



## Namų chemija – PIRMASIS odos priešas!

Sunku rasti namus, kuriuose nebūtų né vieno cheminio valiklio, skalbiklio, oro gaiviklio ar kitos panašios priemonės. Šie preparatai veiksmingi ir padeda lengvai palaikyti namų švarą bei gaivą. Šio patogumo kaina, deja, didelė – visos šeimos sveikata. Cheminės buityje naudojamos priemonės itin kenkia odai ir didina alergijos tikimybę. Laime, tokias priemones yra kuo pakeisti!

### Grėsmingi ženkli

Panaudojus buitinės chemijos preparatą, oda gali sudurti iš karto, bet alerginės reakcijos pozymiai gali atsirasti ir vėliau – po 24–28 val., kartais net po savaitės. Apie patirtą žalą perspėja:

- paraudusi, išsausėjusi, sutrūkinėjusi oda,
- odos pleiskanojimas,
- niežulis, deginimo jausmas,
- žaizdelės,
- vandeningo pūslelės,
- patinimas,
- odos jautrumas saulei, šalčiui, karščiui.

ŠIANDIEN  
NUODUGNIAI  
IŠTIRTAS VOS  
0,8 % VISŲ SUKURTŲ  
CHÉMINIŲ  
MEDŽIAGŲ  
POVEIKIS ŽMOGAUS  
ORGANIZMUI.

### Per daug švaros kenkia!

Džiaugiamasi manoma, kad sveikatai pavojingi purvini paviršiai, bet retas žino, kad pernelyg sterili aplinka taip pat gali kenkti. Kai namai labai kruopščiai valomi, ypač naudojant stipriai veikiančią buitinę chemiją, iš aplinkos pašalinama didžioji dalis bakterijų. Tuomet imunitinė sistema nebeturi su kuo kovoti ir pradeda ieškoti užsiėmimo. Ji ima puldinėti niekuo dėtus sietimkūnius, pvz., žiedadulkes, ir sukelia neadekvacišką organizmo reakciją – alergiją. Itin svarbu, kad imunitinė sistema „nenuobodžiautų“ vaikystėje, antraip ji taip ir neįmanoma tinkamai ginti organizmo ir nesugebės atskirti pavojingu nuo nepavojingų medžiagų. Jrodyta, kad kuo sterilesnėje aplinkoje vaikas auga, tuo didesnė tikimybė, kad jam išsivystys koka nors alergija. Kartu didėja ir kitų imunitinės sistemos ligų rizika.

### Didžiausi odos priešai

**KALBIMO MILTELIAI IR SKYŠČIAI.** Juose gausu tokinių cheminių medžiagų. Skalbiant jų visiškai neišskalauja net moderniausios skalbimo mašinos. Mokslininkų skaičiavimais, norint pašalinti visus skalbimo miltelius ar skalbiklių likučius, drabužius reikiėtų intensyviai skalauti bent 15 kartų. To tikrai niekas nedaro. Klemsono (JAV) universiteto tyrimai rodo, kad apie 2% drabužio svorio sudaro jo audinys likę skalbikliai. Liesdamasi prie tokios medžiagos oda vos per 26 sek. sugeria 75 % ribealuose tirpių cheminių medžiagų. Karštą vasaros dieną, kai gausiai prakaituoja, dar daugiau. Tai gali lemti ne tik tarpalaičių odos sudirgimą, bet ir didinti odos alergijos riziką.

**O RO GAIVIKLIAI.** Nors ir kvepia braškėmis, gaviu jūros oru ar ką tik nuskintomis gėlėmis, oro gaivikliuose nėra nieko natūralaus. 95 % kvapams naudojamų medžiagų sudaro iš naftos

