



Có thể bạn chưa biết nhưng những vật dụng thường dùng hàng ngày cũng có thể ẩn chứa những hóa chất độc hại gây nguy hiểm cho sức khỏe của bạn và gia đình.

Công nghiệp hiện đại ngày càng phát triển, thói quen ăn uống và thói quen sinh hoạt có sự thay đổi lớn. Thống kê y học cho thấy mỗi ngày chúng ta tiếp xúc với một một nghìn loại hóa chất độc hại khác nhau. Chị em phụ nữ mỗi ngày bôi lên mặt trung bình 175 loại hóa chất, bình quân mỗi ngày hấp thu tới 200mg, chất kích thích từ thịt là 150mg

Thông thường chúng ta thường biết đến một người chết vì bệnh ung thư, tim mạch... hay do tai biến chứ không chú ý đến những sát thủ ẩn nấp đằng sau những căn bệnh đó lại chính là do các thói quen sinh hoạt và ăn uống hàng ngày của chúng ta gây nên. Những hóa chất độc hại luôn hiện hữu trong những vật dụng hết sức thân thuộc hàng ngày và tấn công sức khỏe của chúng ta bất cứ lúc nào.

Thực phẩm ô nhiễm, không khí ô nhiễm, nguồn nước ô nhiễm. Trong cuộc sống hiện đại, độc tố khắp nơi nên không ai có thể tránh khỏi. Trên thực tế, những độc tố này được tích lũy qua năm tháng, ngày một nhiều lên tạo thành những lớp độc tố cực kỳ nguy hiểm trong cơ thể, giống như mảng bám trong ấm trà, chúng bám chắc trong các bộ phận cơ thể, trong các tế bào lục phủ ngũ tạng. Nhưng độc tố ngấm vào cơ quan nội tạng, phá hủy các tế bào, ngăn cản tế bào hấp thu các chất dinh dưỡng và chặn đường thoát của các tế bào chết gây ra các hiện tượng đau đầu, chóng mặt, mệt mỏi, mất ngủ, kém ăn, sức đề kháng kém sau đó phát bệnh và gây ung thư.

1. Fluoride trong kem đánh răng

Kem đánh răng trên thị trường ít nhiều đều có chứa florua, tác dụng của nó là ngăn chặn sâu răng. Nhưng florua bản thân nó cũng là tiềm năng "độc", ngay cả khi chỉ có một số lượng rất nhỏ cũng ảnh hưởng xấu đến sức khỏe, thậm chí gây ngộ độc và độc tính có thể dần dần tích lũy. Viện nghiên cứu ung thư quốc gia Mỹ đã phát hiện thấy các phản ứng flo có liên quan đến những ca tử vong ung thư xảy ra mỗi năm trên đất nước này.

Về vấn đề này, đại học Y Capital, phòng Tiến sĩ của bệnh viện Nha khoa Bắc Kinh nhắc nhở mọi người, hãy chắc chắn Bắc Kinh Nha khoa Bệnh viện phòng Tiến sĩ Peng nhắc nhở, hãy chắc chắn để điều chỉnh việc sử dụng kem đánh răng fluoride, không quá 3,4 mg mỗi ngày cho người lớn, không quá 1,9 mg đến 2,1 mg đối với trẻ từ 7-15 tuổi. Trẻ dưới 3 năm để nuốt kem đánh răng khi đánh răng thì được khuyến cáo là tạm thời không sử dụng kem đánh răng fluoride.

