

## MIT TEGYÜNK?

Kapcsolatot találtak a szervezetünkbe kerülő mesterséges anyagok és az elhízás, illetve a cukorbetegség kialakulása között. A hormonrendszeret károsító (ED) anyagok jelentik a legnagyobb kockázatot, így ezek jelenlétét mielőbb csökkenteni kell.

## SÜRGŐS KORMÁNYZATI LÉPÉSEK

Az EU-nak és a tagállamok kormányainak korlátoznia kellene az elhízás és a cukorbetegség kialakulásában szerepet játszó ED anyagok alkalmazását.

Fokozni kell a használatban lévő anyagok vizsgálatát, hiszen csak így érhető el, hogy a legkockázatosabb vegyületek kivonása.

Az új kutatási eredmények fényében felül kell vizsgálni az ezzel foglalkozó uniós jogszabályokat.

Gwynne Lyons, a CHEM Trust igazgatója szerint *„Egyre több a túlsúlyos gyermek, az elmúlt másfél évtizedben kétszeresére nőtt a cukorbeteg aránya. A folyamat megfékezéséért meg kell határozni azokat az anyagokat, amelyek ilyen kockázatot jelentenek, és vissza kell szorítani használatukat.”*

## MIT TEHETSZ?

Számos fogyasztási cikk káros anyagokat bocsát ki, ilyenek lehetnek például az új bútorok, a műszaki cikkek vagy akár a blokkok is.

### KERÜLD A KÁROS VEGYÜLETEK:

- Ha lehetséges, fogyassz bioélelmiszereket, kerülj a feldolgozott élelmiszereket!
- Fogyassz kevesebb állati zsiradékot, mert ezek magasabb koncentrációban tartalmazzák a káros anyagokat.
- Az épületekben és a szabadban is kerülj a szennyezett levegőjű helyeket. Bár a közlekedési és az ipari kibocsátások is súlyos problémát jelenthetnek, jellemzően a beltéri levegő még egészségtelebber. Ezért ha teheted, szellőztess rendszeresen!

### ÉTKEZÉS ÉS TESTEDZÉS

- Ügyelj a helyes étrendre!
- Mozogj rendszeresen!

### TÁMOGASD A VÁLTOZÁST!

- Kérd a gyártókat, hogy ne használjanak ED anyagokat a termékeikben!
- Kérj a politikusoktól szigorúbb szabályozást!
- Támogasd azokat a közhasznú szervezeteket, akik tehetnek a szigorúbb vegyianyag-szabályozásért!



### TOVÁBBI INFORMÁCIÓK a CHEM Trust jelentésében:

Miquel Porta, Duk-Hee Lee: *A vegyi anyagok hatása az elhízás, valamint a cukorbetegség kialakulási esélyére*

A jelentés a CHEM Trust honlapjáról tölthető le: <http://www.chemtrust.org.uk>.

Ez a tájékoztató letölthető a Levegő Munkacsoport honlapjáról ([www.levego.hu](http://www.levego.hu)). Hasznos információkat találhat a HEAL [www.chemicalshealthmonitor.org](http://www.chemicalshealthmonitor.org) elérhetőségű honlapján.



A CHEM Trust (Vegyi anyag, Egészségügyi és Környezeti Figyelő Csoport, Health and Environment Monitoring Trust) egy brit alapítvány, amely a

mesterséges anyagok káros egészségügyi és környezeti hatásainak csökkentéséért küzd.

### CHEM Trust

The Old Vicarage, Old Vicarage Lane, Bishops Lydeard, Somerset, TA4 3DJ, UK  
E-mail: [gwynne.lyons@chemtrust.org.uk](mailto:gwynne.lyons@chemtrust.org.uk)  
Honlap: [www.chemtrust.org.uk](http://www.chemtrust.org.uk)



A Egészség és Környezet Szövetség (Health and Environment Alliance, HEAL) egy nemzetközi szervezet, melynek több mint 70 tagja van. A szövetség munkájával a tisztább és biztonságosabb környezet kialakítását segíti elő.

### Health and Environment Alliance (HEAL)

28 Boulevard Charlemagne  
1000 Brussels, Belgium  
E-mail: [info@env-health.org](mailto:info@env-health.org)  
Honlap: [www.env-health.org](http://www.env-health.org)

A CHEM Trust tevékenységét az Oak Foundation, a HEAL munkáját az Európai Bizottság támogatja.

Ez a tájékoztató lap a CHEM Trust és a HEAL angol nyelvű kiadványának a fordítása. A fordításért a Levegő Munkacsoport a felelős.



## VEGYI ANYAGOK AZ ÉLELMISZEREINKBEN ES A HAZTARTÁSI CIKKEKBEN — KULCS AZ ELHÍZÁS ÉS A CUKORBETEGSÉG TERJEDESEBEN?

Vizsgálatok szerint fontos a szennyező anyagok szerepe.



