

**почему вы
отравляете
вашу семью ?**



Оглавление

Начало	3
Они не позволили бы продавать продукцию, которая небезопасна, не так ли?	3
Как на счет детей?	5
Так что же может сделать осознавший это человек?	7
Давайте изучим ваш дом	8
Что у вас на кухне?	8
Моющее средство для посуды	9
Домашние чистящие средства	10
Освежители воздуха	11
Чистящее средство для печки	11
Полироли для мебели и для пола	11
Дезинфекторы	12
Пестициды	12
Шампунь от вшей	14
Продукция для ухода за животными	14
Комната для стирки	15
Стиральный порошок	15
Смягчающие средства для тканей	15
Отбеливатель	16
В ванной комнате	16
Чистящие средства для ванны и кафеля	16
Чистящие средства для канализационных труб	16
Продукты личной гигиены	16
Шампунь	18
Дезодоранты и антиперспиранты	18
Ополаскиватель для рта и зубная паста	18
Счастливый конец. Новое начало.	19
Об авторе	20

Эта информация может вас шокировать, вы можете даже рассердиться, но может быть это заставит вас сделать несколько больших изменений в вашей жизни это может означать изменение, которое приведет вас от болезни к здоровью, быть может даже вы сделаете выбор между жизнью и смертью. Вы знаете, несколько лет назад, я тоже отравляла свою семью. Конечно, я не знала этого. Я думала, что делаю лучшее что возможно. Это было до того как я сильно заболела после того как мой дом был обрызган пестицидами.. это было до того как мои дети болели отитом, аллергическими реакциями, астмой и отставали в развитии из-за химии которую я использовала в своем доме... и это было до того как я начала читать о влиянии химической продукции на нашу жизнь. Вы отравляете свою семью? Прочтите и решите для себя. Конечно, любой знает, что многие средства для чистки дома содержат химию, которая может принести ему вред или даже убить его, если он выпьет это средство. Но отравление может наступить и другим путем. Вы можете вдыхать испарения химикатов, и они будут попадать в вашу кровь через легкие. Химикаты могут попадать на вашу кожу, и они будут впитываться через нее. Кожа может впитать намного больше, чем вы можете себе представить. В сущности, токсичные химикаты могут попадать в организм при приеме их внутрь, при вдохе, при прикосновении, и даже при прикосновении к предмету на который было нанесено токсичное вещество дни и месяцы назад. Семьдесят тысяч новых химикатов было открыто во времена Второй Мировой Войны в результате исследований в химической военной промышленности! 250 миллиардов фунтов (113.25 миллиардов килограмм) синтетических химикатов производится каждый год в США (согласно California Public Interest Research Group)! Сейчас тысячи этих химикатов появились безобидно на полках ваших магазинов – для чистки вашей одежды, вашего пола, ваших волос, ваших зубов и ваших печей. И только потому, что эта продукция стоит на полках магазинов, вы думаете, что она безопасна для вас и вашей семьи! Мы первое поколение, которое выросло с таким экстремально высоким уровнем химикатов в наших домах. И что мы делаем с ними? Мы используем их везде, мы дезинфицируем детскую комнату с ними, мы делаем уборку с ними, мы втираем их в нашу кожу, мы стираем нашу одежду в них и носим ее весь день и спим в ней всю ночь, мы моем нашу посуду в них, мы чистим наши зубы ними. Они часть нашей жизни. Мы не спрашиваем безопасны ли они. Мы выросли покупая их в магазине. Мы доверяем магазину – если он продает это, значит это безопасно.

Они не позволили бы продавать продукцию, которая небезопасна, не так ли?

Согласно U.S. National Research Council, нет никакой информации о токсичности для 79% от больше чем 48500 искусственных химикатов, учтенных U.S. Environmental Protection Agency (EPA). Меньше чем 1/5 была протестирована на отрицательные эффекты, и меньше чем 1/10 на хронические, репродуктивные или мутагенные эффекты. [Debra Lynn Dadd, “Non-Toxic, Natural and Earthwise”]

Почему правительство ничего не делает для этого? Оно пробовало, но раз за разом экономические интересы выигрывали битву. Один официальный представитель правительства сказал напрямик: “Сегодня около 4.5 миллиона известных химикатов, 45000 в коммерческом использовании и это потребует команду ученых, 300 мышей, два-три года и примерно 300000\$ для того чтобы выявить один единственный случай в котором можно подозревать химикаты как причину рака ” [Debra Lynn Dadd, “Non-Toxic, Natural and Earthwise”]

Правительства Штатов также очень вежливы с экономикой. Например, в 1987 Texas Air Control Board предложил запретить продажу и использование жидкость для очистки стекла, освежителей воздуха, содержащие непостоянные органические компоненты, и все аэрозольные продукты. Интересы больших компаний заставили штат вернуть все обратно. [Debra Lynn Dadd, “Non-Toxic, Natural and Earthwise”] И так происходит всегда когда выбор стоит между бизнесом и нашим здоровьем, бизнес обычно побеждает.

Даже когда мы хотим узнать, что содержится в наших продуктах, у нас возникают проблемы. Многие продукты для дома не требуют наличия этикетки. Этикетки продуктов, которые содержат пестициды, должны только показывать активные ингредиенты, даже если содержание неактивных ингредиентов 99% от общего объема продукта. Даже если среди них есть такой ингредиент как ДДТ!

