





## Kas nustato reikalavimus vaikų priežiūros priemonių cheminei sudėčiai?

Visos kosmetikos, taip pat ir vaikų kūno priežiūros priemonių, gamybai bei cheminei sudėčiai keliami reikalavimai nustatyti Europos Sąjungos (ES) Kosmetikos reglamente (EB Nr. 1223/2009). Visose šalyse narėse privalu laikytis jo reikalavimų, vadinasi tiek Lietuvoje, tiek Vokietijoje gaminamoms kosmetikos priemonėms taikomi vienodi kokybės, gamybos ir ženklinimo reikalavimai.

Dažnai manoma, kad vaikų kūno priežiūrai skirtų priemonių gamyba yra kontroliuojama daug griežčiau. Tačiau ES lygiu apribojimai taikomi tik keletui cheminių medžiagų ir tik gaminiuose, kurie skirti kūdikiams iki 3 metų. Taigi jei etiketėje nenurodyta, kad skirta kūdikiams iki 3 metų, gaminio sudėtis gali būti lygiai tokia pati kaip ir suaugusiųjų kūno priežiūros priemonių.

Kosmetikoje naudojamos kvapiosios medžiagos – tiek natūralios, tiek sintetinės gali būti alergizuojančios arba dirginančios. Iš jų gamintojai etiketėje privalo nurodyti tik 26-ias. Visos kitos kvapiosios medžiagos slepiasi po tokiais pavadinimais kaip kvapai (angl. *Fragrance, Parfum, Aroma*). Be to, vis dar leidžiama kosmetikos gamybai naudoti chemines medžiagas, siejamas su endokrininės sistemos trikdymu. Teigiama, kad gaminiuose naudojamos labai mažos koncentracijos. Tačiau nėra įvertinta, kiek tokių pavojingų medžiagų gauname kasdien iš aplinkos ir visų įprastų gaminių.

## Ekoženklai

Gaminiai, paženklininti nepriklausomų institucijų patvirtintais ekoženklais, atitinka specialius aplinkosaugos, poveikio sveikatai ir kitus reikalavimus. Tam, kad būtų suteiktas ekoženklas, yra atliekami nepriklausomi ekspertų vertinimai. Kiekvieną iš žemiau išvardintų ženklų suteikianti institucija turi nustatčiusi kriterijus, kurie yra viešai skelbiami ir apima reikalavimus pavojingų cheminių medžiagų naudojimui. Jų tinklalapiuose yra išvardinti gamintojai ir produkcija, kuriai ekoženklai yra suteikti. Lietuvoje galima įsigyti šiais ekoženklais paženklintų vaikų priežiūros priemonių:



Tačiau net ir nepaženklintos ekoženklų vaikų priežiūros priemonės gali būti pagamintos nenaudojant pavojingų cheminių medžiagų. Domėkitės gamintojo vykdoma gamybos politika, rinkitės savo šalies vaikų priežiūros priemonių gamintojus, kurie sutinka atskleisti gamybos procesą ir jame naudojamas medžiagas.

## Drėgnos servetėlės ir sauskelnės

Drėgnos servetėlės naudoti yra labai patogiu, ypač kelionėse, tačiau jos yra tikrai nebūtinai kasdieniam naudojimui ir sukuria nemenką kiekį atliekų. Atkreipkite dėmesį – populiariausių drėgnų servetėlių, aptinkamų kiekviename prekybos centre, sudėtyje labai dažnai yra sintetinių kvapiųjų medžiagų ir parabenų.

Vienkartinės sauskelnės dažnai yra laikomos būtinybe. Tačiau populiariausių ir pigiausių sauskelnių gamybai naudojamos sintetinės cheminės medžiagos, pagamintos iš naftos ir jos šalutinių produktų. Kai kurios iš šių medžiagų (tokios kaip natrio poliakrilatas, tributilalavas, etilbenzenas, toluenas, ftalatai, petrolatas) yra šejamos su ilgalaikiu neigiamu poveikiu sveikatai ir gali sukelti alergines reakcijas.

