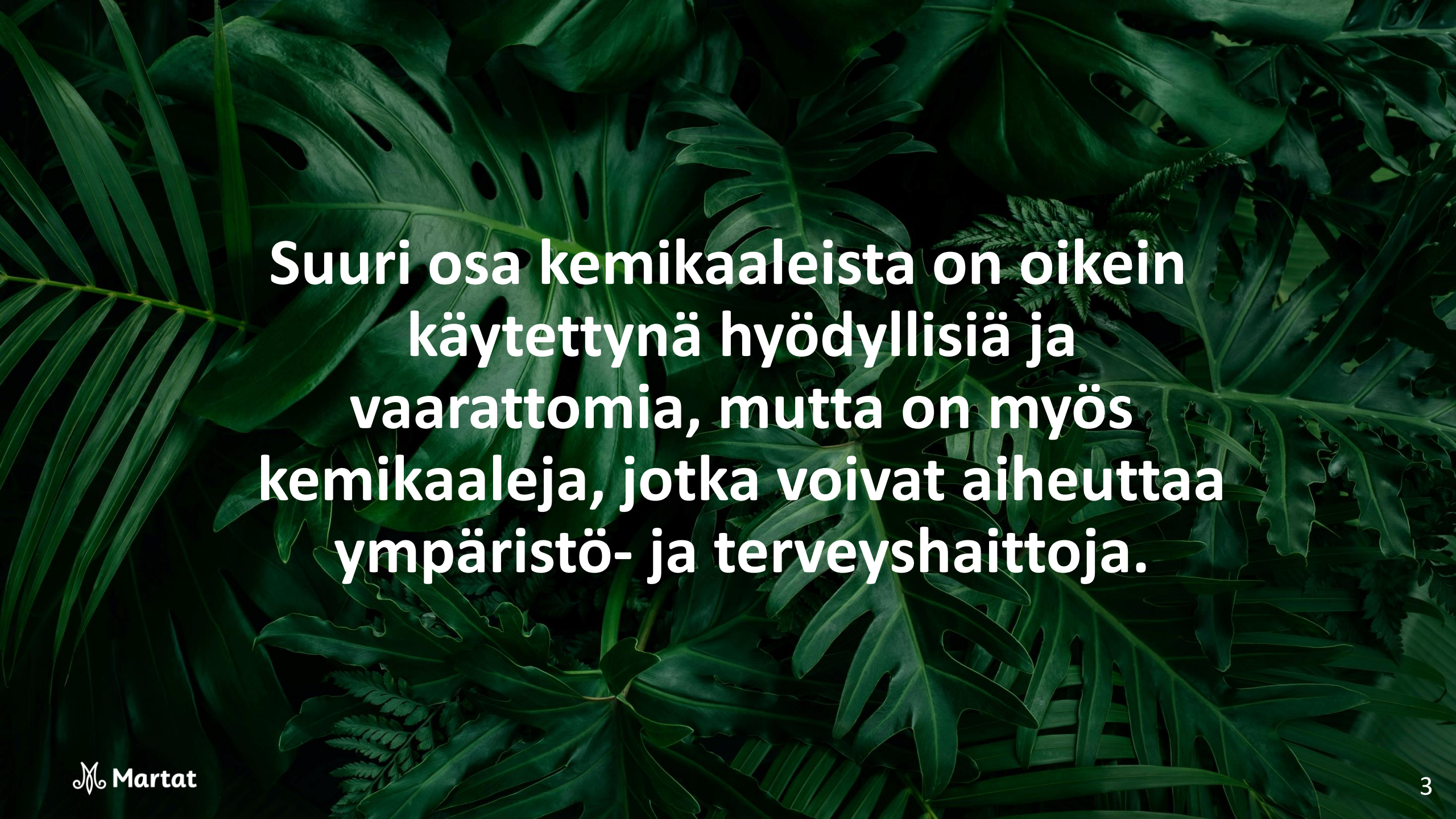


Kemikaalit lapsiperheessä

Outi Mehto
Marttaliitto
2021



Käytämme päivittäin lukuisia
kemikaaleja esim.
henkilökohtaisessa hygieniassa,
terveydenhoidossa,
siivouksessa, ruoanlaitossa ja
puutarhassa.

