




KĄ TURITE ŽINOTI APIE FTALATUS?


1 Galimi poveikio šaltiniai


 Plastikiniai stalo įrankiai, kuriuose yra ftalatų

 Žaislai

 Asmeninės priežiūros reikmenys


 Audiniai

 Medicinos prietaisai

 Užterštas oras ir dulkės, išsiskiriančios iš vartojimo produktų


2 Kaip ftalatai gali patekti į organizmą?

 Prarijus

 Įsigėrus per odą


 Įkvėpus


Kur jų galima rasti?

 Ftalatų gali būti plastikuose, ženklinauose šiomis piktogramomis:





3 Kokį poveikį ftalatai gali turėti jūsų sveikatai?


 Dėmesio sutrikimas, hiperaktyvumo sindromas

 Hormoniniai pakitimai, galintys turėti poveikį sveikatai

 Astma



 Atsparumas insulinui



 Nutukimas



 Nevaisingumas



Pastaba. Vaisius, vaikai ir paaugliai yra daug labiau pažeidžiami ir jautriau reaguoja į ftalatų poveikį, ypač ankstyvuojau augimo laikotarpiu.



4 Kaip galite sumažinti ftalatų poveikį?

  Mikrobangų krosnelėje **naudokite** plastikinių reikmenų, kuriuose yra ftalatų

  Maistą ir gėrimus **geriau** laikykite stikliniuose induose

  **Perskaitykite** produkto etiketę ir rinkitės produktus be ftalatų

  Nuolat **valykite** ir **vėdinkite** namus, kad pašalintumėte dulkes

  **Rinkitės** šviežius produktus, o ne iš anksto supakuotus ir perdirbtus maisto produktus bei gėrimus

Europos Sąjunga ėmėsi veiksmų ftalatų, keliančių pavojų piliečių sveikatai, poveikiui mažinti, pvz., draudžia naudoti kai kuriuos ftalatus visuose žaisluose ir vaikų priežiūros prekėse, draudžia juos naudoti ES ta tikra paskirtimi ir nustato leistinas tam tikrų ftalatų koncentracijas medžiagose, kurios liečiasi su maistu.

 For further information on phthalates, please visit the **'HBM4EU Factsheet'** section.