

برای حفظ سلامتتان این مواد و ترکیبات را از خود دور کنید

سلامتی در زندگی هر فرد به قدری اهمیت دارد که همیشه راهکار هایی برای حفظ آن ارائه میشود و یکی از این توصیه ها دوری از مواد خطرناکی است که در خانه وجود دارند.

به گزارش سایت خبری پرسون، چگونه باید خانه را از سموم خطرناک محفوظ نگهداریم؛ در صورتی که مواد شیمیایی موجود در محصولات مختلف داخل خانه و آلودگی های موجود در خانه همگی می توانند وارد بدن ما شوند و مشکلات مختلفی را به وجود بیاورند. در این قسمت از بهداشت و سلامت به شما خواهیم گفت که چه موادی را از خانه دور نگه دارید تا سلامت بدن تان تضمین باشد.

دی بوتیل فتالات

فتالات گروهی از مواد شیمیایی است که برای ساخت پلاستیک استفاده می شود؛ اما مشکلاتی مانند کاهش قدرت باروری را ایجاد می کند که این مسئله در پرندگان خانگی هم اثرگذار است. این مواد ممکن است در برخی از پاک کننده ها و خوشبو کننده ها هم وجود داشته باشد.

بیسفنول آ

این ماده شیمیایی آسیب زیادی را به حیوانات زده و خطرات جدی را هم برای انسان ها ایجاد کرده است که باید تا حد ممکن قرار گرفتن در معرض آن را کاهش دهید. این ماده ممکن است از طریق کولر های آبی به بدن برسد. انتقال آن از طریق قوطی مواد غذایی و حتی نوشابه یا کامپوزیت های دندان هم رخ می دهد.

سرب

سرب یک ماده سمی است که در رنگ ساختمانی یافت می شود و بسیاری از افراد هر سال به خاطر عوارض آن دچار مشکل می شوند. تحقیقات اخیر نشان می دهد؛ خیلی از بیماری هایی که امروزه به وجود می آید، به خاطر تماس مستقیم با سرب است که باعث مشکلاتی مانند فشار خون بالا، سردرد، سرگیجه و کاهش توانایی در عملکرد حرکتی، خستگی و کاهش قدرت حافظه خواهد شد.

حشره کش یا آفت کش

تحقیقات اخیر نشان می دهد افرادی که رژیم غذایی سنتی مانند رژیم مدیترانه ای که سرشار از میوه و سبزیجات است را استفاده می کنند، احتمالاً بدن شان سه برابر بقیه بیشتر در معرض حشره کش و آفت کش ها قرار می گیرد؛ البته در صورتی که غذای آن ها ارگانیک نباشد.

این آفت کش ها هم در مواد غذایی و هم در نمونه ادرار این افراد یافت شده است. قرار گرفتن در معرض آن ها باعث می شود که مشکلاتی مانند چاقی و اضافه وزن، سندروم متابولیک و یا حتی سرطان بیشتر اتفاق بیفتد.

خوشبو کننده هوا

خوشبو کننده ها به شما حس خوبی می دهند و احتمالاً خیلی ها داخل خانه از آن استفاده می کنید. این مواد شیمیایی زمانی که در محیط باز استفاده نشوند و در خانه به کار گرفته شوند، ممکن است مواد آلوده کننده خطرناکی را وارد محیط کنند. فرمالدهید، بنزن و دیگر مواد شیمیایی که خطرناک هستند، با استفاده از این مواد در هوای خانه جریان پیدا می کنند و ممکن است چشم، بینی و گلو را دچار حساسیت کنند و مشکلاتی مانند حالت تهوع و سردرد را به وجود بیاورد.