

## Пластик и дети – опасный тандем

Оглянитесь вокруг – сколько нас окружает пластика! Пластиковые пакеты, посуда, пластиковые бутылки с водой, пластик в доме и пластик в машине, пластик за рабочим столом и в кафе, детские игрушки, посуда и бутылочки. Пластик стал обязательным условиям существования современного человека... с очень серьезными последствиями для его здоровья, особенно здоровья наших детей.



Знаете ли вы, что каждый год в мире производится около 100 миллионов тонн пластика! Некоторые ученые уже стали называть наш век «Веком Пластика». И мало кто задумывается о том, что эти «пластиковые» синтетические соединения, производимые в таких огромных количествах, рано или поздно находят свой путь в наши тела, где и аккумулируются, неся за собой потенциально катастрофические биологические последствия. Для нас с вами, наших детей, наших будущих поколений. Знаете ли вы, что в крови пуповины среднестатистического новорожденного находится до 230 различных химикатов! Более двухсот химикатов! «Химический коктейль», похожий на кровь. Ребенок начинает подвергаться их воздействию еще в утробе матери. И по данным некоторых исследований, наши дети – это первое поколение детей в истории человечества, которые будут жить меньше родителей. Наши дети растут быстрее, взрослеют быстрее. Мы виним современный образ жизни – прогресс и новые технологии... не задумываясь, что раннее половое созревание влечет за собой череду проблем со здоровьем наших детей в будущем. А девочки начинают уже менструировать в 9-10 лет. Нонсенс. А причины – они такие очевидные! И одна из них – пластик.

Существует ли безопасный пластик? Мне часто задают такой вопрос. На который я всегда отвечаю однозначно – нет! Безопасного пластика не существует. Даже если этот пластик без Бисфенола-А (о нем ниже). Даже если производитель «клянется» в его безвредности, чистоте и тому подобных обещаниях. В той или иной мере любые пластиковые изделия, упаковки, пакеты и т.п. будут оказывать негативное влияние на здоровье человека, особенно на здоровье наших детей. Дети и пластик – несовместимый тандем. И рано или поздно мы должны это понять и принять. И изменить ситуацию.

Я уже не раз писала и говорила о веществе под названием Бисфенол-А, который относится к разряду так называемых «Псевдо-эстрогенов». Это синтетические соединения, которые попадая в организм человека узнаются им как свои собственные гормоны эстрогены и которые нарушают гормональный баланс человека – вызывая череду опасных проблем - начиная от трудностей с зачатием, пороков развития ребенка, и заканчивая раком. И самое главное - даже в мизерных количествах накапливаясь в организме человека оно влечет за собой череду проблем не только живущего сейчас поколения, но и наших внуков и правнуков, который еще и не родились – влияя на генетическую предрасположенность. Бисфенол-А содержится в пластике – пластиковых бутылках, игрушках, кухонных принадлежностях, детском питании и т.п. Во всем том, с чем ежедневно сталкивается каждый ребенок. Этот пластик имеет обозначение под номером 7 – на дне каждой бутылочки производитель обязан указывать номер (вид) пластика. Получается, что пластик под номером 7 опасен, а остальные безопасны?

Нет.

И вот почему. Любой пластик в той или иной мере нарушает гормональный баланс и влечет за собой интоксикацию организма человека. Даже пластик без содержания Бисфенола-А. И даже пластик для детей – бутылочки, игрушки, посуда.

Знайте свой пластик – посмотрите на номер. Номер пластика должен указываться на этикетке товара: игрушки, детские бутылочки, кухонные принадлежности и т.п., — или на дне пластиковой посуды в треугольнике.

**Номер 1.** Полиэтилен Терефталат. Содержит ацетальдегид, который нарушает гормональный баланс даже при однократном использовании.

**Номер 02.** Полиэтилен. Смягчитель пластика, который никогда не тестировался на безопасность. Играете в русскую рулетку?

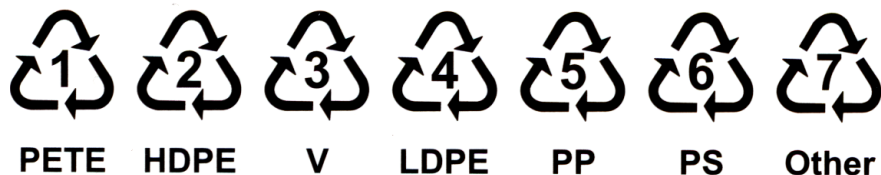
**Номер 03.** Поливинилхлорид. Самый токсичный пластик! Фталаты, карциногены, диоксины – прямой путь к проблемам с зачатием, диабету, интоксикации внутренних органов и раку.

**Номер 04.** Полиэтилен. Менее опасный из всех видов пластика. Имеет накопительный эффект.

**Номер 05.** Полипропилен. Никогда не тестировался на безопасность. Еще одна русская рулетка.

**Номер 06.** Полистирен. Содержит экстремально токсичное вещество стирол, опасное для нервной системы.

**Номер 07.** Бисфенол-А. Наш старый знакомый.



Мы живем в современном мире «одноразовых» вещей. Считаем это огромным достижением цивилизации. Лучше выкинуть и купить новое. Теперь мы можем позволить себе это. И платим за это дорогую цену. Очень дорогую. Пластик почти не разлагается и приказан «жить» всегда. Такая искусственно созданная потребность цивилизованного человека будет стоить природе не одну сотню лет на его переработку. Наши предки не знали такой «роскоши». Он использовали старомодные стеклянные, металлические или деревянные вещи и посуду. А теперь? Около 50% использованного пластика будет находиться на земле сотни лет почти не разлагаясь. Оставшиеся 50% попадут в моря-океаны, и рано или поздно к нам в организм. В каждом из 5 мировых океанов есть новые острова - «пластиковые» острова. А мы продолжаем его использовать и каждую секунду в

мире продолжают выбрасываться до 1,5 тысяч пластиковых бутылок. Это 1 миллион в день.

Можем закрыть глаза и притвориться что нас это не касается. Можем впасть в панику и с ужасом воспринимать эту информацию. А можем просто разумно с уважением к природе, своему организму и жизням наших детей сделать сегодня пусть маленькие, но такие верные шаги.

1. Перестаньте покупать пластиковые детские игрушки, особенно младенцам, которые постоянно берут их в рот. Даже новомодные игрушки «Без бисфенола». Замените их на деревянные, тряпочные или из натуральной резины.
2. Перестаньте покупать пластиковые бутылки с водой. На сэкономленные деньги поставьте дома хороший фильтр и наливайте воду в стеклянную или стальную бутылочку. Последний вариант предпочтителен для детей.
3. Научите ребенка ценить и беречь свои вещи. Не приучайте его к «одноразовости». Пусть у него будет специальная сумочка для покупок, сшитая вместе дома или купленная.
4. Пластиковые бутылочки для кормления замените на стеклянные, обернув их специальными чехлами для защиты.
5. Храните и подогревайте еду ребенка только в стеклянной или стальной посуде.

Маленькие шаги дают большие результаты. Не устаю повторять. Сделайте сегодня этот маленький, но такой верный шаг. И, неудивительно, что положительные изменения в здоровье вас и ваших детей не заставят себя ждать.

*Вся информация и советы Оксаны Зубковой даны только с образовательной и информационной целью и не являются медицинским советом для лечения каких-либо заболеваний или проблем со здоровьем. Читатель несет личную ответственность за использование данной информации*