2. Chất p-phenylenediamine trong thuốc nhuộm tóc

Nhuộm tóc hiện nay đang trở thành một trào lưu trong đại bộ phận giới trẻ. Nhưng đa số đều không biết hoặc cố tình làm ngơ trước những tác hại của thuốc nhuộm tóc. Thuốc nhuộm sau khi được bôi lên tóc, sẽ từ từ thấm vào da đầu sau đó xâm nhập vào cơ thể. Đặc biệt, trong thuốc nhuộm tóc có sử dụng một hóa chất có tên là p-phenylenediamine. Chất này giúp màu sắc, màu tóc tươi sáng nhưng nó cũng có thể gây dị ứng da và thậm chí cả ung thư. Giám đốc bệnh viện Cảnh sát vũ trang Bắc Kinh, Vụ Huyết học nhắc nhở, nếu tóc được làm nóng đồng thời với lúc nhuộm tóc thì các mối nguy hiểm sức khỏe càng lớn hơn bởi vì p-phenylenediamine sẽ xâm nhập vào các mao mạch qua da đầu dễ hơn, với việc lưu thông máu, nó có thể gây ra các bệnh về máu, bệnh bạch cầu...

Ngoài ra, p-phenylenediamine cũng dễ gây ung thư da, ung thư bàng quang. Tốt nhất, khi nhuộm tóc nên hạn chế tiếp xúc thuốc với phần da đầu. Nếu màu tóc bị bạc theo đám thì không nên nhuộm đen toàn bộ đầu mà chỉ nhuộm phần tóc trắng để giảm mức độ kích thích da đầu và tổn thương.

Nhuộm tóc hiện nay đang trở thành một trào lưu trong đại bộ phận giới trẻ. Nhưng đa số đều không biết hoặc cố tình làm ngơ trước những tác hại của thuốc nhuộm tóc. Ảnh minh họa

3. Cồn trong nước súc miệng

Nước súc miệng giúp làm sạch răng và miệng, mang lại hơi thở thơm tho. Nhưng một trong những thành phần thiết yếu của nước súc miệng - rượu, có thể làm cho cơ thể bị thiệt hại gây ung thư. Nghiên cứu của Viện Ung thư quốc gia Úc công bố năm 2009 cho thấy, nồng độ cồn của nước súc miệng là 25% hoặc cao hơn, tỷ lệ đó có liên quan với các bệnh ung thư miệng, lưỡi và cổ họng.

4. Hóa chất độc hại và hương liệu trong sản phẩm chăm sóc em bé

Khi chọn mua sản phẩm dầu tắm gội cho trẻ, các bậc phụ huynh nên lưu ý nhìn nhãn chai mỹ phẩm và thành phần (ingredients) in trên đó để tránh những hóa chất độc hại như Phenoxyethanol, Mineral oil... Nhiều tổ chức như FDA, Mind Body Green, David Suzuki Foundation, Green Organic World... đã công bố những thành phần trong mỹ phẩm có thể gây tác động xấu đến con người. Hiện tại, hầu hết các sản phẩm mỹ phẩm trên thị trường đều có chứa một số thành phần này. Nguyên liệu chính tạo nên dầu tắm gội là nước để tạo dung dịch lỏng, chất dịch treo để làm chúng trông có vẻ nhớt đông nhất, chất bảo quản chống lại vi sinh vật, chất tẩy rửa, chất tạo bọt, hương liệu.

Trong các sản phẩm tự nhiên, các thành phần này đa phần được chiết xuất từ thực vật. Tuy nhiên với các sản phẩm dầu tắm, dầu gội phổ biến thì hầu hết đều là các chất hóa học. Ngoài ra thị trường còn có dầu làm mềm da - Mineral oil với tên tiếng Việt là khoáng dầu, nghe rất tự nhiên và có lợi cho sức khỏe của bé nhưng thực tế chúng lại ngăn cản sự bài tiết của da, làm bít lỗ chân lông, gây mụn. Nguy hiểm hơn, chất này được khuyến cáo có khả năng gây ung thư và ảnh hưởng đến khả năng sinh sản.

Khi chọn mua sản phẩm dầu tắm gội cho trẻ, các bậc phụ huynh nên lưu ý nhìn nhãn chai mỹ phẩm và thành phần (ingredients) in trên đó để tránh những hóa chất độc hại như Phenoxyethanol, Mineral oil... Ảnh minh họa

Trong đó, Mineral oil sản xuất từ dầu mỏ được đun lên và cất qua từng công đoạn với các sản phẩm được như petrolatum, paraffinum liquidum, paraffin oil, cera microcristallina.

