

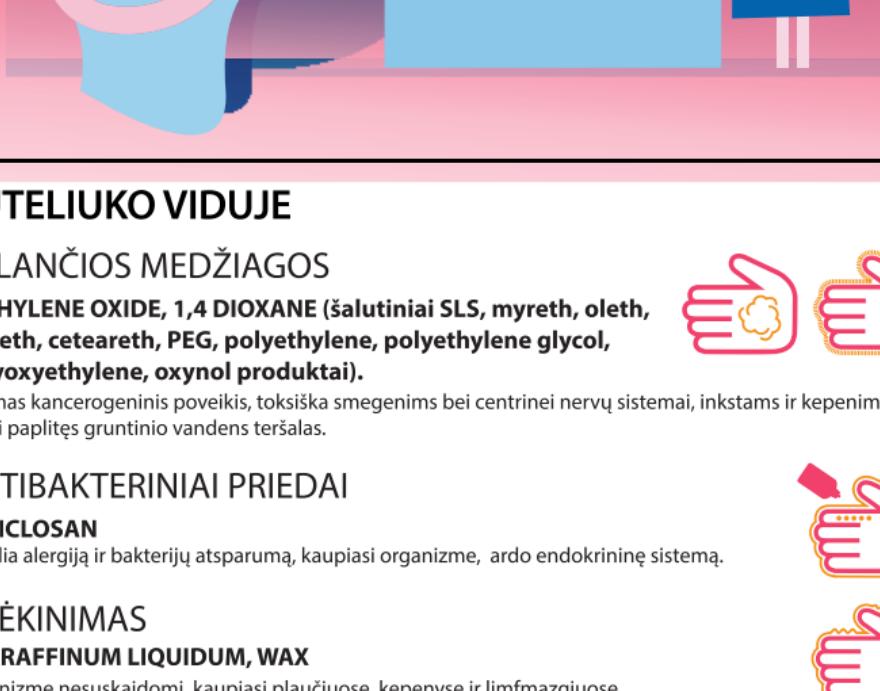


PAGALVOK, KAI PERKI  
RINKIS PREKES BE PAVOJINGU CHEMINIU MEDŽIAGU



## Suvilioji ne j, o nevaisingumą

Kasdienė kosmetika, kurios kiekvieną priemonę vidutiniškai sudaro apie 20 skirtingų cheminių medžiagų ir turtingo aromato puokštę, vietoj pažadėto grožio gali suteikti niežulį, paraudimą ar netgi – kur kas sunkesnius susirgimus. Kas gali slėptis kosmetinėje, kai grožio vardan aukojama sveikata - pasižiūrėkime.



### BUTELIUKO VIDUJE

#### VALANČIOS MEDŽIAGOS

- ETHYLENE OXIDE, 1,4 DIOXANE (šalutiniai SLS, myreth, olet, laureth, ceteareth, PEG, polyethylene, polyethylene glycol, polyoxyethylene, oxynol produktai).**



Galimas kancerogeninis poveikis, toksiška smegenims bei centrinei nervų sistemai, inkstams ir kepenims. Labai paplitęs gruntingio vandens teršalas.

#### ANTIBAKTERINIAI PRIEDAI

- TRICLOSAN**

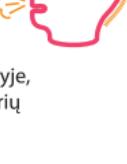
Sukelia alergiją ir bakterijų atsparumą, kaupiasi organizme, ardo endokrininę sistemą.



#### DRĒKINIMAS

- PARAFFINUM LIQUIDUM, WAX**

Organizme nesuskaidomi, kaupiasi plaučiuose, kepenyse ir limfmazgiuose.



#### CHEMINIAI UV FILTRAI

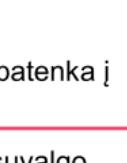
- Benzophenone-3 (oxybenzone)**

Sukelia biocheminius ir biologinius pokyčius laistelėse, ardo endokrininę sistemą, kaupiasi organizme (aptinkama motinų piene) ir aplinkoje.



- 3-Benzylidene camphor (3 BC), 4-Methylbenzylidene camphor (4-MBC), Octyl methoxycinnamate (OMC, Ethylhexylmethoxycinnamate, Octinoxate)**

Ardo endokrininę sistemą, kaupiasi organizme (aptinkama motinų piene) ir aplinkoje.



- Octyl-Dimethyl- para-Aminobenzoic-Acid PABA (OD-PABA).**

Sukelia biocheminius ir biologinius pokyčius laistelėse, gali sukelti foto-alerginę reakciją.