Как сознательные потребители мы должны знать что нам продают и что это не безопасно для нас. Но большие компании продают нам продукцию содержащую не протестированные химикаты потому что эта продукция не помечена знаком «SAFE» на этикетке.

Наконец, агентства, организации и физические лица кто предоставлял нам информацию, очень огорчили нас.

Например, EPA заявил, что уровень токсичности химикатов, который найден в каждом доме (от средств очистки до продуктов личной гигиены!) в 3 раза чаще становится причиной рака чем загрязненная атмосфера.

Больше 14 лет назад, в 1980 году, в отчете президента Toxic Substances Strategy Committee зафиксировано, что большая часть случаев рака (80-90%) вызвана влиянием вредного влияния окружающей среды. Нервные расстройства и дыхательные проблемы также напрямую связаны с загрязнением окружающей среды. [Debra Lynn Dadd, “Non-Toxic, Natural and Earthwise”]

В заключительном отчете от 1989 года о качестве воздуха в помещении запрошенном Конгрессом через Environmental Protection Agency, наиболее сильное загрязнение воздуха обнаружено внутри нашего дома. Опасные и токсичные химические концентрации от двух до пяти раз выше в типичном американском доме чем концентрации за его пределами не зависимо от того где находится этот дом в сельской местности или в промышленной зоне. В своем пятилетнем исследовании EPA

опубликовал информацию, что часть домов имеет уровень химической загрязненности, который в 70 раз больше чем за его пределами!

Дополнительно, отчет Consumer Product Safety Commission о химикатах часто найденных в домах, идентифицирует 150, которые связывают с аллергией, врожденными дефектами, раком и психическими отклонениями.

“Как это сказывается на нашем здоровье? В Соединенных Штатах сегодня один из трех имеет аллергию настолько сильную, что ему приходится обращаться к врачу. Один человек из десяти страдает от мигреней или высокого кровяного давления. Одна семья из десяти имеет члена семьи, страдающего умственными отклонениями. Врожденные дефекты растут. Один из пяти человек заболевает раком в течении своей жизни, это больше на 26 процентов в последние два десятилетия чем раньше, заявляет American Cancer Society. Кроме этого загрязнение окружающей среды считается основной причиной астмы, эмфиземы (emphysema) и нервных расстройств. А так же есть предположение, что именно это является причиной загадочных болезней типа Альгеймера и Паркинсона” [Linda Masom Hunter, The Healthy Home, (Pocket Books, 1989)]

В научной работе, презентация которой была сделана Vancouver consulting firm на Indoor Air'90 конференции в Торонто, говорилось, что из-за домашних чистящих средств домохозяйки имеют на 55% выше риск заболеть раком, чем женщины, работающие за пределами дома. Это только несколько из сотен примеров, которые я могу идентифицировать как тревожный сигнал. Но люди как будто не слышат этого.

Как на счет детей?

Если женщины подвержены такому высокому риску из-за домашней химии, как же дети? Dr. Sherry Rogers, доктор, специализирующийся на Environmental Medicine который написал «Tired or Toxic?» (Prestige Press, 1990), говорит, что «маленькие дети живут в очень опасной ситуации. Они играют на полу, обработанном асбестом, формальдегидом а также такими загрязняющими веществами как пестициды, и домашние чистящие средства»

“Дети также чаще болеют простудами чем взрослые, они вдыхают в три раза больше загрязняющих веществ чем взрослые. Но потому что их защитная система еще не до конца сформирована, они не могут отфильтровывать токсичные вещества так, как делают это взрослые. Первой страдает печень детей. Кроме того, сейчас наибольший процент детей страдающих от рака и отстающих в учебе чем когда бы то ни было. Если мы не признаем, что мы делаем что-то не так в окружающей нас среде, я даже не хочу думать, что может произойти”

“Загрязненность воздуха в помещениях подозревается как одна из причин синдрома внезапной смерти, который уносит около 5000 жизней в США ежегодно. Число

умирающих детей выше в зимний период, вероятно из-за того что зимой помещения меньше проветриваются чем летом и концентрация загрязняющих веществ становится намного выше. Синдром внезапной смерти был обнаружен только после того как синтетические химикаты начали широко применяться в нашей жизни” говорит Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)

Другие проблемы со здоровьем, причина которых химикаты в наших домах включают в себя: кашель, хриплое дыхание, заложенный нос, слезящиеся глаза, головная боль, ожег, пощипывание и раздражение на коже, мышечная боль, раздражительность, отсутствие координации и гиперактивность, говорит William Rea, M.D. of Dallas, прошлый президент American Academy of Environmental Medicine.

Оба автора, которых я тут процитировала, доктора Environmental Medicine. Это новое направление в медицине, специализирующееся на недавно обнаруженных проблемах со здоровьем, которые связывают с токсинами в окружающей среде. Наверно, вы уже слышали о новой болезни, которую называют “Повышенная чувствительность ко многим химическим соединениям” (“Multiple Chemical Sensitivity” или MCS).