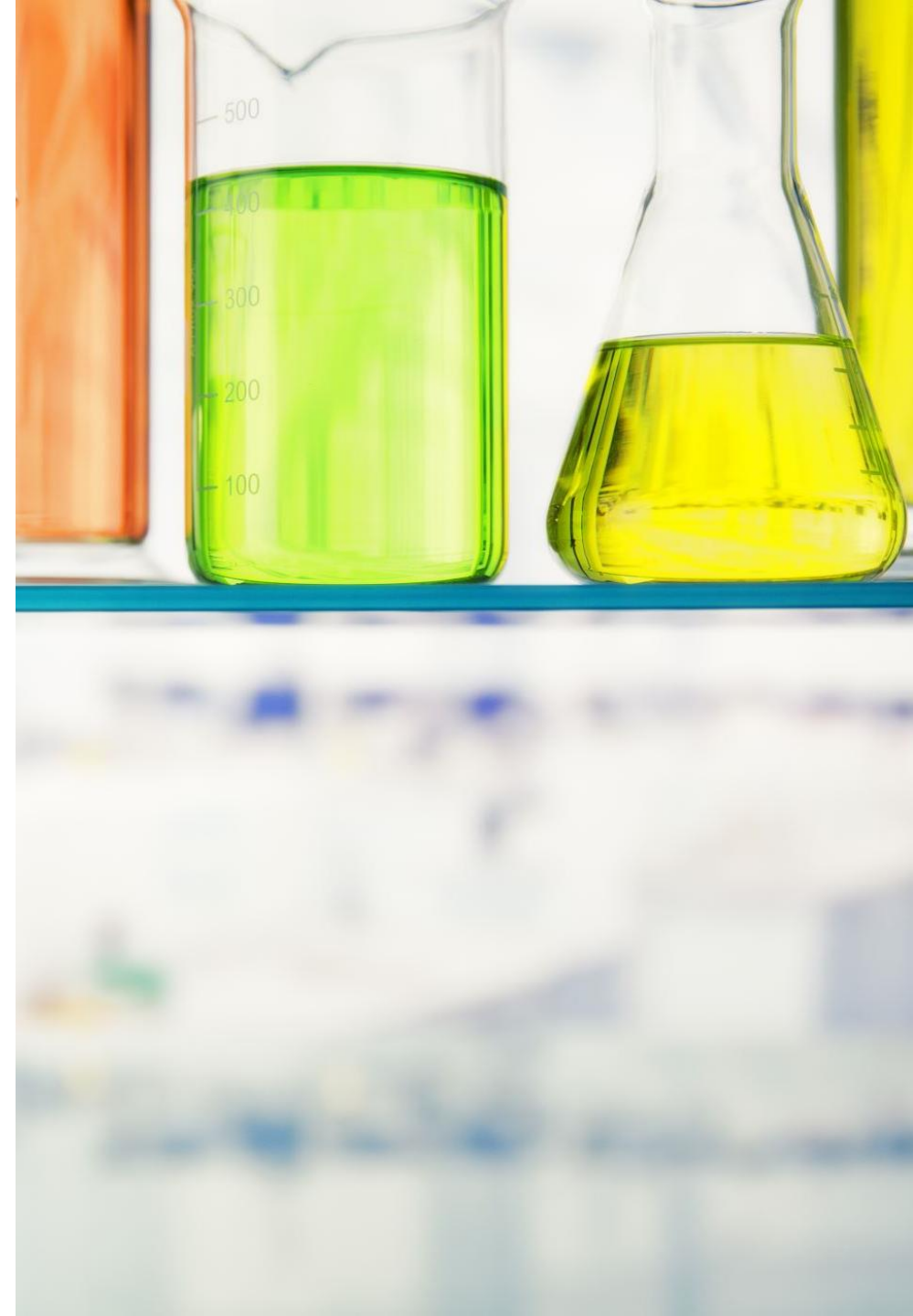
A dense, close-up photograph of various tropical plants, including large monstera leaves with characteristic holes and long, slender palm fronds. The lighting is soft, creating a lush green atmosphere.

**Suuri osa kemikaaleista on oikein
käytettynä hyödyllisiä ja
vaarattomia, mutta on myös
kemikaaleja, jotka voivat aiheuttaa
ympäristö- ja terveyshaittoja.**

Valitse pienempi kemikaalikuorma

- Kemikaaleja on lukemattomia, eikä niiden kaikkia vaikutuksia tunneta. Kemikaalien pitkäaikaisvaikutuksista tai eri kemikaalien yhteisvaikutuksista ei vielä tiedetä tarpeeksi.

→ Siksi jokaisen on hyvä pohtia, voisiko omaa kemikaalialtistustaan pienentää.



Kemikaalit kuriin

Kemikaalikuormaa kannattaa vähentää terveyden, hyvinvoinnin ja ympäristön takia. Jokainen voi vaikuttaa kemikaalialtistukseen muun muassa:

- käyttämällä kemikaaleja kohtuudella (vain tarpeellisia ja mahdollisimman mietoja)
- vain niiden oikeaan käyttötarkoitukseen
- suosimalla mahdollisimman mietoja aineita



Käytä kemikaaleja turvallisesti

- Lue aina pakkausmerkinnät.
- Kiinnitä huomiota tuotteen ainesosalistan pituuteen. Pyri hankkimaan tuotteita, joiden lista on mahdollisimman lyhyt.
- Suosi hajusteettomia ja ympäristömerkittyjä tuotteita.
- Tunne varoitusmerkinnät ja noudata niitä.
- Kysy tuotteen sisältämistä kemikaaleista myyjältä.
- Annostele aineet käyttöohjeen mukaan.



