάδες καταναλωτικά αγαθά που έχουμε στο σπίτι μας. Από 100.000 χημικά που υπάρχουν στην αγορά τα 30.000 παράγονται σε ποσότητες άνω του ενός τόνου ετησίως το καθένα και απ' αυτά μόνο για τα 2.700 έχουν μελετηθεί επαρκώς οι επιπτώσεις τους στην ανθρώπινη υγεία και το οικοσύστημα. Τεχνητές βιοσυσσωρευόμενες τοξικές ουσίες που έχουν απαγορευτεί εδώ και χρόνια (π.χ. DDT) εντοπίζονται σε όλους τους ανθρώπους, ορισμένες μάλιστα σε υψηλά επίπεδα.

Ένα υγιές σώμα είναι ένας αποτελεσματικός μηχανισμός εξάλειψης των τοξινών μέσω του συκωτιού, των απεκκρίσεων, των ιδρωτοποιών αδένων κλπ. Οποιαδήποτε δυσλειτουργία αυτών των συστημάτων μπορεί να προκαλέσει συσσώρευση τοξινών και αρρώστια. Επιπλέον τα συστήματα αυτά, δεν μπορούν να αποβάλλουν τις συνθετικές χημικές ουσίες. Το έμβρυο και το παιδί είναι πιο ευάλωτα γιατί ο οργανισμός τους αναπτύσσεται συνεχώς. Αυτό οδηγεί σε τριπλάσια λήψη τοξικών ουσιών που μπορεί να υπάρχουν στον αέρα, το νερό και τα τρόφιμα.

Συνέπειες στον άνθρωπο. Η αλόγιστη και ανεξέλεγκτη παραγωγή χημικών ουσιών που απελευθερώνονται στο περιβάλλον και απορροφώνται από το ανθρώπινο σώμα, μπορεί να έχει μακροχρόνιες συνέπειες. Από απλές αλλεργίες και παθήσεις του αναπνευστικού μέχρι βλάβες στο νευρικό, ενδοκρινικό, ανοσοολογικό, αναπαραγωγικό σύστημα κ.α. Οι συνθετικές χημικές τοξικές ουσίες που συσσωρεύονται στον οργανισμό είναι υπεύθυνες για την πρόκληση καρκινογένεσεων σε διάφορα όργανα.

Συνέπειες στο περιβάλλον. Ατμοσφαιρική ρύπανση, τρύπα του όζοντος, ρύπανση των υπόγειων υδάτων, ευτροφισμός.

Όρια ασφαλείας. Τα "όρια ασφαλείας" των χημικών ουσιών που επικαλούνται οι επιχειρήσεις καθορίστηκαν αυθαίρετα μέσω της πολιτικής διαπλοκής με τις κυβερνήσεις. Για τις τοξικές ουσίες δεν υπάρχουν επίπεδα που να θεωρούνται ασφαλή.

Κατηγορίες τοξικών ουσιών ανάλογα με τις συνέπειες. Τοξικές, πολύ τοξικές, καρκινογόνες, ερεθιστικές, μεταλλαξιγόνες, τοξικές στην αναπαραγωγή, αλλεργιογόνες, επιβλαβείς, διαβρωτικές.

Οδοί εισόδου: Αναπνευστικό σύστημα (η κυριότερη οδός), το δέρμα, τα μάτια και το πεπτικό σύστημα.

Ποιες επικίνδυνες χημικές ουσίες υπάρχουν στα προϊόντα καθημερινής χρήσης. Τι μπορούμε να κάνουμε ώστε να ελαττώσουμε την έκθεσή μας σ' αυτές;

Καθαριστικά, απορρυπαντικά. Μπορεί να περιέχουν πτητικές οργανικές ενώσεις (VOCs), φωσφορικά άλατα, βενζόλιο, αντιμικροβιακό Triclosan και μικροβιοκτόνες Φαινόλες. Δεν αγοράζουμε καθαριστικά που έχουν «αντιμικροβιακή» δράση ή περιέχουν χλώριο. Χρησιμοποιούμε παρασκευάσματα όπως ξύδι, σόδα και οινόπνευμα για καθαρισμό. Πλένουμε με ειδικά αγνά σαπούνια πλυντηρίου ή αγοράζουμε καθαριστικά και απορρυπαντικά, με το σήμα Eco-label της Ε.Ε.