Однако, “если доктор не один из нескольких тысяч из полумиллиона докторов Соединенных Штатах, кто прошел дополнительное обучение по специальности environmental medicine, он или она вероятно имеют очень небольшое представление о связи болезней с токсинами в нашем окружении” Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)

Недавно вышедшая книга “Chemical Exposures”, заключает что MCS серьезная и быстрорастущая проблема со здоровьем, она уже затронула 15% американцев. Иммунолог Claudia S. Miller, M.D., соавтор этой книги, говорит, что «Доктора уже видят тысячи таких пациентов и складывается впечатление, что это только верхушка айсберга»

У пациентов с MCS тело становится очень чувствительным к такому большому количеству химических веществ и страдало оно так долго от их воздействия, что теперь оно не может выдержать даже минимального такого воздействия. Диапазон симптомов очень широк, от мягких (частые головные боли, раздражительность, депрессия, потеря ориентации, аллергии и т.д.), до полного истощения болезнями.

Опасность от токсичных химикатов может ухудшать симптомы аллергии и довести иммунную систему до того состояния, когда начнет проявляться повышенная чувствительность к конкретным химикатам. Долгое применение токсичных химикатов может способствовать развитию рака, врожденных дефектов, генетических изменений и прочих болезней. Приблизительно в 6 миллиардов в год обходится непрямые убытки от внутренней загрязненности помещений. Больше 1 млрд долларов составляют счета за медикаменты и медицинское обслуживание и около 5 млрд долларов убытки от того, что работники покидают рабочие места из-за болезни или же происходит падение их трудовой активности по этой же причине.” [Debra Lynn Dadd, “Nontoxic Home and Office”, (Jeremy P. Tarcher, 1992)]

Но не только медленное отравление организма угрожает нашим детям в доме. Каждый год появляется от 5 до 10 сообщений об отравлении домашними ядами. Многие из них фатальны, и многие жертвы дети. Эти отравления результат случайного употребления внутрь обычных домашних химикатов. Чаще других средств причиной является средство для мытья посуды. Обычно средства для мытья посуды очень ядовиты, но мы часто не держим их подальше от детей. Не беспокоит вас тот факт, что таким средством вы моете посуду и оно остается на ней после того как вы ее «помыли»?

Если вы думаете иметь ребенка или же уже беременны, эффект отравления может затронуть и еще не рожденного ребенка. Многие обычные домашние химикаты известны как причина врожденных дефектов, но большая часть из них даже не была проверена на этот счет! Это касается мужчин также. Часть химикатов может повредить и сперму. Другие химикаты могут стать причиной генетических изменений, которые могут привести к проблемам со здоровьем и к врожденным дефектам в следующих поколениях. [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

Поражает огромное количество токсинов в каждом доме и они опасны при чем не только тогда когда вы или ваша семья их используете, но они отравляют окружающую среду с того момента, когда они производятся и до того момента когда они полностью используются. “Каждый день американцы используют больше чем 32 миллиона фунтов домашних чистящих средств (это 12 миллиардов фунтов каждый год)” [Debra Lynn Dadd, “Non-Toxic, Natural and Earthwise”]

Эти продукты чрезвычайно коварны, мы тратим на них миллиарды долларов каждый год, следуя советам услышанным по телевидению или прочитанными в рекламе. Но фактически многие из этих продуктов отравляют нас.

Так это же может сделать осознавший это человек?

Что же мы можем сделать с такой огромной проблемой, возникшей перед нами? Как один человек может что-то изменить?

Вы можете что-то изменить в наиболее важной для вас части в этом мире – в вашем доме.

Вы можете быть информированным потребителем. Вы можете освободиться от токсичных химикатов, которые используете в вашем доме прямо сейчас. Есть варианты, есть альтернативные средства, они выпускаются осознанными компаниями и их продукция безопасна.

Самое простое с чего можно начать – освободиться от продуктов личной гигиены, они одни из наиболее опасных вещей в вашем доме, они очень токсичны. Вспомните, 50 лет назад наиболее токсичные химикаты даже еще и не существовали, а дома все равно были чистыми!

Давайте изучим Ваш дом

Обойдите ваш дом как когда-то обошла я и вы увидите, что токсичные бомбы разложены везде.

Мы только посмотрим на несколько основных продуктов, которые вы используете, но когда вы посмотрите внимательнее, вы найдете сотни различных продуктов у себя в доме под раковиной, на полке для посуды, в гараже.

Что у Вас на кухне?

Давайте начнем с кухни, раз уж вы проводите там так много времени. Именно тут большая часть средств для чистки и хранится. Вы храните все это на кухне, а ведь химикаты испаряются даже если они плотно закрыты. Например, формальдегиды очень легко испаряются в такой ситуации и это означает, что ваш дом полон их токсичными испарениями. Пройдите вдоль рядов с химикатами в магазине, вам даже может стать нехорошо от химических испарений.

Формальдегид (Formaldehyde) очень хороший пример наиболее частых испарений которые есть в каждом доме – 9 миллиардов фунтов этой продукции производится каждый год в США. Формальдегиды используются часто потому что они недороги, это хороший консервант, антисептик и антикоагулятор. Кроме того он делает ткани не мнущимися.

Он используется с широким спектре чистящих средств, продукции для личной гигиены и косметике а так же при создании материалов в бумажной продукции. Он так же может быть под именем formalin, formal, methyl aldehyde [Jeremy Rifkin, Green Lifestyle Handbook, (Henry Holt & Company, 1990)]

Национальный институт по безопасности труда и здоровья (National Institute for Occupational Safety and Health) указывает, что формальдегид должен употребляться очень осторожно, потому что он может потенциально стать причиной рака. Он также подозревается как возможная причина врожденных дефектов и генетических поражений.

