

## Fräsch på riktigt?

Naturskyddsföreningen har arrangerat Miljövänliga Veckan sedan 1990. I år är temat "Fräsch på riktigt". Målet är att få fler att välja produkter som är schyssta för hälsan och miljön. Tyvärr är utbudet av miljömärkt just nu är minst sagt skralt i svenska schampohyllor och bland tvålar och krämer. Därför är det viktigt att du som konsument frågar efter miljömärkta hygienprodukter när du handlar. Vi vet att det går att förändra. Innan den första kampanjveckan om kaffe i mitten av 90-talet fanns ett enda ekologisk kaffe, i hälsokosten. Efter kampanjveckan fanns tio olika sorter. Efter första kampanjveckan för ekologiska bananer såldes lika mycket ekobananer på två veckor som man sålt på ett år innan.

I innehållsförteckningen på din hudkräm ser du många långa konstiga ord. Bakom namnen kan det gömma sig riktigt sunkiga ämnen som kan störa hormonerna, ge kontaktallergi och förstöra miljön. De här fyra värstingarna är alla tillåtna. Därför får man själv lägga dem på minnet nästa gång man handlar. Eller välja miljömärkt – märkningarna ställer krav på alla ingredienser i burken!

Västingarna är:

### 1. Plastpartiklar

Japp, det finns plast i många hudkrämer. Det är små plastbitar som läggs till i produkter för sin skrubbande effekt, eller som utfyllnad och för att ge konsistens. När de kommer ut i naturen äter fiskar upp dem i tron om att det är mat.

De kan heta: Acrylate/Styrene copolymer, Nylon, Polyethylene (PE), Polymethylmethacrylat (PMMA). Finns även i handtvål, duschkräm, peeling, solkräm och smink.

### 2. Hormonstörande ämnen

I hudkrämen kan det finnas ämnen som stör kroppens hormonsystem. Hormonerna är kroppens budbärare och när det blir fel på dem kan mycket gå snett. Det kan störa utvecklingen av hjärnan och könsorganen, eller öka risken för cancer. Det som är riktigt läbbigt är att det ännu inte finns några lagar som begränsar hormonstörande ämnen!

De kan heta: Benzophenone, Butylparaben, Propylparaben, Etylhexyl methoxycinnamate, Cyclomethicone, Cyclotetrasiloxane.

Hittas även i schampo, balsam, deodorant, rakgel, hårvax, solkräm och smink.

### 3. PFAS

PFAS är en stor grupp ämnen som är skapade i labb för att motstå smuts, fett och vatten. De används därför i massvis av produkter, allt från pizzakartonger till smink. När de kommer ut i naturen bryts de inte ner, utan stannar kvar och kan lagras i växter och djur. Förutom att de aldrig försvinner så har vissa av dem visats ge organskador, försämrat immunförsvar och nedsatt förmåga att få barn.

### 4. Allergiframkallande ämnen

Det är ofta parfymämnen i hudkrämer som är orsaken.

Naturskyddsföreningen i Österåker