

ΦΘΑΛΙΚΕΣ ΕΝΩΣΕΙΣ | ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ

1 Πιθανές πηγές έκθεσης



Πλαστικά επιτραπέζια είδη που περιέχουν φθαλικές ενώσεις



Παιχνίδια



Προϊόντα προσωπικής περιποίησης



Υφάσματα



Ιατροτεχνολογικά προϊόντα



Μολυσμένος αέρα και σκόνη που απελευθερώνονται από καταναλωτικά προϊόντα

2

Με ποιον τρόπο μπορούν να εισέλθουν οι φθαλικές ενώσεις στον οργανισμό σας;



Μέσω κατάποσης



Μέσω απορρόφησης από το δέρμα



Μέσω εισπνοής

3

Με ποιον τρόπο μπορούν οι φθαλικές ενώσεις να επηρεάσουν την υγεία σας;



Διαταραχή ελλειμματικής προσοχής, διαταραχή υπερκινητικότητας



Ορμονικές αλλαγές που μπορούν να συνοδεύονται από επιπτώσεις στην υγεία



Άσθμα



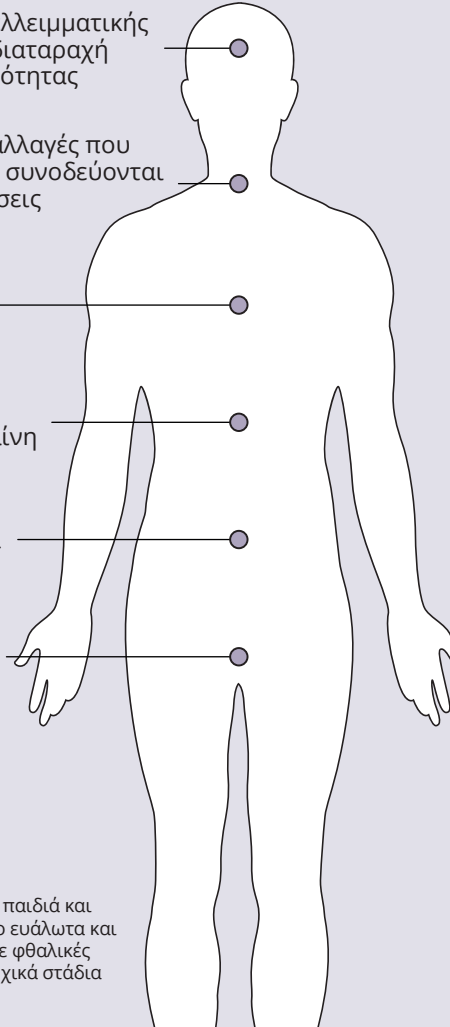
Αντίσταση στην ινσουλίνη



Παχυσαρκία



Στείρωση



Σημείωση: Τα έμβρυα, τα παιδιά και οι ενήλικες είναι πολύ πιο ευάλωτα και ευαίσθητα στην έκθεση σε φθαλικές ενώσεις, ιδίως κατά τα αρχικά στάδια της ανάπτυξής τους.

4

Πώς μπορείτε να μειώσετε την έκθεσή σας στις φθαλικές ενώσεις;



Μην τοποθετείτε πλαστικά σκεύη που περιέχουν φθαλικές ενώσεις στα μικροκύματα



Προτιμήστε γυάλινα σκεύη για την αποθήκευση τροφίμων και υγρών



Διαβάστε τις ετικέτες των προϊόντων και επιλέγετε προϊόντα χωρίς φθαλικές ενώσεις



Καθαρίζετε και αερίζετε το σπίτι σας τακτικά για να απομακρύνετε τη σκόνη



Επιλέγετε νωπά προϊόντα αντί των προσσκευασμένων και επεξεργασμένων τροφίμων και ποτών

Πού είναι πιθανό να υπάρχουν;



Οι φθαλικές ενώσεις απαντώνται σε πλαστικά που φέρουν τα ακόλουθα εικονογράμματα!

