

В чем проблема?

Многие средства гигиены для детей содержат ингредиенты, обладающие раздражающим или аллергенным действием, а также потенциально канцерогенными (вызывающими рак) или разрушающими эндокринную систему свойствами. Разрушающие эндокринную систему вещества – это химические вещества, которые нарушают функции гормональной системы и могут вызвать опухоли, репродуктивные нарушения, врожденные и прочие пороки развития. В результате регулярного контакта, например, при использовании средств по уходу за кожей, эти вредные вещества могут попасть в организм. Чем больше химических веществ входит в состав косметического средства, тем больше вероятность того, что они окажут вредное влияние на здоровье. Поэтому полезно, если это возможно, ограничить контакт ребенка с вредными химическими веществами, находящимися, например, в детской косметике.

Хотя большинство ингредиентов детских косметических средств указано на упаковке вместе с их техническими наименованиями, эти термины непонятны многим людям. Целью этого карманного руководства является объяснение, на какое вещество/ингредиент следует обращать внимание и почему.

Почему дети особенно уязвимы?

Дети подвергаются воздействию опасных химических веществ из различных источников, от средств ухода за кожей и игрушек до товаров ежедневного пользования - одежды, продуктов питания, мебели. Дети намного более чувствительны к воздействию токсических химических веществ, чем взрослые. Их иммунная и нервная система продолжает развиваться, а системы вывода токсических веществ из организма не полностью функциональны. Кроме того, кожа детей значительно тоньше, чем кожа взрослых, ее барьерная функция не до конца развита. Таким образом, организм детей быстрее накапливает вредные химические вещества и медленнее их выводит, а их органы и иммунная система менее защищены от химических атак. Дети особенно чувствительны к воздействию разрушающих эндокринную систему веществ, поскольку они нарушают общее развитие организма.



Существуют ли законы, которые нас защищают?

Все косметические средства, включая средства по уходу за ребенком, подпадают под действие Технического регламента ТР ТС 009/2011 «О безопасности парфюмерно-косметической продукции». Им определяются запрещенные/разрешенные к использованию в косметических средствах ингредиенты, их концентрации и сведения, которые следует указывать о них на упаковке. Состав косметических товаров должен быть указан на этикетке (таре, ярлыке), а также указываются условия применения и предупреждения, обязательные к доведению до потребителя (например, может вызывать аллергическую реакцию, не предназначено для использования детьми в возрасте менее 3 лет и др.). Ингредиенты, присутствующие в форме наноматериалов, должны быть указаны в списке ингредиентов с указанием после их названия в скобках слова «нано» или «nano». Тем не менее, нормативные акты не обеспечивают должной защиты от химической опасности: в них недостаточно внимания уделяется проблемам комбинированного и продолжительного воздействия малых доз вредных веществ на организм.

Как мы можем вам помочь?

Мы хотим обратить ваше внимание на те ингредиенты средств ухода за детьми, которые могут быть опасными для здоровья, и дать вам практические

рекомендации о том, как их избежать. Больше информации вы можете найти на нашем веб-сайте www.thinkbefore.by.

Экомаркировка

Косметические средства с экомаркировкой менее вредны для людей, животных и окружающей среды, они помогают сохранить наше здоровье, поскольку в них содержится меньше токсических ингредиентов. Товары с международно признанными экомаркировками обладают хорошими качествами по отношению к окружающей среде и гарантированными техническими характеристиками. Для получения такой экомаркировки любой товар должен пройти строгие процедуры (проверки) в сертифицированных независимых учреждениях.

Экомаркировки средств по уходу за детьми:



В настоящее время в Республике Беларусь внедряется экологический знак соответствия в отношении изделий косметических гигиенических моющих (мыло и гели для тела), изделий по уходу за волосами (шампуни, бальзамы, кондиционеры).

Влажные салфетки и детские подгузники

Следует признать, что они очень удобны, особенно во время путешествия, однако обычно они не нужны каждый день и очень неэкономны. Обратите внимание: большинство продающихся в наших магазинах влажных салфеток для малышей содержат душистые вещества и парабены.

Синтетические одноразовые подгузники часто содержат химические вещества, связанные с долговременным воздействием на здоровье, например, полиакрилат натрия, трибутиолово, этилбензен, толуен, ароматизаторы и петролатум. Мягкая, чувствительная кожа младенцев становится склонной к сыпям и аллергии из-за действия находящихся в одноразовых подгузниках химических веществ.

Рекомендации!

- Салфетки из махровой ткани и влажные салфетки с растительными маслами мягче и дешевле.
- Если вы пользуетесь влажными салфетками для малышей, выбирайте не ароматизированные средства, без феноксиэтанола и парабенов.
- Если вы считаете, что пользоваться матерчатыми подгузниками вне дома слишком сложно, отдавайте им предпочтение хотя бы дома.
- Пользуйтесь одноразовыми подгузниками из биоразлагаемых материалов (напр., древесной целлюлозы, хлопка, бамбука, кукурузы), неотбеленными, без ароматизаторов и красителей, без рисунка.

