

Mindennapi mérgeink – milyen anyagok károsítják a hormonrendszert?

- Nők Lapja Cafe
- 2011. 05. 22.

Tetszik

93

[3 hozzászólás](#)

Teflonedények, műanyag palackok és mosószeres. A mindennapi életben használatuk természetes, az egészségünkre gyakorolt hatásai pedig csak évek múlva jelentkeznek. Utánajártunk, vajon tényleg veszélytelenek-e a környezetünkben található vegyi anyagok.

Pár éve még a DDT-botránytól volt hangos a sajtó, ekkor kerültek a figyelem középpontjába azok az esetek, melyek igazolták, hogy a rovarölő szer még két-három generációval később is kimutatható a



Butíthat a szúnyogirtó?

családtagok szervezetében. A kutatások azt bizonyították, hogy a DDE, a DDT főmellékterméke, a testben hatásos antiandrogén, ami azt jelzi, hogy gátolja a férfi hormon hatásait. E tulajdonsága miatt, legalábbis részben, okozója a férfiak között egyre gyakoribb meddőségnek és impotenciának – magyarázza Prof. Balázs Csaba, a Budai Endokrinközpont endokrinológusa.

Jóllehet a fejlett országokban a DDT használatát már legalább húsz éve betiltották vagy korlátozták, azonban nagyon lassan bomlik le, felezési ideje a természetben mintegy száz év. **Felhalmozódik és koncentrálódik a táplálékláncban, káros hatással van** a vadon élő állatok szaporodására is. Ezzel magyarázható, hogy használatának betiltása ellenére a DDT még ma is kimutatható minden ember szervezetében, főleg a zsírszövetekben. A DDT története jellemző az EDC-re is. Az EDC-anyagokat egyre nagyobb mennyiségét állítják elő, ennek következtében egyre több kerül a természetbe, így az eddig elhanyagolhatónak számító szennyezések is jelentőssé váltak.

Rák és pajzsmirigybetegségek

A DDT-hez hasonlóan az EDC-vegyületek káros hatásai is sokáig ismeretlenek maradtak, mivel meghatározásukhoz nem állt rendelkezésre megfelelően érzékeny analitikai eljárás. Ma már tudjuk, hogy az ösztrogén jellegű (női hormon) **EDC-k hatására mellrák alakulhat ki**, de az utóbbi években a hererákos esetek száma is jelentősen emelkedett.

A legfontosabbak EDC-anyagok a következők: ftalátok, biszfenol-A és hasonló fenolok, PCB-k (poliklórozott-bifenilek), égéstermékek – ezek nemcsak a gumiabroncsok, híradástechnikai termékek égetésekor szabadulnak fel, hanem nagyobb mennyiségben repülőterek környékén is kimutathatók –, halogénezett többgyűrűs égetési melléktermékek (dioxinok), rovarirtók (peszticidek), bizonyos gyógyszerek, fémek és fémtartalmú vegyületek, természetes anyagok – fitoösztrogének, szójaolaj.

Az EDC anyagok egy külön csoportját alkotják a TDC „thyroid disrupter chemicals”, azaz a pajzsmirigyet károsító anyagok. Egyes EDC-vegyületekről, így a biszfenol-A-ról (BPA-ról) bebizonyosodott, hogy gátolja a pajzsmirigy hormonjainak a jelátvivő receptorhoz történő kötődését. Ráadásul kedvezőtlen, az immunrendszert károsító hatásai miatt fokozza az autoimmun gyulladásokat is. Mindez a pajzsmirigy csökkent működéséhez, golyva kialakulásához vezethet.

EDC-k a háztartásban

Az egészséget károsító vegyi anyagok jelen vannak a környezetben és az otthonokban egyaránt. Az epoxigyanták ipari melléktermékeként több ezer tonna biszfenol-A kerül ki a természetbe évente, de műanyag-adalékként és fogtömésekben is alkalmazzák. Főzés során is számos káros anyag keletkezhet. A perfluor-oktánsav (PFOA) és származékai például a teflonbevonatban találhatóak és pajzsmirigybetegséget okozhatnak.

Más anyagokról, így a fogamzásgátló tablettákról is egészségkárosító hatást tételeztek fel.

Az igazság azonban az, hogy jelenlétüket az ivóvízben a mai napig nem sikerült hitelesen kimutatni. A környezetre sokkal jelentősebb veszélyt jelentenek a mosószerek, lágyítók, ugyanis ezek több ezer tonnányi mennyiségben szennyezik a természetet. Az EDC hatású mosó- és mosogatószerket gyakran mutatták ki ivóvízből is. Miután minden évben számos új vegyi anyag kerül forgalomba és a környezetbe az újabb és újabb mosószerekkel, kozmetikumokkal, műanyag adalékokkal, festékekkel – ezek cumisüvegekben, gyermekjátékokban is kimutathatók –, a jövőben a rendelkezésre álló vizsgálati módszerekkel azt is szükséges lenne rendszeresen ellenőrizni, hogy ezekből nem szabadul-e fel hormonhatású anyag.