Несколько других основных проблем, которые связаны с формальдегидом – он может раздражать дыхательную систему, быть причиной кожных реакций, быть причиной учащенного сердцебиения. Исследования формальдегида также показали, что он

также причина головных болей, депрессии, болей в суставах, хронической утомляемости, болей в груди, ушной инфекции, потери координации и проблем со сном. Он также ухудшает состояние если уже есть кашель и может стать причиной возникновения астмы. [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

“Большая часть чистящих средств может быть вредной при применении даже если вы аккуратно следуете инструкции на этикетке и конечно это на ней не указано. Это не требуется по закону. Токсические испарения от этих продуктов могут вызывать легкие реакции, такие как головная боль, утомление, жжение в глазах, выделения из носа и высыпания на коже. Но даже если вы не имели этих симптомов используя эти продукты, после каждодневного их применения, год за годом, ваш организм может внезапно отреагировать раком, болезнью сердца, проблемами с легкими, повреждением печени или иммунной системы. Кое-какие составляющие чистящих средств могут также быть причиной врожденных дефектов или генетических проблем” заключает автор “Nontoxic Home and Office” Debra Lynn Dadd.

Моющее средство для посуды

Я не знаю никого, кто не использует моющее средство для посуды при ручной мойке тарелок или не кладет его в посудомойку. Конечно, на этикетке вы прочтете: “Ядовито при употреблении внутрь”, но ничего о вреде от опускании наших рук в эту жидкость 3 раза в день, о вдыхании ее испарений, об остатках жидкости на тарелках, это ведь тоже небезопасно.

“Большая часть средств для мытья посуды содержит partha, который является депрессантом для центральной нервной системы. Диэтаноламин (diethanolamine) может стать причиной отравления печени. Chlorophenylphenol стимулятор обменных процессов в организме, которые будут отравлены токсинами. [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

Хлор (chlorine) используется чуть ли не во всех средствах для мытья посуды. Что является причиной того, что его пары просачиваются из посудомойки и попадают на кухню. Debra Lynn Dadd говорит “многие люди пишут о таких симптомах как головная боль, утомление, жжение в глазах и проблемах с дыханием даже от небольшого количества хлора, который испаряется при нормальном процессе мытья посуды.”

По заявлению Center for Science in the Public Interest, средство для мытья посуды является причиной большего количества отравлений домашней химией чем любое другое средство. [Debra Lynn Dadd, “Nontoxic Home and Office”, (Jeremy P. Tarcher, 1992)]

Какие другие бомбы замедленного действия вы держите у себя под раковиной?

Между прочем, правительство знает, что чистящие средства очень опасны и требует, чтобы они контролировались Consumer Product Safety Commission Act. Но при этом требуется только, чтобы эти продукты имели этикетки «легко воспламеняющийся», «яд», «осторожно» и т.п.

На рабочем месте по закону Workers' Right To Know требуется, чтобы работник был полностью информирован о вреде, который несет для него химикат. Ни один научный работник не станет работать с хлором без защитных перчаток, без маски на лице и без соответствующей вентиляции. Но мы используем его каждый день на кухне и только этикетка говорит нам о том, что мы должны быть осторожны!

Домашние чистящие средства

Я могу поспорить, что под вашей раковиной есть и такие средства. Когда я начала читать о вреде токсичных продуктов, я насчитала у себя под раковиной 27 различных средств! Многие были для довольно специфических целей, таких как пол, керамика, стекло и только несколько были обозначены на этикетках как «многоцелевое чистящее средство», которые я в реальности использовала не так и часто. Но все их объединяло одно - они содержали токсичные химикаты.

Аммоний (ammonia) это ЯД! Но он используется сейчас практически во всех чистящих средствах. Кроме того что он разлагает жир, он действует и на кожу и является причиной высыпаний, красноты и даже химических ожогов. При вдыхании он попадает в легкие, что чрезвычайно опасно для больных простудой, астмой и имеющих другие проблемы с дыхательной системой. Он так же может повредить вам глаза, если случайно брызги аммония попадут туда или если вы потрете их руками, на которых есть аммоний. Если аммоний перемешан с отбеливателем (или с любым другим продуктом, содержащим отбеливатель, таким как чистящий порошок) – результатом воздействия паров хлорамина может быть смерть!

“По заявлению U.S. Consumer Product Safety Commission, в 1988 через скорую неотложную помощь прошло более 2000 пациентов с отравлениями связанными с домашними чистящими средствами, содержащими аммоний. (Примерно в 40% этих случаев пострадавшими были дети до 5 лет)” [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

Конечно, аммоний не единственный токсичный химикат в чистящих средствах и отбеливателях. Аммоний и формальдегид это только небольшая часть препаратов, о которых мы немного слышали и которые мы можем выговорить. Запомните, что все чистящие средства содержат сильные химикаты, на которых написано, что они «должны быть использованы с осторожностью». Но если из-за этих средств я могу получить химические ожоги, а мои дети могут отравиться и даже умереть от них, я

даже не хочу чтобы они были в моем доме! Есть альтернативные средства и они работают так же хорошо если не лучше и они безопасны.

Освежители Воздуха

Каждый хочет, чтобы его дом пах чистотой и свежестью и конечно проще всего взять какой-то замечательный синтетический освежитель, пахнувший цветами или сосной для кухни или туалета, чтобы избежать плохого запаха.