Οι καλλιέργειες τροφίμων ψεκάζονται με εντομοκτόνα και παρασιτοκτόνα. Τα δηλητηριώδη κατάλοιπα των φυτοφαρμάκων συσσωρεύονται στα όργανα και τους λιπώδεις ιστούς των ζώων και καταλήγουν στον τελικό καταναλωτή, τον άνθρωπο με μακροπρόθεσμες τοξικές επιπτώσεις. Πλένουμε τις φυσικές τροφές και τα χέρια μας, σχολαστικά, πριν το φαγητό. Προτιμούμε βιολογικά τρόφιμα, ώστε να αποφεύγουμε τα χημικά λιπάσματα και τα εντομοκτόνα.

Έπιπλα, Χαλιά. Τα έπιπλα με καπλαμάδες περιέχουν φορμαλδεΐδη, η μελαμίνη περιέχει αρσενικό, ενώ όλα περιέχουν μικροβιοκτόνες φαινόλες, και συντηρητικά. Τα καινούργια χαλιά, τα φρεσκοβαμμένα έπιπλα και οι ταπεσαρίες, μπορεί να περιέχουν τοξικές ουσίες γι' αυτό τα αφήνουμε να αεριστούν για μέρες, πριν τα χρησιμοποιήσουμε. Προτιμάμε έπιπλα από απόφιο ξύλο χωρίς τοξικά βερνίκια (και όχι συνθετικά έπιπλα από MDF), ειδικά για τα βρέφη που συνηθίζουν να τα δαγκώνουν ή να τα γλείφουν.

Ηλεκτρικές και ηλεκτρονικές συσκευές. Μπορεί να περιέχουν βρωμιούχα επιβραδυντικά φλόγας (B.E.Φ.), που μπορεί να διαρρεύσουν και να τις εισπνεύσουμε. Οι οθόνες των υπολογιστών μπορεί να περιέχουν υδράργυρο. Αγοράζουμε έπιπλα και ηλεκτρικές συσκευές, που δεν περιέχουν B.E.Φ ή που φέρουν το οικολογικό σήμα eco-label της Ε.Ε.

Αποσμητικά χώρου. Τα αποσμητικά χώρου, δεν καθαρίζουν τον αέρα, αλλά αντίθετα τον μολύνουν. Περιέχουν χημικές αρωματικές ουσίες και πτητικές οργανικές ενώσεις (VOCs). Αερίζουμε καλά τους χώρους και χρησιμοποιούμε φυσικά υλικά όπως λουλούδια, λεβάντα κ.α για να αρωματίσουμε τους χώρους

Στρώματα, Υφάσματα. Μπορεί να περιέχουν φορμαλδεΐδη και βαρέα μέταλλα που χρησιμοποιούνται, στις βαφές υφασμάτων. Ένα στρώμα (κυρίως με αφρό λατέξ), μπορεί να περιέχει υπολείμματα βουταδιενίου και νιτροζαμινών, υψηλό ποσοστό B.E.Φ., πτητικές οργανικές ενώσεις (VOCs) και φορμαλδεΐδη.

Αγοράζουμε προϊόντα με το σήμα eco-label. Φροντίζουμε για τον συχνό αερισμό της κρεβατοκάμαράς μας.

Τα καλλυντικά μπορεί να περιέχουν BHT (butylated hydroxytoluene), οι οδοντόκρεμες Triclosan, οι βαφές μαλλιών παρα-φενυλονοδιαμίνη PPD, τα βερνίκια νυχιών φθαλικούς εστέρες. Η οδοντόκρεμα, το σαμπουάν, το σαπούνι ή η ενυδατική κρέμα μπορεί να περιέχουν το μικροβιοκτόνο parabens, χημικές αρωματικές ουσίες,

λαυριλοθεικό νάτριο. Προτιμάμε φυτικές βαφές μαλλιών ή χρωμοσαμπουάν. Αγοράζουμε βιολογικά καλλυντικά.