**CHEMINĖS  
PRIEMONĖS  
TOKSIŠKAI VEIKIA  
ORGANIZMĄ,  
SILPNINĀ  
IMUNITĒTĄ.**

### Specialisto komentaras

Vytautas Toliūsis, gydytojas dermatovenerologas



Nuotrauka iš asmeninio albumo

Visos buitinės cheminės priemonės gali agresyviai veikti odą, net jeigu ant jų pakuočiu parašyta, kad jos yra testuotos, aprobutos dermatologu. Kuo žmogus dažniau naudoja cheminius valiklius, tuo odos problemų rizika didesnė. Dažiausiai didesnį neigiamą poveikį odai turi stipriai veikiančios buitinės chemijos priemonės, pvz., itin gerai balinantys skalbimo milteliai. Tokiose priemonėse gausu ypač agresyvių cheminių medžiagų. Nuo jų labiausiai kenčia rankų oda – ji išsausėja, išplaunamos tarplastelinės medžiagos, turinčios apsauginę funkciją, sumenkinamas odos apsauginis barjeras. Tuomet odą lengvai padėti užbėgti už akių odos pažeidimams. Saugoti odą nuo cheminių medžiagų poveikio itin svarbu sergantiems cukriniai diabetu, atopiniu dermatitu, turintiems išvairių odos sužalojimų, vyresnio amžiaus žmonėms, vaikams – jų oda jautresnė, plonesnė. Jeigu apsaugoti odos nepavyksta ir atsiranda bent menkiusiai pakenkimų, rekomenduojama kreiptis į gydytojus, kad jie ivertintų būklę ir nuspręsti, kaip veiksmingiausiai padėti.

gaminamos sintetinės medžiagos, o kur dar kiti nenatūralūs ingredientai. Daugiausia minimas oro gaiviklių neigiamas poveikis kvėpavimo sistemai, tačiau yra ir daugiau pavojų. Purškiamo gaiviklio dalelės pasklinda aplinkoje ir nusėda ne tik ant daiktų, bet ir ant odos. Jrodyta, kad žala organizmui daroma oro gaiviklių naudojant vos kartą per savaitę, o juk dauguma žmonių buityje juos naudoja kasdien. Kvėpavimo sistemos ligų ir astmos rizika tuomet išauga 71 % ir bent trečdalį padidėja odos sudirgimo, išsausėjimo, niežulio pavojus. Buityje dažnai naudojami oro gaivikliai itin kenkia akne bei atopiniu dermatitu sergentiams žmonėms.

**ANTIBAKTERINIAI VALIKLIAI.** Nors jų gamintojai išdidžiai sako, kad tokie valikliai namuose gali sunaikinti net apie 99 % bakterijų ir užtikrina švarią bei sveiką aplinką, mokslininkai perspėja jais nesižuveti. 75 % jų yra triklozano, naikinančio ne tik kenksmingias, bet ir naudingasios bakterijas. Taigi suardoma natūrali organizmo mikroflora. Triklozanas linkęs kaupčia audiniuose ir laikui bégant pradeda erzinti gleivinę, dirginti odą, kelti neižulį. Be to, jis skatina bérimus, odos sausėjimą, pleiskanojimą, didina odos alergijos riziką, netgi gali trikdyti hormonų pusiausvyrą organizme.

### Idomu

- Kiekvienais metais atliekami tyrimai, siekiant nustatyti, ar rinkoje esančias buitinės chemijos priemonės yra saugios naudoti. 10–30 % jų pasirodo neatitinkančios keliamų reikalavimų.
- Valymui naudojant sveikatai žalingas priemonės, namai gali būti penkis kartus labiau užteršti nei miesto gatvės.
- Daugiausia nešvarumą namuose kaupiasi ant pjaustyto lentelėlių, kempinių ir šluočių, šiukslių dėžėje bei virtuvės kriauklėje. Pastarojoje mikrobų aptinkama daugiau nei tualete!
- Vien JAV cheminių būties priemonių pramonė per metus uždirba apie 52 mlrd. JAV dolerių (apie 134,6 mlrd. eurų).
- 51 % moterys kiekvieną dieną tvarko namus, todėl kasdien patiria būtinės chemijos poveikį. Vyrami būtinė chemija daro mažesnę žalą, nes jie tvarkosi gerokai rečiau nei moterys. Kasdien namus švarina tik 21 % stipriosios lyties atstovų.

### Švaru, bet pavojinga

Seikatos specialistai pataria iš namų pašalinoti kuo daugiau cheminių priemonių, net jei jos labai veiksmingos. Jose gausu medžiagų, itin žalingų sveikatai, ypač odai. Jos toksiškai veikia organizma, silpnina imunitinę sistemą, gali skelti rimtų odos pažeidimų, alerginių reakcijų. Sutrikdyti sveikata galėtų kuri buitinės chemijos sudedamoji dalis, bet ypač reikštų vengti šių: dirbtinių kvépiklių, dažiklių, baliklių, konservantų, tirštiklių, formaldehidų, fosfatu, amoniaku junginių, chloro. Jprastai vienoje buitinės specialisto konsultacija.