Но знали ли вы что “освежитель воздуха лишает вас возможности чувствовать неприятный запах, потому что он выпускает агент, притупляющий нервные импульсы или же покрывая ваш носовой канал тонкой маслянистой пленкой?” заявляет Nancy Sokol Green.

И она продолжает “коммерческие дезодоранты могут содержать токсичные химикаты такие как метоксихлор (methoxychlor), пестицид хлоргидрокарбонат (chlorinated hydrocarbon), который накапливается в жировых отложениях и перевозбуждает центральную нервную систему. Также п-дихлорбензол (p-dichlorobenzene), нафталин (naphthalene) и формальдегид, все они депрессанты центральной нервной системы, все они также могут быть найдены в некоторых освежителях воздуха.”

Чистящее средство для печи

Один из наиболее токсичных продуктов на вашей кухне это чистящее средство для печи. Эти средства никогда не должны попадать вам в глаза или касаться вашей кожи, никогда не должны попасть на слизистую оболочку. Эти средства слишком токсичны даже для внешней поверхности вашей печи, типа алюминия, хрома, окрашенных поверхностей, линолеума или пластика! Кроме того, они легковоспламеняющиеся.

Почему же все приносят эти средства домой, когда есть безопасная аналогичная продукция? Ответ простой – они всего лишь не знают об их опасности. И никто не потратил миллиарды на то, чтобы сказать нам об альтернативе.

Наибольшая опасность от чистящих средств для печи исходит от щелочного раствора, который попадает в наш организм прямо через кожу и от аммония который чрезвычайно раздражительно действует на ваши глаза и легкие. Теперь я спрошу вас, есть ли какой-либо другой путь для чистки печи кроме как засунуть голову внутрь и при этом не вдыхать испарения? И конечно эти испарения не исчезают, когда вы заканчиваете чистку. Они остаются в доме и ваша семья вдыхает их снова и снова. А что на счет следующего раза, вы включите печку и будете готовить так здоровую еду?

Полироли для мебели и для пола

Фенол (phenol), который подозревается в том, что вызывает рак, используется в большинстве полиролей для мебели и пола. Если фенол попадет вам на кожу, это

может вызвать воспаление, шелушение, ожог, сыпь. Даже маленькое количество фенола, попавшее внутрь организма, может стать причиной обморока, конвульсий, холодного пота, комы или смерти. [Debra Lynn Dadd, “Nontoxic Home and Office”, (Jeremy P. Tarcher, 1992)]

Другие опасные ингредиенты в полиролях для мебели и пола могут включать в себя аммоний, диэтиленгликоль (diethylene glycol), керосин (petroleum distillates) и naphtha.

И случайное попадание внутрь, и вдыхание паров этих ингредиентов опасны. И то и другое возможно если вы пользуетесь аэрозолем. Многие токсичные ингредиенты могут впитываться через кожу кроме того нанесенный на поверхность полироль будет испаряться!

Так где же играют ваши дети? На полу и на мебели. Какой же эффект даст постоянное вдыхание паров полиролей на нас и на наших детей? Никто пока не знает. Вы хотите чтобы ваша семья дала материал для будущей статистики?

Дезинфекторы

“Возьмите любой дезинфектор и убедитесь, что на этикетке указан либо фенол, либо крезол (cresol), два очень сильных и родственных компонента. Фенол может временно парализовать нервные окончания, поэтому контакт с ним обычно сопровождается небольшой болью или полным ее отсутствием. Крезол действует на печень, почки, поджелудочную железу и центральную нервную систему” пишет Linda Mason Hunter в своей книге “The Healthy Home”. (Pocket Books, 1980)

В ее книге Household Environment and Chronic Illness (Charles C. Thomas, 1980), Francis Silver говорит “коммерческие дезинфекторы никогда не должны использоваться в здоровом доме. Даже при хорошей вентиляции, может пройти целый год прежде чем полностью исчезнет опасность от распыленных 2.5 унций (75 грамм) широко распространенного дезинфектора”

Подумайте, где мы обычно распыляем дезинфектор? В детской комнате когда дети больны.. на детские игрушки после того как другие дети ими поиграют.. вокруг места, где домашние животные едят и спят. Стал бы кто-то использовать дезинфектор если бы он знал как он токсичен? Конечно нет. Но никто не говорил нам об этом. Только подумайте о том как много и как часто коммерческие дезинфекторы используются в школах и госпиталях!

Пестициды

Самый большой миф, который навязывается обществу в рекламах это то, что пестициды безопасны!

“По заявлению Dr. Russell Jaffe of Serammune Physicians Lab in Reston, Virginia, 16 миллионов человек могут страдать время от времени от воздействия пестицидов. По

их исследованию 5 миллионов человек могут даже умереть от такого воздействия. Другие 500 000 человек могут заболеть астмой, бронхитом, экземой, мигренями. И оставшиеся 11 миллионов могут прореагировать сыпью, мышечными болями или болями в суставах.” [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

Но так как производители тратят миллиарды на промывку наших мозгов, совсем не удивляет тот факт, что 91% от всех американских домовладельцев ежегодно расходуют 300 миллионов фунтов (это около 20% от общего расхода пестицидов) этих ядовитых веществ в своих домах, чаще всего на кухне и в спальне. [Debra Lynn Dadd, “Non-Toxic, Natural and Earthwise”]

Провинциальные домовладельцы используют пестицидов больше на акр, чем фермеры используют их на полях. И мы тратим на них ежегодно около 1 миллиарда.