## Patarimai

- Rankšluostis, suvilgytas vandeniu ir augaliniams aliejais yra švelnesnė ir pigesnė alternatyva;
- Rinkitės bekvapės drėgnos servetėlės be fenoksietanolio (angl. *Phenoxyethanol*) ir be parabenų;
- Naudokite daugkartinius natūralių medžiagų vystyklus bent namuose;
- Rinkitės iš natūralių medžiagų (pvz., celiuliozės, medvilnės, bambuko, kukurūzu) pagamintas nebalintas, nedažytas, nepuoštas paveikslėliais ir bekvapės vienkartinės sauskelnes;
- Keiskite sauskelnes ne rečiau kaip kas 2-3 valandas arba vos tik jos tampa drėgnos. Drėgnoje ir šiltoje terpėje cheminės medžiagos linkusios greičiau patekti per odą į žmogaus organizmą.

## Šampūnas ir priedai voniai

Šių gaminių sudėtyje naudojami paviršiaus aktyviosios medžiagos, sukeliančios putojimą ir atliekančios valomąją funkciją. Natrio laurilsulfatas (angl. *Sodium Lauryl Sulphate*) ir kokamidopropilamino oksidas (angl. *Cocamidopropylamine Oxide*) jautrią vaikų odą dažnai dirgina, sausina. Triklozanas, naudojamas kaip konservantas ir antibakterinė medžiaga, gali alergizuoti ir sukelti bakterijų atsparumą. Kvapai neatlieka jokios praktinės funkcijos, dažnai alergizuoja ir yra šejami su endokrininės sistemos trikdymu ir kitu ilgalaikiu neigiamu poveikiu.

## Patarimai

- Maudykite kūdikius ir mažus vaikus vonioje ne kasdien, o vieną-du kartus per savaitę;
- Kaskart apiprausdami vaiką tinkamai dozuokite muilą ar kitas priemones;
- Kaip natūralų priedą voniai galite naudoti kelis lašus augalinio aliejaus;
- Retus kūdikių plaukus dažniausiai užtenka išplauti švariu vandeniu. Šampūną naudokite tik retkarčiais.

## Kvapiosios priemonės

Daugelis kūdikiams ir vaikams skirtų kūno priežiūros priemonių ir sauskelnių yra prikėpintos, tačiau kvapai nesuteikia šiems produktams jokios papildomos vertės ir neatlieka jokios funkcijos, kuri būtų naudinga vaikų sveikatai. Visos kvapiosios medžiagos kūdikiams ir vaikams gali būti alergizuojančios ir dirginančios, ypač jei naudojamos dažnai. Sintetinės kvapiosios medžiagos dažnai siejamos su endokrininės sistemos trikdymu, linkusios kauptis organizme ir aplinkoje bei nesuskyla.

## Patarimai

- Rinkitės bekvapės vaikų priežiūros priemones;
- Atsargiai naudokite eterinius aliejus. Tepami tiesiogiai kūdikiams ant odos kai kurie eteriniai aliejai gali sukelti alergines reakcijas ir net ūmų apsinuodijimą.

## Dantų pasta

Pirmąjį dantuką kūdikiui pakanka valyti vandenyje suvilgytu skudurėliu užvyniotu ant piršto. Vėliau neišsiversite be dantų pastos ir dantų šepetėlio. Vaikiškų dantų pastų pagrindinės sudėtinės dalys yra paviršiaus aktyviosios medžiagos, kvapai, skoniai, saldikliai, konservantai ir fluoridas. Fluoridas padeda apsaugoti dantis nuo karieso, tačiau, jei dideli kiekiai fluorida patenka į virškinamąjį traktą, galimas dantų emalės pažeidimas. Kadangi maži vaikai nemoka tinkamai išsiskalauti burnos, vaikiškoje dantų pastoje turi būti mažesnis fluorida kiekis. Todėl patariama kaitalioti dantų pastą su fluoridu ir be jo.

## Patarimai

- Mažiems vaikams skirtoje dantų pastoje rekomenduojamas fluorida kiekis neturi viršyti 250-500 mg;
- Rinkitės vaikišką dantų pastą su kuo mažiau sudedamųjų dalių.



