










1 Πιθανές πηγές έκθεσης

-  Τρόφιμα (ψάρι, κρέας και γαλακτοκομικά προϊόντα)
-  Σκόνη εντός της οικίας και σωματίδια σκόνης
-  Μεταφορά μέσω του πιακούτα
-  Μολυσμένο μητρικό γάλα
-  Ηλεκτρονικές και ηλεκτρικές συσκευές
-  Έκθεση κατά τη διάρκεια της εργασίας (πυροσβέστες, επισκευή και ανακύκλωση ηλεκτρονικών ειδών, τοποθέτηση τάπητα)
-  Μολυσμένος αέρας
-  Βρεφικά και παιδικά προϊόντα (καθίσματα αυτοκινήτου, στρώματα για κούνιες, αλλαξιέρες και κάποια παιχνίδια)
-  Εσωτερικός αέρας και σκόνη:
 - Προϊόντα μεταφοράς
 - Μονωτικά υλικά
 - Είδη επίπλωσης







2 Με ποιον τρόπο μπορούν τα επιβραδυντικά φλόγας να εισέλθουν στον οργανισμό σας;

Μέσω κατάποσης






Μέσω πρόσληψης από τη μητέρα

Μέσω εισπνοής

3 Με ποιον τρόπο μπορούν τα επιβραδυντικά φλόγας να επηρεάσουν την υγεία σας;

-  Προβλήματα στη λειτουργία του νευρικού συστήματος
-  Διαταραχή του ενδοκρινικού συστήματος και του θυρεοειδούς
-  Επιπτώσεις στο ανοσοποιητικό σύστημα
-  Καρκίνος
-  Ανεπιθύμητες ενέργειες στην εμβρυϊκή ανάπτυξη
-  Τοξικότητα για την αναπαραγωγή

4 Πώς μπορείτε να μειώσετε την έκθεσή σας στα επιβραδυντικά φλόγας;

-  ✓ Κρατήστε τα επίπεδα σκόνης εντός της οικίας σας χαμηλά, σφουγγαρίζοντας το δάπεδο και χρησιμοποιώντας ηλεκτρική σκούπα με φίλτρο υψηλής απόδοσης για τη συγκράτηση σωματιδίων (HEPA)
-  ✓ Πλένετε τα χέρια σας συχνά
-  Προσπαθήστε να αγοράζετε βρεφικά προϊόντα και ξύλινα έπιπλα με γέμιση από βαμβάκι, πολυεστέρα ή μαλλί αντί για αφρό πολυουρεθάνης
-  ✓ Αερίζετε το σπίτι σας σωστά για να μειώσετε τη συσσώρευση σκόνης
-  ✓ Περιορίστε όσο το δυνατόν περισσότερο τη χρήση ταπίτων και κουρτινών
-  ✓ Αναζητήστε έπιπλα στην ετικέτα των οποίων αναγράφεται: «Χωρίς επιβραδυντικά φλόγας» ή «Χωρίς αλογονωμένα επιβραδυντικά φλόγας»

Πού είναι πιθανό να υπάρχουν;

Επιβραδυντικά φλόγας απαντώνται στα τρόφιμα συμπεριλαμβανομένων των ψαριών, του κρέατος και των γαλακτοκομικών προϊόντων, καθώς και σε άλλα είδη όπως έπιπλα, τάπητες, κουρτίνες και άλλα υφασμάτινα είδη, βαφές, συσκευασίες τροφίμων, σανίδες σέρφινγκ, υλικά μόνωσης οικίας, στρώματα, τάπητες, κουρτίνες, συσκευές, ηλεκτρονικά είδη (φορητοί υπολογιστές, τηλεοράσεις, τηλέφωνα, καλώδια, σύρματα και πλάκες κυκλώματος), καθίσματα αυτοκινήτου, διαμερίσματα πάνω από το κάθισμα και άλλα μέρη αυτοκινήτου, πολλά βρεφικά και παιδικά προϊόντα, συμπεριλαμβανομένων των παιχνιδιών.

Η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει λάβει μέτρα για τον περιορισμό της έκθεσης των πολιτών σε κάποια επικίνδυνα επιβραδυντικά φλόγας, όπως επίσης για τη μείωση της έκθεσης σε άλλα περιορίζοντας ή/και απαγορεύοντας κάποια από αυτά και θέτοντας κανονισμούς βάσει της νομοθεσίας της ΕΕ σχετικά με τις χημικές ουσίες και τα τρόφιμα.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα επιβραδυντικά φλόγας, επισκεφτείτε την ενότητα «[Ενημερωτικό Δελτίο HBM4EU](#)» της HBM4EU.