

# MINDENT A FTALÁTOKRÓL

Vegyvi anyagok, melyek megtalálhatóak a mindennapi használati tárgyainkban.  
Érintéssel, belégzéssel vagy akár az ételek és italok elfogyasztásával is a szervezetünkbe kerülhetnek.

## A FTALÁTOK EGÉSZSÉGHA TÁSAI



Növelhetik a meddőség, a PCOS és az endometriózis kialakulását, csökkenthetik a spermiumszámot.



Megzavarhatják a hormonrendszer működését, befolyásolhatják a nemi fejlődést.



Képesek átjutni a placentán, így a magzatot is károsíthatják.



Károsak lehetnek az idegrendszer fejlődésére, figyelemzavar, hiperaktivitás, autizmus, tanulási nehézségek léphetnek fel.



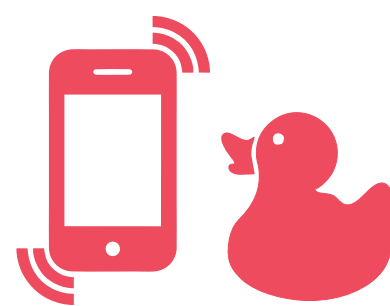
Befolyásolják az anyagcsere folyamatokat, elhízást okozhatnak.

## MIBEN TALÁLHATÓAK A FTALÁTOK?



### Építőanyagok

PVC padlók, lambériák, tapéták és egyéb burkolatok



### Használati tárgyak

műszaki és elektronikai cikkek, gyermekjátékok, telefontokok, védőfóliák, egyes gyurmák, légfrissítők, ragasztók, festékek, gyertyák



### Élelmiszerek

élelmiszerek műanyag csomagolása, PET palackok, lágyzselatin bevonatú étrend-kiegészítő tabletták



### Ruházat

esőkabát, gumicsizma, cipők



### Kozmetikumok

körömlakk, hajzselé, hajlakk

## HOGYAN KERÜLHETJÜK EL A FTALÁTOKAT?

1. Műanyag helyett, amit csak lehet, cseréld le fára, üvegre vagy fémmre! Vásárláskor keresd a „PVC-mentes” („PVC free”) vagy „ftalát-mentes” („phthalate free”) termékeket!
2. Használd „ftalát-mentes” és „illatanyag-mentes” („fragrance free”) kozmetikumokat!
3. Rendszeresen takaríts nedves törlővel!
4. Ne melegítsd az ételt műanyag edényben!
5. Gyakran moss kezet, különösen étkezések előtt ne feledkezz meg erről!
6. Mindig ellenőrizd a műanyagok jelölését.

### KERÜLD!



PVC

### BIZTONSÁGOSAN HASZNÁLHATÓAK:



HDPE



LDPE



PP



Ne tegyél bele forró italt!  
Ne töltsd újra!  
Ne tedd ki nap hatásának!  
Ne égesd el!



science and policy  
for a healthy future

Nemzeti Népegészségügyi Központ