Шампуни и добавки для ванн

Шампуни и добавки для ванн могут содержать агрессивные сурфактанты (вспенивающие и очищающие вещества), такие как лаурилсульфат натрия или кокамидопропиламиноксид, которые могут раздражать или высушивать чувствительную кожу ребенка. Триклозан является консервантом, который может вызвать аллергию и, возможно, устойчивость бактерий. Душистые вещества являются сомнительными ингредиентами, не имеющими практической ценности.

Рекомендации!

- Для очищения достаточно теплой воды или влажной салфетки; туалетные принадлежности, в том числе мыло, используйте минимально.
- Альтернатива: вместо добавок для ванн вы просто можете добавить в воду немного растительного масла.
- Волосы грудного ребенка во время купания можно вымыть просто водой из-под крана. Детские шампуни не обязательны.

Ароматизированные товары ухода за ребенком

Многие косметические средства для маленьких детей ароматизированы, хотя ароматизаторы не имеют никакой практической ценности, особенно для детей. Ароматизаторы, включая и натуральные, могут вызвать раздражение кожи и аллергию. Некоторые соединения синтетических веществ с мускусным запахом могут обладать гормоноподобным действием, и многие душистые вещества могут накапливаться в организме человека и в окружающей среде. Избегайте душистых веществ и ароматизированных товаров; кожа ребенка более чувствительна к этим веществам.

Рекомендации!

- Общий принцип: пользуйтесь не ароматизированными детскими косметическими средствами.
- Попытайтесь избегать нанесения эфирных масел на кожу, поскольку некоторые из них являются аллергенными или токсичными для маленьких детей.

Зубная паста

Первые зубы можно чистить увлажненной мягкой тканью. Позже необходимы зубные щетки и зубная паста. В состав детской зубной пасты, кроме прочих веществ, входят сурфактанты, душистые вещества, ароматизаторы, подсластители, консерванты и фтор, который, как считается, предотвращает кариес. Передозировка фтора может вызвать болезнь зубной эмали. Поскольку дети часто глотают небольшие количества зубной пасты, следует пользоваться пастой с пониженным содержанием фтора.

Рекомендации!

- Выясните содержание фтора в зубной пасте. Максимальное содержание фтора в пастах для маленьких детей должно быть от 250 до 500 мг.
- Выбирайте зубную пасту с меньшим количеством ингредиентов.



Лосьоны, кремы и масла

Грудные дети часто страдают от сухости кожи, поэтому полезно питать и увлажнять ее; однако вы должны знать, что проблемными ингредиентами средств ухода за кожей являются синтетические минеральные масла, душистые вещества и консерванты. Например, парабены могут нарушить деятельность гормональной системы. Минеральные масла (используются в некоторых косметических средствах для маленьких детей) медленно раздражаются под действием микроорганизмов и оставляют на коже сальные следы.

Рекомендации!

- Пользуйтесь кремами, желательно на растительной основе, с наименьшим количеством ингредиентов, избегайте душистых веществ и консервантов.
- Чтобы избежать опрелостей, часто меняйте подгузники и оставляйте ребенка на некоторое время без подгузников. В случае возникновения опрелостей пользуйтесь кремами на основе растительных масел.
- В холодную погоду пользуйтесь кремами с большим количеством липидов (жиров), поскольку содержащие воду продукты охлаждают лицо; избегайте товаров, содержащих наночастицы.
- Для ухода за сухой кожей пользуйтесь кремами на основе растительных масел, например, оливкового или миндалевого, без добавок минеральных масел.

Солнцезащитные средства

Детская кожа особенно чувствительна к солнечным ожогам. Солнцезащитные средства содержат химические фильтры и минеральные блокаторы. Некоторые химические фильтры (см. таблицу) могут нарушать функцию гормональной системы и могут накапливаться в организме и молоке матери. Вам следует избегать минеральных средств защиты от УФ лучей, содержащих наночастицы двуокиси титана и окиси цинка, поскольку пока не доказано, что эти соединения являются безопасными.

Рекомендации!

- Детей в возрасте до одного года следует защищать от прямых солнечных лучей, например, одеждой или накидкой из легкой ткани, прикрепляемой к коляске. Головной убор от солнца обязателен!
- Солнцезащитные средства с минеральными УФ фильтрами лучше, чем средства с химическими фильтрами и минеральными блокаторами, однако избегайте любых косметических средств, содержащих наночастицы.
- Лучшим выбором обычно являются солнцезащитные средства, не содержащие красителей, ароматических веществ и консервантов.