Кроме того, отравления пестицидами на втором месте в США. И Debra Dadd упоминает, что около 2.5 миллиона взрослых и детей каждый год страдают от таких распространенных в наших домах вещей как распылители, ловушки для муравьев и крыс, средства для отпугивания насекомых.

“Пестициды специально создавались устойчивыми к натуральному разложению. Когда они используются внутри помещения, защищенные от воздействия солнечных лучей и ветра, они сохраняются даже дольше. Пестициды могут оставаться в воздухе дни и недели, даже до 30 лет!”

“Непосредственный эффект на здоровье от вдыхания части домашних пестицидов в течении использования включает в себя: потерю координации, кашель, проблемы с дыханием, депрессию, поражения глаз, вялость, частичная потеря зрения, судороги и конвульсии. Многие пестициды могут храниться в жировых отложениях организма, иногда доходя до уровня токсичного отравления.”

“Также, эффекты от длительного воздействия на организм еще не до конца изучены, но уже известно, что это может привести к поражению печени, почек и легких. Может стать причиной паралича, бесплодия, подавлению иммунной системы, кровоизлияния в мозг, проблем с сердцем и комы.” [Debra Lynn Dadd, “Non-Toxic, Natural and Earthwise”]

Диазинон (diazinon) очень популярное средство, часто используется в домашней химии, известен как причина в уже перечисленных выше симптомах включая смерть. При проверке данных тестирования диазинона, проведенной California Department of Food and Agriculture в 1986 году, оказалось, что раньше не было проведено достаточного количества тестов (для этого химиката). [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

Другой химикат, который оказывает очень вредное воздействие на наше здоровье хлорпирифос (chlorpyrifos) . Это активный ингредиент часто использующийся в

химикатах для борьбы с домашними насекомыми. Он известен тем, что оказывает нейротоксичные эффекты на людей, включая отставание в учебе [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

Тестирование продуктов домашней химии производится явно недостаточно. FDA и EPA очень доверяют тестированию, которое спонсируется самими производителями, чтобы обнаружить вред от пестицидов. Еще одна организация, лидер в тестировании, Industrial Bio-Test Labs, была уличена в 1981 года в фальсификации около 90% от более чем 2000 работ по изучению пестицидов которые они проделали! [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

Как сознательные потребители мы должны спросить сами себя: или независимые лаборатории по тестированию дают ответы которые нам и нужны, или же мы в опасности потому что наши регулируемые государством агентства не делают необходимых тестов?

Есть еще другая продукция, которая содержит пестициды. Я только упомяну о них чтобы вы держались от них подальше.

Шампунь от Вшей

Содержит пестициды, которые могут легко проникнуть в организм через кожу. Линдан (lindane) один из таких ингредиентов, который найден во многих популярных шампунях, известен как причина конвульсий, пароксизмов и рака при исследованиях на животных и напрямую ответственен как минимум за одну детскую смерть. Другие пестициды, используемые в комбинации с неактивными ингредиентами, также могут быть причиной токсичных проблем. Что мать предпочтет для своего ребенка если есть натуральные пестициды, которые безопасны и не менее эффективны?

Продукция для ухода за животными

Включая шампуни, дезинфекторы, дезодоранты, и средства от блох все они содержат опасные дозы пестицидов.

Только вспомните про противоблошиный ошейник, который постоянно на вашем домашнем любимце. Конечно, ваши дети любят его, и даже может быть спят вместе с ним. Они гладят его, играют с ним. Подумайте, кто еще находится под воздействием пестицидов. Ваши дети, конечно.

Химикаты, найденные в противоблошином ошейнике включают в себя: piperonylbutoxide (длительный контакт может стать причиной повреждения печени), дихлофос DDVP (dichlorvos) (может стать причиной рака и поражения печени у животных), карбарил (carbaryl) (может быть причиной врожденный дефектов у собак). И вы еще хотите, чтобы кто-то распылил все это по вашему дому, чтобы не допустить размножения блох?

Комната для стирки

Стиральный порошок

Подумайте о том что вы делаете когда вы стираете свое белье токсичными химикатами. Конечно, не все эти химикаты смываются, поэтому, так как вы носите одежду целый день, вы впитываете в себя их понемногу через кожу. Потом вы спите на простынях и подушках всю ночь и впитываете еще больше химикатов, кроме того вы еще и вдыхаете их испарения.

Я лично считаю, что стиральный порошок один из первых продуктов, который люди должны поменять, потому что химикаты в этих продуктах являются слишком большой частью нашей жизни.

Фосфор (phosphorus), аползимаза (enzymes), аммоний, нафталин (naphthalene) и фенол (phenol) всего лишь несколько химикатов, которые найдены в продукции ваших любимых фирм.

Многие люди реагируют высыпаниями на коже и кожным зудом на определенные стиральные порошки. Аллергии тоже частое следствие от их использования.

Опасный ингредиент, используемый в стиральных порошках называется NTA или sodium nitrilotriacetate признан как возможная причина рака в исследовании, проведенном National Cancer Institute. Он был убран с рынка в 1970 году. Но под давлением самого крупного производителя моющих средств, в 1980 году вышла не большая публикации о решении EPA не блокировать NTA в продукции, только обязать всех делать пометку на ней “избегать применения внутрь или прямого контакта с кожей”. И NTA снова появился в составе моющих средств. Почему они это позволили? Неужели наша одежда это не “прямой контакт с кожей”?