## Losjonai, kremai ir kūno aliejai

Kūdikių odėlė linkusi greičiau sausėti, todėl ją drėkinti būtina. Drėkinimo priemonėse gali būti aptinkamos šios pavojingos cheminės medžiagos: sintetiniai mineraliniai aliejai, kvapai, konservantai. Jau pripažįstama, kad kai kurie parabenai (naudojami kaip konservantai) pažeidžia hormoninę sistemą. Mineraliniai aliejai labai lėtai skyla ir padengia odą riebaline plėvele.

## Apsauginiai kremai nuo saulės

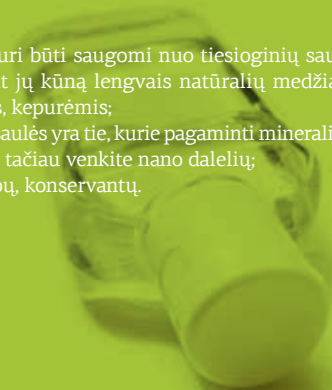
Kūdikių odėlė yra linkusi labai greitai nudegti saulėje, kadangi apsauginis odos mechanizmas dar nėra susiformavęs. Apsauginiai kremai nuo saulės gali būti pagaminti naudojant sintetinius cheminius UV filtrus arba mineralinius UV atšvaitus. Kai kurie sintetiniai cheminiai UV filtrai (išvardinti lentelėje) gali pažeisti hormoninės sistemos veiklą, kaupiasi žmogaus organizme, motinos piene. Mineraliniai UV atšvaitai (dažniausiai naudojamos medžiagos titano dioksidas, cinko oksidas) gali kelti susirūpinimą tik tuo atveju, jei naudojami nanodalelių forma (tokią informaciją privaloma nurodyti etiketėje nuo 2013 m. liepos mėn.).

## Patarimai

- Rinkitės kūno kremus, kurie pagaminti augalinių medžiagų pagrindu, su kaip galima mažiau sudėtinųjų dalių. Venkite kvapų ir konservantų;
- Siekdami išvengti bėrimo dėl vystyklų, keiskite sauskelnės ne rečiau kaip kas 2-3 valandas, darykite oro vonias. Bėrimui gydyti taip pat yra kremų, pagamintų augalinių medžiagų pagrindu;
- Šaltuoju metų laiku naudokite riebius maitinamuosius apsauginius kremus, kadangi drėkinamieji kremai, kurių sudėtyje yra vandens, gali sukelti atvirų kūno vietų nušalimą;
- Venkite kremų, kurių sudėtyje yra nanodalelių;
- Labai sausą odą galima drėkinti natūraliais augaliniiais aliejais (alyvuogiu, migdolų ir kt.), kuriuos paprastai naudojame maistui.

## Patarimai

- Kūdikiai iki 1 metų turi būti saugomi nuo tiesioginių saulės spindulių, pridengiant jų kūną lengvais natūralių medžiagų rūbais, galvas skėčiais, kepurėmis;
- Saugesni kremai nuo saulės yra tie, kurie pagaminti mineralinių UV atšvaitų pagrindu, tačiau venkite nano dalelių;
- Venkite dažiklių, kvapų, konservantų.