**Az elhízás és a cukorbetegség terjedése nem csak a helytelen táplálkozás és a mozgásszegény életmód eredménye.**



CHEM Trust  
Protecting humans and wildlife from harmful chemicals



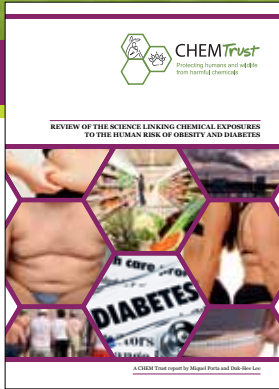
Levegő Munkacsoport



*„Az elhízás és a cukorbetegség, valamint az ezek kialakulását – az újabb kutatási eredmények alapján – befolyásoló anyagok elterjedésére tekintettel a jelenleginél szigorúbb szabályozásra van szükség.”*

Miquel Porta, egyetemi professzor, School of Medicine, Universitat Autònoma de Barcelona

# MEGELŐZHETŐ AZ ELHÍZÁS ÉS A CUKORBETEGSÉG?



## A HIÁNYZÓ LÁNCSEM?

A CHEM Trust A vegyi anyagok hatása az elhízás, valamint a cukorbetegség kialakulási esélyére című tanulmánya kapcsolatot talált a szervezetünkbe kerülő mesterséges anyagok és az elhízás, valamint a cukorbetegség kialakulása között.

Egyes vegyületek elősegítik az elhízást. A nehezen lebomló szennyezők (POP) szervezetbe kerülése növeli a cukorbetegség kialakulási esélyeit, ezek az anyagok felhalmozódnak az élőlényekben így hosszabb távon fejtik ki káros hatásukat.

A kevés mozgás és a túl sok kalória elfogyasztása elhízáshoz vezet, és növeli a cukorbetegség kialakulásának kockázatát. Am az új kutatási eredmények alapján a mesterséges anyagok szervezetbe kerülése szintén szerepet játszik ebben.

”Az elhízás terjedése összefügghet a hormonális hatású mesterséges anyagok felhasználásának terjedésével.”

The Endocrine Society-t, a hormonális hatásokkal foglalkozó szövetséget 1916-ban alapították, így ez a legrégebben ezzel a tudományterülettel foglalkozó szervezet.

Egyes kutatók úgy vélik, hogy ha a szigorúbb szabályozás hatására csökken a szervezetünket érő hormonális hatású anyagok mennyisége, könnyebbé válik az elhízás és a cukorbetegség visszaszorítása.

A CHEM Trust jelentésében két forrás is igazolta ezt.

### 1. Laboratóriumi vizsgálatok

Az olyan egerek utódai, amelyek ED anyagokat fogyasztottak felnőtt korukban kövérebbek lesznek, mint az egyébként azonos körülmények között tartott társaik

### 2. Statisztikai vizsgálatok

Bizonyított, hogy az emberek szervezetében lévő szennyező anyagok koncentrációja növeli a cukorbetegség kialakulásának esélyét. Vérvizsgálatok szerint a legtöbb ember szervezetében számos mesterséges vegyület található, melyeket nem tudunk lebontani, kiválasztani. Ezen anyagok egy része megzavarhatja hormonrendszerünket, anyagcserénket.

A helytelen étkezés és a testmozgás hiánya is fontos az elhízás kialakulásában, ami jól ismert kockázati tényezője a cukorbetegségnek.



Az elhízás és a cukorbetegség folyamatosan terjed Európában, ebben szerepe van bizonyos mesterséges anyagok szervezetbe kerülésének is.

Az elhízottak aránya a legtöbb országban kétszeresére nőtt az 1990-es évek óta. Az Európai Unióban minden hatodik felnőtt elhízott. Figyelmeztető, hogy a 6–9 éves gyermekek negyede túlsúlyos.

A cukorbetegség szintén egyre gyakoribb megbetegedés az EU lakosai körében. A felnőttek 5–10 százaléka érintett. Nagy-Britanniában az átlagosnál kedvezőbb, Németországban viszont rosszabb a megbetegedési arány.

Genon Jensen, az Egészség és Környezet Szövetség (HEAL) igazgatója szerint: „A cukorbetegségben szenvedő emberek száma a 2010-es 33 millió főről 2025-re 37 millióra növekedhet. A megelőzésre kellene összpontosítani. Ha a mesterséges anyagoknak csak egy kis szerepe is van a cukorbetegség kialakulásában, már akkor is jelentős lenne egy szigorúbb szabályozás előnye. Ez a haszon a jobb életminőségben és az egészségügyi rendszer költségeinek csökkenésében jelentkezik.”

## TESTESEBB CSECSEMŐK ÉS ÁLLATOK

”Napjainkban a fél éves gyermekek nagyobb súlyúak, mint korábban voltak. A kísérleti állatok is nehezebbek azonos ellátás mellett. ... Az eltérésekért vélhetően a szervezetbe kerülő mesterséges anyagok a felelősek.”

Health and Environment, 2011

## MELY ANYAGOK ÉRINTETTEK?

Feltételezhetően hormonális hatású, nehezen lebomló anyagok a permetszerekből vagy az ipari szennyeződésemből kerülhetnek az élelmiszerekbe. A lakásokban lévő műanyag tárgyak is kibocsátanak káros anyagokat, de egyes fémek vagy a nikotin is befolyásolja a hormonháztartást. Lehetnek még más olyan anyagok is az élelmiszereinkben és a fogyasztási cikkekben, amelyekről nem is sejtjük, hogy egészségügyi kockázatot jelentenek.