Környezettudatos szemléletváltás és gyakorlat

- A megelőzés érdekében az étrendben a mérgező anyagok kiszűrésére és elkerülésére kellene törekedni. Az a furcsa helyzet alakult ki, hogy az egyébként kitűnő ásványvizetek, tej és termékeik műanyag csomagolásban kerülnek a piacra és nehezen ellenőrizhető a kioldódó vegyszerek



mennyisége. Tanácsos ezért a műanyagban tárolt ételeket és a teflonbevonatú edények használatát elkerülni.

- A friss zöldségekről, primőrökről azt gondoljuk, hogy minden esetben hasznosak. Valójában számos vegyi anyagot, rovarirtószer-maradványt hordozhatnak felületükön. Fogyasztásuk előtt ezért mosás és alapos tisztítás javasolt!
- Törekedjünk a hazai élelmiszerek fogyasztására! Az itthoni monitoringrendszer jobb, mint a külföldi, másrészt a hazai élelmiszerek lényegesen kisebb mértékben szennyezettek.
- Támogatni kell a bioélelmiszerek előállítását. A tudatos vásárlási szokást kell erősíteni, ami azt is jelent, hogy nem azt kell megvenni, ami egyszerűen olcsó, hanem minőségileg jobb.
- A szervezetben felhalmozódott mérgeanyagoktól való megszabadulást segíthetik a komplex egészségmegőrző terápiák: a wellness, szaunakezelések és a szabad gyökfogók (szelén, E-vitamin) kiegészítő alkalmazása.
- **A mérgeanyagok főként a zsírszövetben raktározódnak el.** Fontos ezért a testsúly fokozatos és nem gyors csökkentése. A zsírszövetben elraktározódott mérgeanyagok a hirtelen fogyás során gyorsan kerülnek a szervezetbe, ami rendkívül káros lehet.
- Rendszeres endokrin és pajzsmirigy-szűrővizsgálat javasolt azok körében, akik az átlagosnál nagyobb környezeti szennyezésnek vannak, illetve voltak kitéve. Gondolni kellene a családtervezés – különösen meddőség esetén – erre a lehetőségre is.

Forrás: www.endokrinkozpont.hu

Címkék: **meddőség**, **mérgeanyagok**, **szervezet**, **zsírsejtek**, **DDT botrány**

Szponzorált hirdetések

Horkolás megszüntetése

Fedezze fel a horkolás gyógyszerét amely klinikailag volt tesztelve.

www.horkolas-horkolni.hu/

70-90% legjobb ajánlatok

A budapesti nők a Bónusz Brigádöt választották. Együtt olcsóbb!

Budapest.bonuszbrigad.hu

hüvelyszárazság?

Ne szenvedjen tőle, mert kezelése egyszerű és természetes

www.cikatridina.hu

Az otthoni hajvágás titka

Válassz Braun hajvágót: a kényelem és a könnyű kezelhetőség záloga!

www.braun.com/hu

Nézd meg ezt is!

- **„A rák nem betegség” »**
- **Kockázatos a túl sok hormon menopauza idején »**
- **A bőrrák leggyakoribb típusa is jól kezelhető »**

Ajánlott weboldalak

- **Férfimeddőség.lap.hu**
- **Reach.lap.hu**
- **Pajzsmirigy.lap.hu**

- Hormon.lap.hu

Tetszik

93 embernek tetszik.

Kapcsolódó hozzászólások

A hozzászóláshoz be kell jelentkezned!

Belépés**Maxim** 2011-05-22 10:10

A te topikindító hsz-eid sem különben.

epipapi 2011-05-22 09:22

Ha a gyártó tud a káros hatásokról, akkor gyilkos!!!

Nők Lapja Cafe 2011-05-22 09:22

Teflonedények, műanyag palackok és mosószeres. A mindennapi életben használatuk természetes, az egészségünkre gyakorolt hatásai pedig csak évek múlva jelentkeznek. Utánajártunk, vajon tényleg veszélytelenek-e a környezetünkben található vegyi anyagok.

Tovább a cikkekre...**Több hozzászólás »**

Akciós ajánlatok

hirdetés

**Napsugaras nyári napok kívánságkosárral**

Tölts 3 éjszakát a soproni Hotel Lövérben és válassz kívánságkosarunkból! Nyári akció.

9 300 Ft./fő/éj-től**2011-es olasz fürdőruhák bevezető áron!****3 490 Ft-tól****Könyvek, már 800 forinttól!****Könyvek már 800 ft-tól!****Nagy kedvezmények!****Nyári akció -30 % az Aquaticumban****Foglaljon most!****Tavaszi hétvége az Alpokban****Foglaljon most!****Én is hirdetek itt!****Még több akciós ajánlat**