Sodium Laureth Sulfate (SLES), Sodium Lauryl Sulfate (SLS), Amonium Lauryl Sulfate (ALS) là loại chất tẩy rửa và hoạt chất bề mặt, tạo bọt được sử dụng rộng rãi trong ngành công

nghiệp mỹ phẩm vì giá thành rẻ. Chúng gây khô và bào mòn da, mỏng tóc, gây kích ứng với da nhạy cảm. Ngoài ra, nó có thể gây đục thủy tinh thể và các vấn đề khác về mắt.

Triclosan là hoạt chất kháng khuẩn có công thức tương tự với chất độc màu da cam. EPA xếp hóa chất này vào loại thuốc diệt côn trùng, gây nguy cơ cao đối với sức khỏe con người và môi trường. Là một chất trong nhóm chlorophenol, triclosan bị nghi ngờ là hóa chất gây ung thư ở người. Đại học Y dược Tufts của Mỹ còn cho rằng triclosan chính là nguyên nhân dẫn đến sự xuất hiện của những loại "siêu côn trùng" kháng thuốc nguy hiểm.

Hương thơm trong các sản phẩm mỹ phẩm là những hóa chất tạo mùi nhằm che lấp đi những mùi vị không lành mạnh khác. Hương liệu tổng hợp có thể gây kích ứng da, nổi mẩn đỏ, da trở nên khô, sần sùi và lão hóa nhanh hơn. Ngoài ra, nếu dùng sản phẩm chứa hương liệu liên tục trong thời gian dài có thể gây ảnh hưởng đến hệ thần kinh trung ương hay chứng rối loạn nội tiết.

5. Hóa chất gây ung thư trong sơn móng tay

Sơn móng tay có chứa nhiều hóa chất độc, điều này đã được các nhà khoa học Mỹ chứng minh trong một nghiên cứu gần đây. Những hóa chất độc thường thấy trong các loại sơn móng tay đó là: benzen, toluen, aceton... Benzen dễ gây ung thư, toluen có thể gây nghiện nếu hít nhiều, aceton nếu tiếp xúc trực tiếp với da sẽ dễ gây dị ứng và nhiễm trùng.

Để hạn chế những tác hại của sơn móng tay đối với cơ thể con người, ta nên đọc kĩ những thành phần hóa học trong những sản phẩm trước khi mua. Và không nên dùng sơn móng tay liên tục trong thời gian dài, kể cả móng tay giả. Khi thấy những vùng da xung quanh móng tay bị mẩn đỏ, phải đến các cơ sở y tế để xử lý sát khuẩn, tránh nhiễm trùng.

Sơn móng tay có chứa nhiều hóa chất độc, điều này đã được các nhà khoa học Mỹ chứng minh trong một nghiên cứu gần đây. Ảnh minh họa

6. Chất talc trong mỹ phẩm trang điểm

Hầu hết các mỹ phẩm dạng bột như màu mắt, má hồng, phấn nền... của chị em đều có chứa talc. Đây là một chất bôi trơn rất tốt, có thuộc tính hóa học tương tự với amiăng, vốn được biết đến như một chất gây ung thư (cụ thể là ung thư buồng trứng và đường hô hấp).

Một báo cáo được công bố trên "Tạp chí Dịch tễ học" đã cho thấy rằng, những phụ nữ sử dụng bột talc thì nguy cơ ung thư buồng trứng sẽ gia tăng 60% so với những chị em khác. Ngoài ung thư, hóa chất này cũng có thể dẫn đến áp lực đường thở cấp tính khi hít phải.

7. Toluene trong nước hoa

Nếu bạn bị hen suyễn, bạn hãy tránh xa sơn móng tay, gel tóc, sáp tóc, các mỹ phẩm có mùi thơm khác, đặc biệt là nước hoa bởi vì tất cả chúng đều chứa toluene. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng một khi hít phải toluene nồng độ cao thì dù thời gian ngắn cũng có thể làm xuất hiện các triệu chứng khó chịu trong kết mạc và cổ họng tắc nghẽn, chóng mặt, nhức đầu, buồn nôn, nôn, chóng mặt, suy nhược...