Käytä kemikaaleja turvallisesti

- Älä sekoita kemikaaleja keskenään.
- Säilytä vahvat kemikaalit lasten ja kotieläinten ulottumattomissa ja erillään elintarvikkeista.
- Säilytä kemikaalit aina alkuperäispakkauksissaan, joissa varoitus- ja muut merkinnät ovat näkyvillä. Jos siirrät toiseen säilytysastiaan, siirrä myös etiketin tiedot.
- Älä siirrä vaarallisia kemikaaleja elintarvikepakkauksiin, kuten juomapulloihin



Ympäristömerkki ja EU-kukka

- Ympäristömerkityissä tuotteissa on vähemmän haitallisia kemikaaleja.



Kemikaalit lapsiperheessä

- Koska lapsen elimistön kehittyminen on kesken, etenkin pienet lapset voivat olla herkempiä kemikaalien vaikutuksille kuin aikuiset.
- Tärkeää on, että lastenhoitotarvikkeet ovat käyttötarkoitukseen sopivia ja että niitä käytetään asianmukaisesti.



Lapsen erityispiirteitä

- Painoon ja kokoon suhteutettuna lapsella on aikuista suurempi mahdollisuus altistua.
- Pikkulapset tutkivat ympäristöään laittamalla esineitä suuhunsa.
- Ihon pinta-ala ja herkkyys



Ennen syntymää

- Raskaus aikana syytä välttää tarpeettomia kemikaaleja.
 - Ei tarpeeksi tutkimusta
 - Raskaus kiihdyttää pintaverenkiertoa
- Istukka suojaa.



Vauvan hoito

- Vesi yleensä riittää pesuun
- Miedot ja hajustamattomat tuotteet, maltillinen käyttö
- Kosteuspyyhkeitä vain hätätapauksessa. Ei kasvoille tai käsille.
- Vaippavalinta?



Vauvan hoito

- Tuttipullon vaihto noin 6 kk ja tutin noin 1-2 kk välein.
 - Tutin pesuun ei astianpesuainetta
 - Alle 3-vuotiaiden pulloissa kielletty bisfenoli A.
- Lapsen parhaat aurinkosuojat ovat varjossa olo ja vaatteet
- Hyttys- ja punkkikarkotteita ei alle 3-v.



Lelut ja lasten tarvikkeet

- Etenkin vauvat imevät ja pureskelevat leluja ja muita tavaroita.
- Lelujen turvallisuudelle on asetettu erityisvaatimuksia. Eivät koske muita tuotteita.
 - Vanhat lelut vs. uudet lelut
 - EU:n markkinat



Kemikaalit siivouksessa

- Pesu- ja puhdistusaineet sisältävät monenlaisia kemikaaleja. Osa voi aiheuttaa herkistymistä ja allergiaa.
- Liuotteet ja desinfioivat aineet: käyttö vain erityistilanteissa, koska ovat myrkyllisiä ja hitaasti hajoavia.
- Myös hajusteet, säilöntäaineet ja klooriin perustuvat valkaisuaineet ovat haitallisia.



Kemikaalit siivouksessa

- Altistumme hengitysteitse ja ihon kautta: esim. suihkeet ja jäämät pinnoilla.
- Tutki pakkausmerkinnät ja ainesosaluettelot jo hankkiessa.
- Siivoa säännöllisesti: tarvitset miedompia aineita ja poistat pölyyn kertyviä kemikaaleja huoneilmasta.



Muista:

- Siivoa säännöllisesti.
- Annostele siivousaineet ohjeiden mukaan. Älä lorauta ylimääräistä ”varmuuden vuoksi”.
- Kun käytät mikrokuituliinoja ja -moppeja, siivousaineita ei välttämättä tarvita.
- Käytä vain yhtä ainetta kerrallaan, sillä eri aineet voivat reagoida vaarallisesti keskenään.
- Älä jätä siivousaineita lasten tai lemmikkieläinten ulottuville. Sulje pakkaukset huolellisesti.
- Älä päästä pesuvesiä suoraan vesistöön.
- Opettele tuntemaan varoitusmerkit.
- Tutustu isoäidin siivousvinkkeihin!
- Kierrätä vanhat pesuaineet oikein.



Ruokapöydässä

- Syö monipuolisesti, vaihtelevasti ja kohtuullisesti.
- Noudata hyvää hygieniää ja pakkausten ohjeita.
- Kotimaiset ja EU:sta tulevat tuotteet suosiminen.
- Lasten ja raskaana olevien kohdalla on syytä olla tarkka tiettyjen ruoka-aineiden suhteen. Esim. imeväisikäisten ruoissa ei käytetä siemeniä raskasmetallikertymän takia.



Lisää aiheesta

Martat.fi –sivustolta löydät lisätietoa kodin kemikaaleista, siivouksesta ja ruoasta.

Lapsiperhe osiosta juuri lapsiperheille kohdennettua tietoa.

Instagram: @marttailu

Facebook: Martat vinkkaa