Αρώματα (perfume) – Πάνω από 300 διαφορετικά χημικά συστατικά χρησιμοποιούνται για τη δημιουργία τους. Από αυτά, περίπου 100 είναι αλλεργιογόνα. Μπορεί να περιέχουν φθαλικούς εστέρες και συνθετικά musk. **Τα αντηλιακά** περιέχουν τουλάχιστον επτά επικίνδυνες χημικές ουσίες. **Τα τατουάζ** γίνονται με συνθετικά χρώματα που περιέχουν βαρέα μέταλλα. Αγοράζουμε φυτικά και βιολογικά καλλυντικά. Αποφεύγουμε την έκθεση μικρών παιδιών σε αρωματισμένα προϊόντα.

Οικιακά εντομοκτόνα. Μπορεί να περιέχουν 20% lindane και άλλες τοξικές ουσίες. Για αποφύγουμε τα εντομοκτόνα δεν αφήνουμε εκτεθειμένα τρόφιμα, κλείνουμε τις χαραμάδες, αερίζουμε καλά τα ντουλάπια, χρησιμοποιούμε φυτά που απωθούν τα έντομα (βασιλικός). Για την καταπολέμηση του σκώρου χρησιμοποιούμε φυσική λεβάντα αντί για ναφθαλίνη και για τις κατσαρίδες (ορυκτό) βόρακα.

Μπογιές, βερνίκια. Περιέχουν διαλύτες δηλ. πτητικές οργανικές ενώσεις (VOCs), βενζόλιο κ.α. Όταν χρησιμοποιούμε διαλυτικά ή σπρέι ανοίγουμε τα παράθυρα. Οι παλιές βαφές μπορεί να περιέχουν μόλυβδο. Δεν καίμε στο τζάκι βαμμένα ή βερνικωμένα ξύλα ή συμπιεσμένα υποκατάστατα ξύλου ή άλλα συνθετικά υλικά.

Πλαστικά για τρόφιμα. Τα διάφορα είδη πλαστικών (PVC, PC, HDPE, PET.), οι διαφανείς μεμβράνες τροφίμων, φελιζόλ συσκευασίας, μπιμπερό, μπουκάλια νερού ή λαδιών κ.α., μπορεί να μεταφέρουν στα τρόφιμα τοξικές χημικές ουσίες (φθαλικά, αδιπικά).

Αγοράζουμε ποτά, αναψυκτικά, λάδια κλπ. σε γυάλινες φιάλες. Προτιμούμε τα γυάλινα σκεύη ιδίως για τα ζεστά τρόφιμα ή για να τα θερμάνουμε σε φούρνο μικροκυμάτων. Δεν βάζουμε ζεστά ροφήματα σε πλαστικά ποτήρια. Δεν ξαναχρησιμοποιούμε τις πλαστικές συσκευασίες π.χ μπουκάλια νερού.

Πλαστικά παιχνίδια

Προσοχή στα πλαστικά παιχνίδια, τη γραφική ύλη και τους μαρκαδόρους που αγοράζουμε για τα παιδιά. Μπορεί να είναι από PVC που περιέχει φθαλικούς εστέρες, κάδμιο, μόλυβδο κ.α. ή να περιέχουν άλλες τοξικές ουσίες. Αποφεύγουμε τα παιχνίδια από PVC. Διαβάζουμε τα συστατικά. Προτιμάμε προϊόντα από την Eur. Ένωση που τηρούν τις κατάλληλες προδιαγραφές. Δεν επιτρέπουμε στα παιδιά να τα βάζουν στο στόμα.