Смягчающие средства для тканей

Вы когда-нибудь задумывались, что происходит с вашей одеждой после обработки таким средством? Эти средства оставляют тонкую масляную пленку на всем. Так было задумано производителем, чтобы снизить статическое прилипание частиц. Т.е. эта пленка не смывается.

Когда вы используете такое средство, вы напрямую помещаете на вашу кожу аммоний, компоненты нефти (propellant), и очень сильные синтетические ароматические вещества.

Этот состав очень сильно впитывается через кожу и может стать причиной заложенного носа и выделений из глаз. Что еще очень плохо, это делает одежду легковоспламеняющейся.

Отбеливатель

Мы уже говорили, как опасны эти вещества в других чистящих средствах. Но при стирке мы кладем эти вещества в огромных количествах, чтобы сделать нашу одежду белой. По заявлению U.S. Consumer Product Safety Commission в 1988 через службу скорой помощи прошло более 9000 пациентов с отравлениями, связанными с отбеливателями (60% из них дети до 5 лет) [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

Наиболее опасный ингредиент в отбеливателях - гипохлорит натрия (sodium hypochlorite) это хлор, добавленный в раствор щелочи. Это яд если его выпить, но мы же помещаем его на нашу кожу и мы вдыхаем его, не только во время стирки, но и когда мы одеваем одежду позднее.

И конечно, как мама, которая любит белую-белую одежду, я использовала много отбеливателя, особенно для носков и нижнего белья!

В Ванной комнате

Чистящие средства для ванны и кафеля

Чем дальше вы читаете, тем яснее понимаете, что одни и те же токсичные химикаты используются снова и снова. Чистящие средства для ванны и кафеля содержат аммоний, этиловый спирт (ethanol) и ароматические вещества. Много людей умерло применяя эти продукты. И при этом многие такие чистящие средства даже не содержали предупреждающей этикетки!

Чистящие средства для канализационных труб

Эти средства на этикетках помечены черепом и костями! Это означает, что они убьют вас если случайно попадут внутрь вас или же сделают вас слепыми если попадут в глаза. Если эти средства способны прочистить канализационную трубу, они свободно проникнут и сквозь кожу в ваш организм. Это, вероятно, наиболее опасный продукт в вашем доме.

Продукты личной гигиены

Когда я анализировала всю свою домашнюю химию, я начала осматривать и продукты личной гигиены, которыми я пользовалась каждый день, конечно же. Количество этой продукции было просто огромным. Я насчитала 16 различных продуктов даже не покидая ванной комнаты! Зубная паста, ополаскиватель для рта, мыло, шампунь, кондиционер, гель, крем, тонак, увлажнитель, лак для волос, духи, дезодорант, тушь для ресниц... Все эти продукты могут впитываться через кожу. Знала ли я, что было в них? Конечно нет. Я доверяла, наверно, как и вы, что они были протестированы и безопасны. Неправильно!

Здесь мы сталкиваемся с настоящей дилеммой, потому что продукты личной гигиены по закону не нужно тестировать на безопасность. FDA может начать действовать только после того, как косметика на рынке уже зарекомендовала себя с плохой стороны и у них есть достаточно материалов, чтобы доказать в суде ее опасность. Только после этого FDA может остановить производство и продажу такой продукции. [Debra Lynn Dadd, “Non-Toxic, Natural and Earthwise”]

“По слухам, часть косметологов тестировалась на симптомы типа головной боли, потери координации, потери памяти, астма, повреждение нервной системы и проблемы с дыхательной системой как результат от работы с косметикой. Из-за этих тестов, Палата Общин попросила National Institute of Occupation Safety and Health (NIOSH) проанализировать 2983 соединения, используемые в косметике.”

“Результат был следующий: 884 из этих ингредиентов были признаны токсичными. Из них 314 могут стать причиной биологической мутации, 218 могут стать причиной бесплодия, 778 могут стать причиной сильного отравления, 146 могут стать причиной опухоли, 376 могут стать причиной повреждения кожи или глаз.” [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)]

Согласно книги Nancy Sokol Green “Poisoning Our Children”, несколько химикатов достаточно часто встречаются в косметической продукции:

“Ацетон, растворитель, который может воздействовать на нервную систему и дыхательную систему, используется в средстве для удаления лака с ногтей butylate hydroxytoluene найден в губной помаде, детском масле, карандашах для глаз и мыле. Известен как причина рака у животных и подозревается как причина врожденных дефектов.

Формальдегид, часто используется в дезодорантах, шампунях, ополаскивателе для рта, зубной пасте, лаке для ногтей, средствах после бритья и парфюмерии.

Хлористый метилен (methylene chloride) все еще может быть найден во многих косметических средствах, хотя еще в 1985 году FDA рекомендовала, чтобы его убрали из средства для укладки волос потому что он был замечен как причина рака у лабораторных животных. На самом деле, это вещество настолько опасно, что двое рабочих, которые использовали продукт, содержащий это вещество, для чистки Dirksen Federal Building in Chicago, умерли после вдыхания его паров. Сторож, который попытался их спасти, был госпитализирован и когда его выписали, все еще страдал от головной боли.

Давайте посмотрим только на часть используемых вами средств личной гигиены, которые стоят в вашей ванной комнате. Это продукты, которые люди втирают в свою кожу и кожу своих детей.

Шампунь

Что же может быть не так с шампунем? Почти все фирмы используют в них формальдегиды. Формальдегиды могут повредить кожу и дыхательную систему.