Общие рекомендации

- Меньше значит лучше! Попробуйте пользоваться средствами по уходу за детьми только тогда, когда это необходимо.
- Пока не ясно, какой риск для здоровья и окружающей среды представляют косметические средства, содержащие наночастицы. До тех пор, пока не выяснится, что наноматериалы являются безопасными, следует избегать косметики с ингредиентами, маркированными на этикетке «нано».
- Избегайте товаров с душистыми веществами, которые являются аллергенными: циннамал, амилциннамал, гексилциннамал, лимонен, линалоол.
- Избегайте антибактериальных косметических средств (влажных салфеток, очищающих средств, добавок для стирки тканей и средств очистки поверхностей). Они нарушают естественный баланс кожи, механизмы ее натуральной защиты и могут приводить к тому, что бактерии станут более устойчивыми.
- Имейте в виду: если косметическое средство называется «натуральным», «сделанным из натуральных ингредиентов» или «органическим» - проверьте состав, среди ингредиентов может быть много дополнительных синтетических соединений.
- Внимательно читайте этикетки косметических средств и сравнивайте их с указанным в таблице списком опасных ингредиентов. Если средство называется «средством по уходу за детьми», это не обязательно означает, что его ингредиенты менее опасны, чем ингредиенты обычных косметических товаров.

Шампуни и до- бавки для ванн	Лосьоны, кре- мы и масла	Солнцезащитные средства	Зубная паста	Влажные салфетки для малышей	Свойства	Опасные химические вещества (наименование INCI*)	Возможное воздействие на здоровье
X	X	X	X	X	Консерванты	<i>Парабены (напр., метилпарабен, бутилпарабен, пропилпарабен)</i>	Эстрогенный эффект, нарушает функцию гормональной системы, повышает чувствительность организма к различным раздражителям
	X	X		X		Феноксизанол	После продолжительного воздействия оказывает раздражающее, нейротоксическое, аллергенное воздействие
X			X	X	Консервант, антисептик	Триклозан	Может вызвать аллергию и устойчивость бактерий
X			X	X	Детергенты (моющие вещества)	Лаурилсульфат натрия (SLS), известный также под другими названиями: додецилсульфат натрия; натриевая соль монодецилового эфира серной кислоты; сульфат натрия; Лаурилсульфат аммония (ALS), Лауретсульфат натрия (SLES)	Раздражает и высушивает кожу
X			X	X		Окись этилена (используется для «этоксирования» SLS); 1,4 Диоксан (побочный продукт окиси этилена, может быть обозначен следующими суффиксами в перечне ингредиентов: «миристил», «олет», «лаурет», «цете-арет», любой другой «эфир», «ПЭГ», «полиэтилен», «полиэтилен гликоль», «полиоксэтилен», или «оксинол»).	Возможно канцерогенное воздействие на людей, токсичное воздействие на мозг и центральную нервную систему, почки и печень. 1,4 Диоксан является также основным загрязнителем грунтовых вод
	X	X			УФ фильтры	Бензофенон-3 (оксибензон)	Изменения на биохимическом и молекулярном уровне, нарушение функции эндокринной системы, накапливается в живых организмах (напр., в материнском молоке) и окружающей среде
	X	X				3-бензилиденкамфара (3 BC), 4-метилбензилиденкамфара (4-MBC), Октилметоксициннамат (ОМС), Этилгексилметоксициннамат (Octinoxate)	Нарушение функции эндокринной системы, накапливается в живых организмах (напр., в материнском молоке) и окружающей среде
	X	X	X			Октилдиметилпарааминобензойная кислота PABA (OD-PABA)	Изменения на биохимическом и молекулярном уровне, множественные источники воздействия, может вызывать фотоаллергические реакции
X	X	X	X	X	Наночастицы	Нанодвуокись титана, наноокись цинка, наносеребро	Имеются данные о токсическом воздействии на клетки, воздействие на здоровье в настоящее время неизвестно
X	X	X		X	Ароматизирующие вещества	Ароматизаторы, компоненты мускуса, душистые вещества, отдушки, ароматические вещества	Риск аллергии, раздражение кожи, накапливается в окружающей среде, организме и молоке матери, возможно, нарушение функции эндокринной системы Внимание! Если эти соединения не из натуральных источников, в них могут содержаться растворители и денатурированные вещества, напр., фталаты, которые не обязательно маркировать. Эти вещества нарушают функцию эндокринной системы и являются потенциальными сенсibilizаторами
x	X	X		x	Минеральные масла	Жидкий парафин, воск	Не разлагаются в организме человека. Накапливаются в легких, печени и лимфатических узлах

Средства гигиены для детей



Информационный буклет адаптирован из руководства организации «Women in Europe for a Common Future» (WECF) с их согласия.



Выбирай продукцию, в которой
меньше опасных веществ

Данный информационный буклет подготовлен на основе буклета из проекта LIFE10INF/EE/108 "Информационная кампания опасных веществ в странах Балтии" (BaltInfoHaz) и в рамках проекта ENPI/2012/292-028 „Кампания по повышению уровня осведомленности потребителей по вопросам содержания опасных химических веществ в товарах“. Издание буклета со-финансируется ЕС и Министерством иностранных дел Эстонии.