Πρόσθετα τροφίμων E. Τα έτοιμα γεύματα και οι επεξεργασμένες τροφές, είναι φορτωμένες συνθετικές χημικές ουσίες, με τη μορφή χρωστικών, αρωματικών και συντηρητικών, βιοσυσσωρεύονται και αυξάνουν επικίνδυνα την τοξικότητα του οργανισμού μας. Τα light προϊόντα περιέχουν τοξική ασπαρτάμη. Τα αντικοληπτικά σκεύη ελευθερώνουν 15 τοξικές ουσίες από τη θέρμανση του τεφλόν. Αποφεύγουμε τα κονσερβοποιημένα και τα επεξεργασμένα τρόφιμα. Επιλέγουμε τρόφιμα βιολογικής καλλιέργειας.

Κάπνισμα. Υπάρχουν πάνω από 12.000 χημικές ουσίες σε κάθε τσιγάρο. Ο καπνός περιέχει περίπου 4.000 τοξικές ουσίες όπως αμμωνία, πίσσα, μονοξειδίο του άνθρακα, νικοτίνη, βενζόλιο. Περίπου 40 από αυτές προκαλούν καρκίνο (βενζοπυρένιο κ.α).

Δεν καπνίζουμε, δεν επιτρέπουμε σε κανένα να καπνίζει μέσα στο σπίτι, δεν συχνάζουμε σε χώρους που καπνίζουν.

Ατμοσφαιρικοί ρύποι, σπιτική σκόνη. Τα καυσαέρια των αυτοκινήτων και των βιομηχανιών δημιουργούν χημικούς ρύπους τους οποίους αναπνέουμε καθημερινά. Αναθυμιάσεις από χημικές ουσίες που υπάρχουν στο σπίτι από μικροβιοκτόνα και εντομοκτόνα αναμιγνύονται με τη σκόνη. Αποφεύγουμε τους πολυσύχναστους δρόμους τις ώρες μεγάλης κυκλοφορίας. Καθαρίζουμε τη σκόνη με υγρό ύφασμα ή με σκούπα κενού και δεν τη διασκορπίζουμε. Το συχνό μπάνιο είναι απαραίτητο διότι το δέρμα μας είναι διαπερατό από τους ρύπους.

Νερό. Το χλώριο στο πόσιμο νερό, αντιδρά με οργανικές ουσίες που υπάρχουν φυσιολογικά στο νερό. Η χρήση φίλτρων ενεργού άνθρακα, μπορεί να μειώνει την έκθεση των ανθρώπων στα τοξικά παράγωγα της χλωρίωσης αλλά και βαρέων μετάλλων που πιθανόν μολύνουν το νερό. Δεν πίνουμε νερό από ψύκτες κτιρίων.

Πολυφαρμακία. Τα φάρμακα αποτελούνται κυρίως από χημικές ουσίες. Το 70% των ανθρώπων παίρνουν φάρμακα, χωρίς τη συνταγή ή την υπόδειξη του γιατρού. Το 20% απ' αυτούς εισάγονται στα νοσοκομεία λόγω ανεπιθύμητων παρενεργειών των φαρμάκων.

Χώροι εργασίας. Αγρότες εκτεθειμένοι σε εντομοκτόνα και ζιζανιοκτόνα, ηλεκτροσυγκολλητές σε αναθυμιάσεις μαγγανίου, κομμώτριες σε βαφές μαλλιών και διαλυτικές ουσίες, ελαιοχρωματιστές σε διαλύτες κ.α. Τηρούμε τους κανόνες ασφαλείας στην εργασία (μάσκες, φίλτρα κλπ).

Απορρίμματα. Τα χημικά είναι επικίνδυνα απορρίμματα. Αποθέτουμε τα χημικά όπως χρώματα, διαλύτες, φάρμακα, υλικά καθαρισμού και μπαταρίες με ασφαλή τρόπο.

Μερικά από αυτά τα επικίνδυνα υλικά, πρέπει να συλλέγονται ξεχωριστά.

Ακολουθούμε αυστηρά τις οδηγίες χρήσης/αποθήκευσης & ασφαλούς απόρριψης χημικών παρασκευασμάτων.