Но вы знаете, что шампунь против перхоти, если он попадет внутрь, быть очень опасным? [Nancy Sokol Green, автор “Poisoning Our Children” (Noble Press, 1991)] И если вы позвоните при этом в Poison Control, они вам сообщат, что от этого нет противоядия! Другой химикат, который используется в шампуне против перхоти резорцин (resorcinol), он очень легко впитывается через кожу и может вызвать раздражение внутренней поверхности века, раздражение кожи, потерю координации, усталость, перерывы в сердцебиении, проблемы с дыханием, вялость, усиление потоотделения, потерю сознания и конвульсии.

Дезодоранты и антиперспиранты

В последние 10 лет больше чем 8 различных ингредиентов были запрещены FDA или добровольно убраны из дезодорантов и антиперспирантов потому что они отравляли тех, кто их использовал.

Симптомы от использования этой продукции такие же как при использовании таких ингредиентов как аммоний, этиловый спирт, формальдегид включая поражение кожи, достаточно часто, чтобы привлечь внимание медиков, случалось, что были заблокированы или инфицированы железы.

Все антиперспиранты содержат соли алюминия. Это то, что блокирует выделения из желез и мы не потеем. “Письмо в New England Journal of Medicine указывает на связь между алюминием и такими проблемами с мозгом как слабоумие, болезнь Альгеймера, ненормальные привычки, плохая память и проблемы с моторикой”, говорит Debra Lynn Dadd в Nontoxic, Natural & Earthwise (Tarcher Press, 1990).

Ополаскиватель для рта и зубная паста

Вы когда-либо обращали внимание, что ополаскиватель для рта идет с предупреждающей этикеткой о том, что он может быть опасен, если будет проглочен?

Формальдегид (вы наверно заметили, что этот химикат используется практически везде!), аммоний, перекись водорода (hydrogen peroxide) и другие часто использующиеся химикаты найдены в ополаскивателе для рта и в зубной пасте. Даже средства для уничтожения микробов которые вы используете для чистки вашего туалета и дезинфекторы для вашей ванной комнаты также найденный в этих продуктах.. и они вероятно намного токсичнее, когда используются у вас во рту, чем когда вы их используете для мытья туалета.

Я могу продолжать и продолжать о канцерогене (carcinogen) в губной помаде, об асбесте (asbestos) в тальке который вы используете для вашего ребенка, но моя цель была не в том, чтобы исследовать все продукты, и не в том, чтобы рассказать вам обо всех химических соединениях, я не химик. Я просто осознающая опасность, обеспокоенная мама.

Счастливыи конец. Новое начало

Я поменяла бренды несколько лет назад. Мой дом сейчас стал намного безвреднее и здоровее чем когда бы то ни было раньше.

Мы стали болеть простудами и гриппом намного реже, прежде мы заражали друг друга снова и снова.

Аллергия и астма моих детей просто исчезли, мой сын учится в школе лучше, чем когда бы то ни было.

Мой муж и я обнаружили, что наше здоровье все улучшается и улучшается, у нас намного реже бывают сильные перепады настроения, и мы чувствуем себя намного более энергичными. Сейчас я начинаю и заканчиваю свои дела (как эта книга, например), что никогда ранее не могла делать.

Сейчас я использую меньше денег на мою безопасную продукцию, чем я тратила, когда покупала все в обычных магазинах. И мои деньги поступают к ответственной компании, а не к крупному производителю, который добавляет формальдегид в пену для ванны, чтобы получить побольше прибыль. Плюс я не плачу за массовое телевидение, которое показывает рекламу, уговаривающую меня использовать низкосортную продукцию. Я не поддерживаю телевизионные программы, содержание которых я не считаю полезным для моих детей. Я теперь делаю то, что полезно для меня и моих детей, а не для тех, кто платит за эту рекламу.

Я очень рада, что поделилась этой информацией с вами. И если вы поменяете бренды и поделитесь этой информацией с кем-то еще, о ком вы беспокоитесь, кто поделится ею с другими людьми, о которых он беспокоится, это начнет процесс, который сможет помочь очистить нашу окружающую среду, и начнется он с вашего дома.

"Why are you poisoning you family?" by Kare Possick, 1994 г.

Перевела Elina

Об авторе

Кэрри Поссик - известный американский автор, лектор, терапевт по биологической обратной связи (biofeedback therapist), тренер по йоге и популяризатор. Но прежде всего Kare мама и жена, которая заботится о том чтобы обеспечить своей семье здоровый образ жизни.

На этом жизненном пути Кэрри нашла лучшие продукты для дома и личной гигиены какие есть в стране для своей семьи. При этом поиске она нашла материал, который и изложен в этой книге.

В 1960-х годах Кэрри была одним из первых исследователей по биологической обратной связи в Соединенных Штатах и была на передней линии исследований по взаимосвязи тела и мысли. Она основатель и собственник центра биологической обратной связи, она отбросила традиционную медицинскую систему и стала учить преодолевать стресс и болезни. В течении этого периода ее работа и интересы развились от болезни к хорошему самочувствию, к созданию здорового образа жизни и успешному тренингу.

Ее система "Yoga With Kare" получила международное признание в 1991 году, когда она была приглашена представлять Соединенные Штаты на Мировом Конгрессе Натуральной Медицины в Пекине, Китай. Где она учила докторов со всего мира своей системе.