Šampūnas ir priedai voniai	Losjonas, kremas ir aliejus kūnui	Apsauginis kremas nuo saulės	Dantų pasta	Drėgnos servetėlės kūdikiams	Paskirtis	Pavojingos cheminės medžiagos pavadinimas (INCI*)	Galimas neigiamas poveikis
x	x	x	x	x	Konservantai	Parabenai (pvz., Methylparaben, Butylparaben, Propylparaben)	Imituoja estrogenų veiklą, trikdo endokrininę sistemą, jautrina.
x	x	x		x		Phenoxyethanol	Naudojant ilgą laiką pastebimas dirginimas, neurotoksiškas, alergenas.
x			x	x	Konservantas, antibakterinė medžiaga	Triclosan	Sukelia alergiją ir bakterijų atsparumą, kaupiasi organizme.
x			x	x	Detergentai (valantys komponentai)	Sodium Lauryl Sulfate (taip pat žymimas: SLS, Sodium dodecyl Sulfate; Sulphuric Acid, Monododecyl Ester, Sodium Salt; Sodium Salt Sulphuric Acid; Monododecyl Ester Sodium Salt Sulphuric Acid), Ammonium Lauryl Sulfate (ALS), Sodium Laureth Sulfate (SLES)	Dirgina ir sausina odą.
x			x	x		Ethylene Oxide, 1,4 Dioxane (šalutiniai SLS produktai ir etiketėje gali būti žymimi: Myreth, Oleth, Laureth, Cetareth, PEG, Polyethylene, Polyethylene Glycol, Polyoxyethylene, Oxynol)	Galimas kancerogeninis poveikis, toksiška smegenims bei centrinei nervų sistemai, inkstams ir kepenims. Labai paplitęs gruntinio vandens teršalas.
	x	x			UV-filtrai	Benzophenone-3 (Oxybenzone)	Sukelia biocheminius ir biologinius pokyčius ląstelėse, ardo endokrininę sistemą, kaupiasi organizme (aptinkama motinų piene) ir aplinkoje.
	x	x				3-Benzylidene Camphor (3 BC), 4-Methylbenzylidene Camphor (4-MBC), Octyl Methoxycinnamate (OMC, Ethylhexylmethoxycinnamate, Octinoxate)	Ardo endokrininę sistemą, kaupiasi organizme (aptinkama motinų piene) ir aplinkoje.
	x	x				Octyl-Dimethyl- Para-Aminobenzoic-Acid PABA (OD-PABA)	Sukelia biocheminius ir biologinius pokyčius ląstelėse, gali sukelti foto-alerginę reakciją.
	x	x	x			Nanodalelės	Nano titano dioksidas (Titanium Dioxide Nano), nano cinko oksidas (Zinc Oxide Nano), nano sidabras (Silver Nano)
x	x	x	x	x	Kvapai	Kvapai (Fragrance, Perfume, Parfum, Scent, Aroma), muskuso junginiai (Musk Xylene, Musk Ketone, Cashmeran, Traseolide, Galaxolide, Tonalide)	Alergizuoja, dirgina odą, kaupiasi organizme (kai kurie junginiai aptinkami motinos piene) ir aplinkoje, kai kurios medžiagos gali trikdyti endokrininę sistemą. PASTABA! Šių junginių sudėtyje, jei jie nėra iš gamtinių šaltinių, gali būti tirpiklių ir denatūruojančių medžiagų, pvz., ftalatų, kurių žymėti sudėtyje neįprivaloma. Šios medžiagos gali trikdyti endokrininę sistemą bei jautrinti.
x	x	x		x	Mineraliniai aliejai	Mineraliniai aliejai (Paraffinum liquidum, Wax, Mineral Oil)	Organizme nesuskaidomi, kaupiasi plaučiuose, kepenyse ir limfmazgiuose.

\*INCI (International Nomenclature of Cosmetic Ingredients) – pavadinimas pagal tarptautinę kosmetikos ingredientų nomenklatūros sistemą.

Šaltiniai: Europos cheminių medžiagų agentūros (ECHA), Tarptautinio cheminių medžiagų sekretoriata (ChemSec), Danijos Ekologijos tarybos, Olandijos Nacionalinio visuomenės sveikatos ir aplinkos instituto informacija.



# Vaikų priežiūros priemonės

Atmintinė vartotojui

[www.pagalvok.lt](http://www.pagalvok.lt)



© Baltijos aplinkos forumas, 2013  
Išleista tarptautinės organizacijos „Moterys Europoje vardan bendros ateities“ (WECF) leidinio pagrindu, gavus autorių sutikimą



Projektą „Informacinė kampanija apie pavojingas chemines medžiagas Baltijos šalyse“ (BaltInfoHaz) iš dalies finansuoja Europos Sąjungos LIFE+ programa. Projekto Nr. LIFE10 INF/EE/108. Šio leidinio turinys nebūtinai atitinka oficialią Europos Sąjungos poziciją. Už jame pateiktą informaciją ir nuomones atsako tik leidinio autoriai.



**PAGALVOK, KAI PERKI**

RINKIS PREKES BE PAVOJINGŲ CHEMINIŲ MEDŽIAGŲ