



PARABENI

Kaj bi morali vedeti?

Imena:

metil paraben,
propil paraben,
butil paraben,
etil paraben,
butil paraben in
izobutil paraben

KAJ SO PARABENI?

Parabeni so skupina kemikalij, ki zavirajo razvoj mikroorganizmov. Zaradi te njihove lastnosti jih dodajajo kozmetičnim in farmacevtskim izdelkom pa tudi nekaterim živilom, da bi tako podaljšali uporabnost in obstojnost teh izdelkov. Glede na kemijsko zgradbo gre za vrsto estrov 4-hidroksibenzojske kisline (parahidroksibenzojske kisline) ali krajše s skupnim imenom paraben.

Kje se uporabljajo parabeni?

Parabene najpogosteje najdemo v kozmetiki in izdelkih za osebno nego, kot so losjoni, kreme za sončenje, antiperspiranti, ličila, geli za britje in izdelki za lase. Najdemo jih tudi v farmacevtskih izdelkih za zunanjo uporabo (npr. kreme, ki vsebujejo antibiotike), v zobni pasti in ustnih vodících ter v žvečilnih gumijih. Uporabljajo se tudi kot konzervansi za živila (želeji, paštete, prigrizki, pijače). V enem izdelku se pogosto uporablja več parabenov. Najpogosteje uporabljena parabena sta metil paraben in propil paraben.



Kako lahko parabeni vstopijo v telo?

Glede na to, da so parabeni prisotni v kremah in drugih izdelkih za nego telesa ter v nekaterih pijačah, pride do izpostavljenosti in vnosa v telo ob uporabi izdelkov, ki parabene vsebujejo.

Parabeni prehajajo v telo preko kože ali preko prebavnega trakta, se pa nato hitro izločajo iz telesa.

TVEGANJE ZA ZDRAVJE ZARADI IZPOSTAVLJENOSTI KEMIKALIJAM

Tveganje poškodb zaradi katere koli kemikalije izhaja iz nevarnosti, povezane s kemikalijo, ter ravni izpostavljenosti tej kemikaliji.

Nevarnost se nanaša na lastnosti kemikalije, zaradi katerih je ta opredeljena kot strupena, kar pomeni, da lahko škoduje zdravju ljudi.

Izpostavljenost opisuje količino kemikalije, s katero pride posameznik v stik, in pogostost izpostavljenosti.



Izraz **prag** se uporablja za koncentracijo ali količino kemikalije, ki so ji ljudje v skladu s trenutnimi znanstvenimi dognanji lahko izpostavljeni brez negativnih vplivov na zdravje. Izpostavljenost pod tem pragom velja za varno. Nekateri kemikalije imajo lahko učinke na zdravje pri kateri koli koncentraciji in zaradi tega spadajo med snovi brez praga. Pri takih kemikalijah nobena raven izpostavljenosti ni varna.

Kako lahko parabeni vplivajo na zdravje?

Parabeni lahko povzročajo alergije, izpuščaje, lišaje in vnetje kože, vendar večinoma le pri občutljivih posameznikih. Raziskave potrjujejo, da lahko delujejo tudi kot hormonski motilci v telesu (posnemajo in motijo delovanje hormonov, predvsem ženski spolni hormon estrogen). Obstajajo domneve o vzročni povezanosti parabenov in rakom na dojki. Za boljše razumevanje možnih škodljivih učinkov parabenov so potrebne dodatne študije.

Zaradi nizke koncentracije parabenov v kozmetičnih izdelkih so strokovnjaki zaključili, da je izpostavljenost nizka in zdravje ni ogroženo. Kljub temu pa je zaradi hormonske aktivnosti parabenov treba zmanjšati izpostavljenost, še posebej izpostavljenost otrok.

Kako lahko zmanjšamo izpostavljenost parabenom?

Parabenom se najlažje izognemo na ta način, da ne uporabljamo negovalnih in kozmetičnih izdelkov, ki jim proizvajalci dodajajo parabene. V ta namen je zelo pomembno, da pred nakupom teh izdelkov preverimo embalažo, kjer bo, v primeru, da so parabeni dodani, to tudi navedeno. Posebna pozornost naj velja pri nakupu negovalnih izdelkov za otroke.

Kaj je humani biomonitoring (HBM)?

Humani biomonitoring (spremljanje ravni kemikalij v telesnih tekočinah/tkivih) vključuje odvzem majhnih vzorcev krvi, urina ali las in merjenje koncentracije kemikalij v vzorcu. S takšnim merjenjem se določi skupna količina kemikalije v telesu, kar predstavlja vnos iz vseh možnih virov. Vzorci so po možnosti odvzeti pri velikem številu ljudi, da si je mogoče ustvariti sliko o izpostavljenosti v določeni populaciji.

Parabene običajno določamo v **urinu** in **krvi**. Ugotovitev merljive količine parabenov v urinu ali krvi ljudi pa še ne pomeni, da bo prišlo do škodljivih učinkov na zdravje.

Biomonitoring ravni parabenov v urinu zdravnikom in javnim zdravstvenim delavcem ter znanstvenikom omogoča, da določijo ravni za splošno populacijo (referenčne ravni). Na ta način lahko ugotovijo, ali so bili ljudje izpostavljeni višjim ravnam parabenov, kot jih najdemo v splošni populaciji. Podatki o biomonitoringu so pomembni tudi pri načrtovanju in izvajanju raziskav o izpostavljenosti in vplivih na zdravje.

