

DOMÁCNOST BEZ JEDŮ



**TIPY
A TRIKY**

Naším snem je svět, ve kterém nebudeme muset kontrolovat při nákupu etiketu každého výrobku s obavami o své zdraví a dopad výrobku na životní prostředí.

Přinášíme vám informace o nebezpečných sloučeninách a předmětech s jejich obsahem, které se dostávají na český trh a do našich domácností.

ZPOMALOVAČE HOŘENÍ

Co to jsou zpomalovače hoření a kde je najdeme?

Zabraňují nebo omezují vznícení hořlavého materiálu, zejména plastů. Ale ani hasiči se nemohou shodnout, jestli jsou tyto látky přínosem nebo prokletím. Materiál se zpomalovači nehoří, ale jen doutná a kouř z něj je silně toxický. Zpomalovače patří mezi látky, které dlouho zůstávají v životním prostředí, neúměrně jej zatěžují a negativně působí na naše zdraví. Do okolí se dostávají pouze vlivem lidské činnosti a hlavním důvodem potřeby jejich regulace jsou jejich prokázané toxické účinky.





KDE SE S NIMI SETKÁME NEJČASTĚJI

Zpomalovače hoření výrobci přidávají do čalounění nábytku, stavebního materiálu a podlahových krytin. Využívají se teprve krátkou dobu a u některých z nich byly prokázány karcinogenní účinky.

Bromované zpomalovače hoření pochází zejména z elektroniky. U některých bylo prokázáno, že narušují imunitu a hormonální systém, způsobují neplodnost a jsou spojené se sníženou inteligencí a soustředěním u malých dětí. Řada z nich byla před více než deseti lety zakázána, postupně je však nahradily alternativy, které jsou také předmětem diskusí.

Do lidského organismu se dostávají jak v potravě, tak při kontaktu s kůží nebo vdechnutím třeba prachu. Pravidelné větrání a úklid pomocí vlhkého hadru pomáhá snížit množství prachu, na který se tyto toxické látky vážou. Zpomalovače se rychleji uvolňují vlivem tepla. Spotřebiče v pohotovostním režimu nebo neustále zapnuté se zahřívají, a únik látek je proto vyšší. Pokud je to možné, je lepší spotřebiče zcela vypínat.

BROMOVANÉ ZPOMALOVAČE (BFR) V RECYKLOVANÉM PLASTU

Recyklací výrobků s BFR se tyto rizikové látky přenáší z původního plastu do nových výrobků. Tyto látky nejsou vidět, ani cítit, takže vyhnout se jim není snadné. Z celosvětového průzkumu, na kterém Arnika spolupracovala, se BFR nejčastěji objevují v černém (recyklovaném) plastu původem z Číny.

Nejčastější výrobky z černého (recyklovaného) plastu, kde mohou být škodlivé látky

- » kuchyňské náčiní (vařečky, naběračky a stěrky)
- » kadeřnické pomůcky (hřebeny, kartáče)
- » dětské hračky
- » potravinové obaly

JAK SE BFR VYHNOUT

Nekupujte výrobky z černého recyklovaného plastu. Ten může být i schovaný pod vrstvou barvy nebo potisku. Tyto látky se ukládají také v prachu a my je potom dýcháme. Proto je důležité prach v domácnosti pravidelně uklízet.

PERFLUOROVANÉ SLOUČENINY - PFC

Možná si řeknete, co je to za podivný název. Tyto chemické látky mohou být ve věcech, které běžně v našich domácnostech používáme, aniž bychom to tušili. Do našeho těla se mohou dostat třeba vdechnutím prachu doma, kontaktem s naší kůží nebo i konzumací potravin. Většina těchto sloučenin je toxických a víme o nich, že negativně ovlivňují plodnost.

KDE SE S NIMI SETKÁME NEJČASTĚJI

Abychom pochopili proč se do výrobků tyto chemikálie přidávají, musíme si nejdříve vysvětlit, jaké mají vlastnosti. Tyto chemické látky jsou nanášeny na povrch výrobků, aby zajistily jejich nesmáčivost – kapky vody po nich stékají a nevsakují se.



PŘÍKLADY VÝROBKŮ S PFC

- » outdoorové oblečení (nepromokavé a vodu odpudivé textilie)
- » elektronické hračky
- » kuchyňské pánve s některými protispékavými povrchy (teflon)
- » kosmetika
- » potravinářské balící materiály odolné vůči mastnotě (např. krabice na pizzy nebo košíčky na muffiny)
- » koberce

JAK SE PFC VYHNOUT

- » dávejte přednost funkčním oděvům z přírodních materiálů (bavlna, vlna)
- » vyhýbejte se velmi levným a elektronickým hračkám. Volte raději hračky z přírodních materiálů nebo certifikované výrobky
- » vybírejte kuchyňské nádobí bez teflonu (keramické nebo nerezové)
- » kupujte výrobky opatřené ekoznačkou
- » kupujte kvalitní certifikovanou kosmetiku
- » pomozte nám uzákonit zákaz těchto látek. Podpořte naši práci, abychom se mohli i nadále věnovat monitoringu těchto látek a zasazovat se také o změnu zákonů.