Πράσινη Χημεία είναι ο σχεδιασμός Χημικών Προϊόντων και χημικών διεργασιών που μειώνουν ή εξαλείφουν την χρήση και την δημιουργία επικίνδυνων χημικών ουσιών και αποβλήτων. Η πράσινη χημεία δίνει λύσεις σε παγκόσμια προβλήματα της κοινωνίας μας που έχουν σχέση με την υγεία του ανθρώπου, το περιβάλλον και τη βιωσιμότητα του πλανήτη.

Προτάσεις σε Πολιτεία και Ε.Ε

Να εκτιμηθεί άμεσα η ασφάλεια όλων των χημικών, στην αγορά.

Να υπάρχει ετικέτα προειδοποίησης για τα χημικά που υπάρχουν στα προϊόντα.

Απόσυρση των τοξικών, σταθερών ή βιοσυσσωρευόμενων χημικών.

Να σταματήσουν όλες οι εκπομπές επικίνδυνων ουσιών στο περιβάλλον, μέχρι το 2020.

Να σταματήσουν τα πειράματα με τις «χημικές ουρές» των αεροπλάνων.

Απαγόρευση χρήσης χημικών ουσιών από τις αστυνομικές δυνάμεις.

Έλεγχος στην αλόγιστη χρήση φυτοφαρμάκων, απαγόρευση αεροψεκασμών.

Σε ατομικό επίπεδο

Πρέπει να ενημερωνόμαστε περισσότερο για τα προϊόντα, που αγοράζουμε.

Ελέγχουμε προσεκτικά τις ετικέτες, επιλέγοντας τα λιγότερο τοξικά προϊόντα.

Χρησιμοποιούμε ηλεκτρονικά και όχι υδραργυρικά θερμομέτρα.

Διατηρούμε τα απορρυπαντικά σε ασφαλείς, καλά αεριζόμενους και μη προσιτούς στα παιδιά χώρους. Επιλέγουμε προϊόντα που φέρουν κάποια οικολογική σήμανση.

Ο παρακάτω πίνακας δείχνει, κάποιες από τις τοξικές και επικίνδυνες ουσίες που πιθανώς φέραμε στο σπίτι μας αγοράζοντας κάποιο προϊόν και τις πιθανές επιπτώσεις στην υγεία μας.