Nếu tiếp xúc lâu dài, nó có thể dẫn đến ngộ độc mãn tính xảy ra hội chứng thần kinh suy nhược, gan to, hoặc gây các bất thường kinh nguyệt cho phụ nữ, da khô, viêm da. Nếu bạn là một người đam mê nước hoa, rất khó từ bỏ việc sử dụng chúng thì bạn có thể xem xét việc sử dụng các loại tinh dầu để thay thế.

8. Dioxane (dioxan) có trong chất tẩy rửa

Năm 2011, Tổng chức Môi trường Thế giới phát hiện, trong chất tẩy rửa có chứa chất gây ung thư là dioxane. Theo cơ quan này, trong khi chất tẩy rửa loại bỏ chất bẩn thì chúng cũng lưu lại các chất có độc dẫn tới ung thư là dioxane.

Lựa chọn các chất tẩy rửa thân thiện với môi trường, học cách đọc nhãn ghi thành phần của chất tẩy rửa. Nếu sản phẩm có các thành phần như polyethylene, polyethylene glycol, polyetylen oxit thì đều có khả năng chứa dioxane và bạn nên tránh chúng.

9. Bisphenol-A (BPA) trong đồ nhựa

CPCHE - Tổ chức Sức khỏe và Môi trường Trẻ em Canada khuyến cáo rằng chúng ta không nên quá tin tưởng vào mác "an toàn khi sử dụng trong lò vi sóng" (microwave safe) đối với các sản phẩm về nhựa. Tốt hơn hết là không nên sử dụng hộp nhựa hoặc bọc thức ăn bằng nhựa trong lò vi sóng vì các hóa chất độc hại có thể ngấm từ nhựa vào thực phẩm và đồ uống.

Thực phẩm nên được bảo quản trong các hộp thủy tinh hoặc gốm thay vì hộp nhựa. Và người tiêu dùng thì nên ăn các thực phẩm tươi và đông lạnh nếu có thể để tránh nguy cơ tiếp xúc với Bisphenol-A (BPA), một hóa chất được sử dụng trong lớp lót các loại hộp dùng để chứa thực phẩm và đồ uống. BPA có thể gây ra rất nhiều tác động đối với sức khỏe, từ ảnh hưởng đến sự phát triển của não đến làm gián đoạn các chức năng nội tiết.

BPA trong đồ nhựa có thể gây ra rất nhiều tác động đối với sức khỏe, từ ảnh hưởng đến sự phát triển của não đến làm gián đoạn các chức năng nội tiết.

Bên cạnh đó, CPCHE cũng khuyến khích các bậc cha mẹ tránh mua những đồ chơi cho bé ngậm lúc mọc răng, đồ chơi trong bồn tắm, yếm, rèm tắm và các sản phẩm khác có chứa PVC, một loại nhựa mềm thường được gọi là nhựa vinyl. Những sản phẩm này có thể chứa các hóa chất độc hại có tên phthalates vốn bị cấm sử dụng trong sản xuất đồ chơi trẻ em kể từ tháng 6/2011.

10. Styrene có trong hộp xốp

Theo báo cáo nghiên cứu của Chương trình độc chất học quốc gia của Mỹ, styrene là một chất gây ung thư, có thể phá hủy DNA trong cơ thể người. Styrene được dùng nhiều để sản xuất các loại hộp xốp, nhất là các loại hộp đựng thức ăn, bát, đĩa, cốc dùng 1 lần.

Hãy tránh xa hoặc hạn chế sử dụng các sản phẩm này bằng cách tránh làm nóng thức ăn trong những vật liệu nhựa chứa chất polystyrene, đặc biệt là thực phẩm chiên nóng. Nếu đựng

các loại thực phẩm này, ở nhiệt độ cao chất styrene trong hộp, cốc... có thể được giải phóng và gây độc.

Hoahocngaynay.com

Nguồn VTC.vn