RTUŤ

Toxický těžký kov, který měl dříve doma každý v trubičce rtuťového teploměru. Po jejich zákazu se s nimi málokdy setkáme, přesto se rtuť může dostat až na náš jídelní stůl. Představuje totiž nebezpečí především pro těhotné ženy, protože ohrožuje ještě nenarozené miminko. Nebezpečná je ovšem i pro dospělé

NEJVÝZNAMNĚJŠÍM ZDROJEM PŘÍJMU RTUTI

- » ryby, mořské plody
- » vnitřnosti živočichů
- » prach v domácnosti



JAK SE VYHNOUT RTUTI

Zejména v době těhotenství se doporučuje z jídelníčku vyřadit mořské ryby a vnitřnosti živočichů. V nich se rtuť ukládá a konzumací se dostává do našeho těla.

Rtuť se k nám domu dostává také s prachem z ovzduší znečištěného hustou dopravou nebo průmyslovou činností. Ti z nás žijící na rušných ulicích dobře znají každodenní nános prachu na parapetech i na nábytku. Jednoduchá rada zní: „Oprašte své návyky i svou domácnost“.

NEHRAJME SI S PVC

PVC stále patří k nejvíce rozšířeným plastům. Pro naše zdraví a životní prostředí je škodlivá už samotná výroba, používání i následná likvidace.

Určitě si vybavíte, že výrobky z PVC mají mnoho podob. Aby výrobci dosáhli měkkosti a ohebnosti, přidávají do nich různé chemické přísady, jako například změkčovadla. Ta nejsou v PVC pevně vázána a uvolňují se z něj do prostředí a do našeho těla. Některá změkčovadla jsou obzvláště nebezpečná pro citlivý dětský organismus.

PVC se nedá recyklovat, proto většinou končí ve spalovnách, kde jejich spalováním vznikají karcinogenní superjedy – dioxíny.

Malý výčet výrobků z měkčeného PVC v našich domácnostech

- » plastové hračky
- » přebalovací pultíky pro novorozence
- » nafukovací rukávky a dětské bazénky
- » podlahové krytiny z PVC (lino)

JAK SE PVC VYHNOUT

Nekupujte výrobky z PVC. Naštěstí ho poznáte snadno, protože se značí číslem 3 v trojúhelníku, slovně PVC nebo písmenem V. Označení PVC najdete buď přímo na výrobku, na jeho obalu nebo v příbalových informacích. Pokud výrobek není označený žádným symbolem, poradí vám prodejce.



PESTICIDY

Jsou to chemické prostředky, které se používají k ošetření rostlin nebo plodin hlavně v zemědělství. S rozšířením užívání pesticidů se dostaly do oběhu tisíce tun chemikálií, mnohdy dosti toxických nebo s jinými nežádoucími vlastnostmi. Jsou nebezpečné pro lidské zdraví a mohou způsobit například riziko vzniku rakoviny prsu nebo poruchu tvorby spermií, ale i další nemoci.

KDE SE MŮŽEME S PESTICIDY NEJČASTĚJI V NAŠÍ DOMÁCNOSTI SETKAT

- » ovoce a zelenina
- » pokojové květiny
- » čaj



JAK SE PESTICIDŮM V DOMÁCNOSTI BRÁNIT

Nakupujte ovoce a zeleninu od poctivých místních farmářů. Ovoce a zeleninu z obchodu před konzumací dobře omyjte a případně i oloupejte. Na čištění ovoce a zeleniny od pesticidů se doporučuje například roztok z jedlé sody, jablečný ocet nebo ocet. Květiny pěstované ve velkém jsou většinou chemicky hnojeny a ošetřovány pesticidy. Nejlepší řešení je vypěstovat si květiny nebo bylinky sami. Kupujte kvalitní čaj nejlépe z kontrolovaného zemědělství se značkou BIO nebo Fairtrade.

PESTICIDY NA ZAHRÁDCE

Oblíbeným ničitelem plevelu u nás je přípravek ROUNDAP. Ten však obsahuje glyfosát, která je zařazena mezi potenciální karcinogeny, může také narušit hormonální rovnováhu v těle a negativně ovlivnit těhotenství. Díky pesticidům, jako je glyfosát ubývá na našich zahradách

druhá pestrost, což následně vede i ke snížení kvality půdy. Pokud si přejeme zbavit se některých rostlin, můžeme využít postupy bez chemie jako mulčování, mechanické a termické metody. S plevem si hravě poradíte i vybudováním permakulturní zahrádky či ekozahrady.



PESTICIDY V KOMESTICE A ÚKLIDOVÝCH PROSTŘEDCÍCH

Látky, které mají za úkol zničit vše živé, se běžně přidávají do kosmetických, úklidových prostředků. Mají bezesporu své opodstatnění v nemocnicích či stravovacích zařízeních, nicméně v domácnostech je mnohdy strach z bakterií přehnaný. Prostředky proti plísním a bakteriím mohou vyvolat alergickou reakci, oslabují náš imunitní systém, následně zatěžují především vodní prostředí. Těmto látkám se lze vyhnout pouze znalostí složení jednotlivých produktů.



NAŠE TIPY NA ZÁVĚR:

- » hledejte výrobky s označením Ekologicky šetrný výrobek
- » vybírejte české hračky s certifikátem Bezpečná hračka nebo Bezpečná a kvalitní hračka
- » nekupujte výrobky z PVC (symboly)



Ministerstvo životního prostředí



Tato publikace vznikla za finanční podpory Ministerstva životního prostředí a Magistrátu hlavního města Prahy. Publikované informace nemusí vyjadřovat stanovisko dárce.