#### KONSERVANTAI

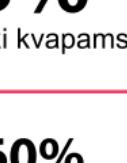
- Parabenai (pvz., Methylparaben, Butylparaben, Propylparaben).**



Imituoja estrogenų veiklą, trikdo endokrininę sistemą, jautrina organizmą.

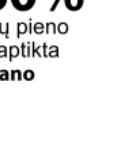
- Phenoxyethanol**

Naudojant ilgą laiką pastebimas dirginimas, neurotoksiškas, alergenas.



- Formaldehidai** ir medžiagos, kurių gamybos metu susidaręs formaldehidai lieka kaip priemaiša produkte (**benzylhemiformal, 2-bromo-2-nitropropane-1,3-diol, 5-bromo-5-nitro-1,3-dioxane, diazolidinyl urea, Imidazolidinyl urea, Quaternium-15, DMDM Hydantoin**)

Dirgina gleivinę ir odą, gali sukelti padidėjusio jautrumo reakciją, kancerogeninę.



#### KVAPAI

- Kvapai (fragrance, perfume, parfum, scent, aroma), muskuso junginiai (musk xylene, musk ketone, cashmeran, traseolide, galaxolide, tonalide)**

Alegizoja, dirgina odą, kaupiasi organizme (kai kurie junginiai aptinkami motinos piene) ir aplinkoje, kai kurios medžiagos gali trikdyti endokrininę sistemą. PASTABA! Šių junginių sudėtyje, jei jie nėra iš gamtinių šaltinių, gali būti tirpkių ir denaturuojančių medžiagų, pvz., ftalatų, kurių žymėti sudėtyje neprivaloma. Šios medžiagos gali trikdyti endokrininę sistemą bei jautrinti.

#### GROŽIS SKAIČIAIS



Kasdien naudojame apie **20** skirtingų kosmetikos priemonių  
Populiariausiai: šampūnas, veido kremas, dezodorantas

Apie 100 medžiagų, naudojamų kosmetikoje, tepama ar purškiamą ant odos.

Maždaug **60%** iš jų patenka į organizmą.



Per savo gyvenimą moteris suvalgo

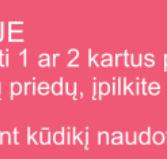
**2 kg** lūpų dažų



**Nuo 1 iki 3%**  
Europos gyventojų yra alergiški kvapams



**99%**  
tirtų moterų krūties  
audinių mėginių (160)  
rasta parabenų



Švedijoje **60%**  
tirtų motinų pieno  
mėginių aptikta  
triklozano



Tik **3 iš 10** lietuvių peržvelgia  
kosmetikos priemonių etiketę.

#### 7 PATARIMAI, KAD GROŽIS NEREIKALAUTŲ AUKŲ

- Skaityk etiketes ir venk išvardintų medžiagų.**

- Ieškok ekoženklių!** Rinkis produktus, pažymėtus tarptautiniu mastu pripažintais ekoženklais. **Nepasitikék gamintojų „žaliaisiais“ pažadais.**



Informacijos šaltiniai: safecosmetics.org, TNS Baltijas datu namai, What's your skin eating?, infographic by ecomom, sciencedaily.com, Getting Lippy, Women's Environmental Network, ec.europa.eu, Secret scents, Women's voices for the earth

[www.pagalvok.lt](http://www.pagalvok.lt)



Projekto „Informacinė kampanija apie pavojingas chemines medžiagas Baltijos salyse“ (BaltInfoHaz) iš dalies finansuojamas Europos Sajungos LIFE+ programos bei Lietuvos respublikos Projekto Nr. LIFE10 INF/EE/108.



• kūdikius pakanka maudytį 1 ar 2 kartus per savaitę

• į vandenį, vietoj sintetinių priedų, įpilkite kelis lašus augalinio aliejaus

• nebūtina kasdien prausiant kūdikj naudoti muilą ir šampūnā

• rinkites drėgnas servetėles be parabenų ir fenoksietaanolio (phenoxyethanol).

• vietoj drėgnų servetelių naudokite medvilninę servetėlę arba rankšluostelių suvilgytą augaliniu aliejumi.

• patirkinkite fluoro kiekj dantų pastoje. Maksimalus rekomenduojamas kiekis – 250-500 mg.

• patirkinkite fluoro kiekj dantų pastoje. Maksimalus rekomenduojamas kiekis – 250-500 mg.