

HORMOONVERSTOORDERS

WAARIN ZITTEN ZE EN WAT DOEN ZE

De Wereldgezondheidsorganisatie heeft het over 800 mogelijk hormoonverstorende stoffen.
Een overzicht van de meest gebruikte en hun mogelijke gevolgen voor de gezondheid:



PESTICIDEN

Bestrijdingsmiddel in de landbouw



Sla, tomaten, komkommer, appel, prei, perziken, peren, aardbeien, druiven, paprika bevatten de grootste concentraties



Kankers
Afwijking geslachtsorganen, vruchtbaarheidsproblemen
Lager geboortegewicht
Obesitas, diabetes
Schilddeserproblemen
IQ-verlies
Autisme



PARABENEN

Conservermiddel

PROPYLPARABEEN
BUTYLPARABEEN
ISOBUTYLPARABEEN
ISOPROPYLPARABEEN
FENYLPARABEEN
BENZYLPARABEEN
PENTYLPARABEEN

E214 - E215 - E216 - E217 - E218 - E219



BISFENOL A (BPA)



Bestanddeel van POLYCARBONAAT plastic in onbreekbare (baby)flessen, brilmonturen, laptops, voorwerpen voor gebruik in microgolfoven, cd's, dvd's, plastic tafelbestek, bakers, brooddozen,...

Bestanddeel van EPOXYHARS in binnenbekleding van drankverpakkingen, ovensvermblikken en deksels, waterleidingen, wijnvaten,...

In thermisch papier voor kassabonnetjes



Vruchtbaarheidsproblemen, vroegtijdige puberteit, miskramen
Borstkanker
Prostaatcancer
Diabetes
Obesitas
Hartaandoening



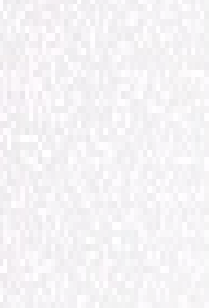
Bewaarmiddel in make-up zoals mascara, oogschaduw, lippenstift...
Verzorgingsproducten zoals zeep, shampoo, conditioner, zeep, vochtbrengende crèmes, vochtige doekjes, aftershave, ...

Anti-bacterieel middel in schoonmaakproducten, geneesmiddelen en bereide voedingswaren zoals kant- en klare sauzen, salades en bakkerijproducten

Inkt, lijn, verf, oliën, schoensmeer



Vruchtbaarheidsproblemen, spermakwaliteit, vroegtijdige puberteit
Borstkanker
Teebaalkanker
Orgaanschade
Obesitas



UV-FILTERS

BENZOFENON-1 (BP-1)
BENZOFENON-2 (BP-2)
3-BENZYLIDENE CAMPHOR
4,4'-DIHYDROXY-BENZOFENON
4-METHYLBENZYLIDENE CAMPHOR (4-MBC)
ETHYLHEXYL METHOXYCINNAAMAAT



Zonnecrèmes
Cosmetica



Afwijkingen geslachtsorganen

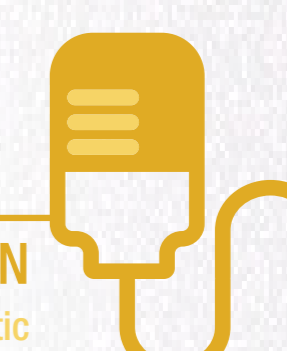


PVC handschoenen, plastic kleding (schoenen en tassen), kinderspeelgoed, keukengerai, vinyl vloerbedekkingen (en dus huisstof), kunststoftegels, slangen, kabels, voedingsverpakkingen, medisch materiaal (tubes voor druppeltjes, zakken voor bloedtransfusies), plastic omhulsels van medicatie, bepaalde additieven in medicijnen.

Verzorgingsproducten (nagellak, haarlak, geperumeerde zeep, shampoo, parfums), plakband, verven, vernissen, vetvrije smeermiddelen, oplosmiddelen.



Vruchtbaarheidsproblemen, afwijkingen geslachtsorganen
Wijziging hersenontwikkeling baby's
Kankers
Diabetes
Obesitas



FTALATEN

Week maken van plastic

DEHP
DBP
DMP
BBP
DEP (DIETHYL PHTHALATE)
BBP



TRICLOSAN / TRICLOCARBAN

Anti-bacteriële stof



Tandpasta, verzorgings- en schoonmaakproducten, textiel, schoenen, verpakingsmateriaal



Kankers
Vruchtbaarheidsproblemen
Immuniteitsproblemen
Leermoeilijkheden



Synthetisch textiel, kledij, autobekleding, gordijnen, meubels, elektronica, behuizing van tv's, computers, verpakingsmateriaal, schuimrubber, verf, matrassen,...



Vruchtbaarheidsproblemen
Teebaalkanker
Gedragsproblemen

GEBROMEERDE VLAMVERTRAGERS

Zorgen voor vertraagde verbranding



CYCLOTETRASILOXANE



Conditioner voor huid en haar



Vruchtbaarheidsproblemen



Antikleeftanzen (Tefal), waterafstotend textiel (Teflon, GoreTex), cosmetica



Miskramen



PERFLUORVERBINDINGEN

PFQA
PFOS



POLYCYCLISCHE AROMATISCHE KOOLWATERSTOFFEN (PAK'S)



Gerookte, gefrituurde en/of gfermenteerde voeding, verbrande delen van voeding



Immuniteitsproblemen
Kankers
Kinderleukemie



Vetrijke vis, zuivel, vlees (lever), vetten, oliën, eieren, plastic (tussen verboden stoffen, maar de vervulling is nog aanwezig)



Kankers
Vruchtbaarheidsproblemen
Versterking immuniteit
Obesitas
Diabetes
IQ-verlies



BUTYLHYDROXYANISOLE (BHA)

Antioxidant en bewaarmiddel



PCB'S / DIOXINES



Tips om verstandig om te springen met hormoonverstoorders



ETEN EN DRINKEN

Varieer voeding, was groenten en fruit, vermijd verbrande voeding

Gebruik biologische producten

Was keukengerai en textiel voor een eerste gebruik

Verwarm eten/drinken in glas of porselein in de microgolfoven, niet in plastic

Vermijd verpakingsmateriaal met bisfenol A rond voedingswaren

Beperk blikvoeding



VERZORGING

Reinig babybilletjes niet met vochtige doekjes

Onthaar met gewone scheermesjes, vermijd haarverf

Vermijd verzorgingsproducten of make-up met parabenen, parfum, aroma

Vermijd producten met Bisfenol A (BPA), Triclosan, Benzofenon, Cyclotetrasiloxane, Butylhydroxyanisole (BHA), Ethylhexyl methoxycinnamaat (EHMC)

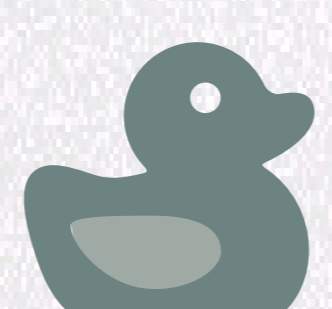


SCHOONMAAK

Gebruik schoonmaakmiddelen met ecolabel, zonder parfum

Ventileer en reinig regelmatig je huis

Ventileer extra als je nieuwe meubels, elektronika hebt of net geschilderd hebt



KINDEREN

Kies speelgoed met een CE-merk en vermijd geperumeerd speelgoed

Was kinderkleding voor eerste gebruik