Χημικές ουσίες	Που βρίσκονται	Επιπτώσεις
Φθαλικές ενώσεις (ενδοκρινικοί αποδιοργανωτές)	Απορρυπαντικά, Καθαριστικά, Καλλυντικά, Σαμπουάν, Αποσμητικά χώρου, Αρώματα, Πλαστικά, Παιχνίδια, Στρώματα, Κινητά, Κραγιόν, Παπούτσια	Καρκίνος Ενδοκρινολογικά προβλήματα Προβλήματα αναπαραγωγής Αλλεργίες
triclosan	Απορρυπαντικά, Καθαριστικά, Καλλυ-ντικά, Οδοντόκρεμες, Φυτοφάρμακα	Βλάβες στο ήπαρ. Εξασθένηση ανοσοποιητικού
Χλώριο	Καθαριστικά	Από απλές ευπάθειες μέχρι καρκινογενέσεις
Μοσχοξυλένιο (musk)	Απορρυπαντικά, Καθαριστικά, Σαμπουάν Αποσμητικά χώρου, Αρώματα, Αφρός ξ.	Τοξικό, βιοσυσσωρεύσιμο
Οργανικές ενώσεις του κασιτέρου	Αθλ. παπούτσια, Καλλυντικά, Στρώματα, Σεντόνια, Χαλιά, μοκέτες, Αφρός και gel	Τοξικές. Βλάβες στο ενδοκρινικό και ανοσοποιητικό σύστημα
Φορμαλδεΰδη	Έπιπλα με καπλαμάδες, Στρώματα, Χαλιά – μοκέτες, Υφάσματα, Παπούτσια	Καρκίνος, Αλλεργίες, Βλάβες αναπνευστικού, ανοσοποιητικ.
Φυτοφάρμακα	Φυτά, λουλούδια, καλλιέργειες	Τοξικά, βιοσυσσωρευτικά
Φαινόλες	Ξύλινα έπιπλα, αποσμητικά χώρου καθαριστικά, Πιτζάμες, Χρώματα	Βλάβες σε ήπαρ και νεφρούς
Φωσφορικά άλατα	Απορρυπαντικά ρούχων	Ευτροφισμός
Βαρέα μέταλλα, κάδμιο, χρώμιο, μόλυβδος, αρσ.	Πλαστικά, Χρώματα, Πλαστικά παιχνίδια Βαφές υφασμάτων, Παπούτσια, Κραγιόν	Νευρικό σύστημα, Άνοια, Διαβήτη Καρκίνο
Βρωμιούχοι επιβραδυντές καύσης (B.E.Φ)	Έπιπλα, Πλαστικά, Ηλεκτρικές Συσκευές, Υπολογιστές, Κινητά τηλέφωνα, Στρώματα, Σεντόνια, Χαλιά – μοκέτες	Τοξικοί, βιοσυσσωρευτικοί
Πτητικές οργανικές ενώσεις (VOCs).	Μπογιές, Βερνίκια, Διαλύτες, Απορρυπαντικά, Χαλιά – μοκέτες, Στρώματα, Παπούτσια	Καρκίνος, Νευρικό σύστημα. Δερματίτιδες, Ζάλη, Άσθμα. Ατμοσφαιρική ρύπανση.
Ενδοκρινικοί διαταράκτες	Καθαριστικά, Χρώματα, Έπιπλα, Στρώματα, Σεντόνια, Χαλιά – μοκέτες, Τηλεοράσεις, Κινητά τηλέφωνα	Καρκίνος του προστάτη, του μαστού, των όρχεων, και του θυρεοειδούς
Στυρένιο	Πλαστικά	Καρκίνος
Αρωματικές χημ. ουσίες	Αποσμητικά χώρου, Αρώματα	Αλλεργίες
Βουταδιένιο	Στρώματα με αφρό λάτεξ	Καρκίνος
Νιτροζαμίνες	Στρώματα με αφρό λάτεξ, Παπούτσια	Καρκίνος
BHT (butylated hydroxytoluene),	Τρόφιμα, Καλλυντικά, Κραγιόν, Παιδικές πάνες	Τοξική αν φαγωθεί, βιοσυσσωρευτική. Βλάπτει το περιβάλλον
lindane	Εντομοκτόνα	Τοξική για συκώτι, αίμα, νευρικό συστ.
Αρσενικό	Μελαμίνες	Δηλητήριο
Παραβένες (Paraben)	Οδοντόκρεμα, Σαμπουάν, Σαπούνι, Αποσμητικά, Ενυδατική κρέμα	Καρκίνος Ενδοκρινολογικά προβλήματα
Υδράργυρος	Οθόνες , Θερμόμετρα, Λάμπες	Βλάβες εγκεφάλου
Βισφενόλη Α (BPA)	πλαστικές συσκευασίες τροφίμων, ποτών θερμικό χαρτί φαξ, αποδείξεις και εισιτήρια	Καρδιοπάθεια, διαβήτης, καρκίνος, δυσλειτουργίες του αναπαραγωγικού συστήματος
Υπερφθοριωμένες χημ.ου-σίες PFOA, PFOSA,PFOS	αντικολλητικά σκεύη, αδιάβροχα ρούχα, χαλιά, ταπετσαρίες	Βλάβες στο ανοσοποιητικό σύστημα
παραφενυλονοδιαμίνηPPD	βαφές μαλλιών	γενετικές βλάβες, καρκίνος
Βενζόλιο	κόλλες, βαφές, λούστρα, απορρυπαντικά	τοξικό για τα νεφρά

Πολυβρωμιωμένοι διφαινυλαιθέρες PBDEs	H/Y, τηλεοράσεις, χαλιά, έπιπλα κ.ά	Υπογονιμότητα
Λαυρυλοθειικό νάτριο	σαμπουάν, οδοντόπαστες, καλλυντικά	καρκίνος, δερματίτιδες