**[Imate doma kemikalijo, ki uničuje vaše sklepe in možgane?](http://www.ognjic-logatec.si/uporabni-nasveti/imate-doma-kemikalijo-ki-unicuje-vase-sklepe-in-mozgane)**



Čiščenje stanovanja in opravljanje gospodinjskih del najbrž ni nekaj, česar e neskončno veselimo. Morda radi kuhate, ali poznate koga, ki to rad počne … težko pa bi našli človeka, ki rad pomiva posodo ali riba tla. Sedaj boste imeli še en razlog, da se boste domačih čistilnih in kuhalnih akcij izogibali. Vsaj ko gre za neekološka čistila in nevarno posodo.

Nova študija, ki so jo opravili znanstveniki na ameriški univerzi Yale, **je ugotovila, da ženske, ki so v gospodinjstvu vedno znova izpostavljene kemikalijam, imenovanim PFC-ji, pogosteje zbolijo za osteoartritisom.** Osteoartritis je bolezen, ki prizadene sklepe in poškoduje sklepni hrustanec.

Kaj so PFC-ji in kje se nahajajo? PFC je kratica za spojine, ki vsebujejo fluor (perfluoridated compounds). Treba je povedati, da je fluor del nevarne trojke halogenih elementov, kamor prištevamo še klor in brom. **Vsi trije so strupeni in škodljivi že sami po sebi, poleg tega pa povzročajo bolezni tudi zato, ker v raznih tkivih v telesu izpodrivajo jod** (tega pa imamo v telesu že tako premalo, vsaj tako so pokazali testi). Jod je nujen element za dobro delovanje imunskega sistema, preprečevanje srčnožilnih obolenj in tudi rakavih obolenj, zlasti raka dojke in rodil pri ženskah.

O bromu smo že pisali, nahaja se predvsem v impregnacijskih sredstvih za preprečevanje vnetljivosti in gorenja (v preprogah, pohištvu, zavesah, pižamah, obleki, dekah itd.) ter tudi v umetnih brezalkoholnih pijačah, pekarskih izdelkih, pesticidih in nekaterih zdravilih. Ne pozabimo še na plastična ohišja za računalnike … **Ena od posledic zastrupljenosti telesa z bromom je povišan holesterol.** **Še veliko hujša posledica pa je okvarjeno delovanje ščitnice! Žal pa tega od endokrinologa ne boste slišali.**

Tudi klor je prisoten marsikje, od vode iz pipe do plastike, kopalniških zaves, čistil za kemično čiščenje, dezinfekcijskih sredstev, belil in kemikalij za razmaščevanje kovin. Najdemo pa ga tudi v sintetičnem tekstilu, umetnih gnojilih, insekticidih, barvilih in celo zdravilih. Tudi bazenske vode ne smemo pozabiti. Klor se sicer nahaja tudi v kuhinjski soli, ki je po kemijski sestavi natrijev klorid, vendar ta klor sam po sebi ni problem, škodljiva pa je seveda kuhinjska sol, saj je rafinirana, torej procesirana.

Toda sol je nekaj, kar telo nujno potrebuje, zato se ne odrekajte njeni uporabi, le škodljivo kuhinjsko sol nadomestite z neprečiščeno himalajsko, kameno ali katero drugo naravno soljo, ki vsebuje še vse minerale, ne pa zgolj natrija in klora. **Takšno naravno, zdravo sol je v količini nekaj gramov priporočljivo uporabiti vsak dan**.

Podobno kot brom in klor je tudi fluor zelo razširjena spojina. Precej bolj, kot ste morda mislili. Ne najdemo ga le v zobnih pastah, ustnih vodicah in sorodnih izdelkih, pač pa tudi v žvečilnih gumijih, ustekleničeni vodi, industrijsko narejenih sadnih sokovih, instant čajih, žimnicah, insekticidih, pesticidih, celi vrsti čistil, v loščilih za čiščenje kroma in avtomobilskih platišč in v premazih na pohištvenem tekstilu za preprečevanje madežev in odbijanje tekočin, predvsem pa skoraj v vsaki procesirani hrani ter v cepivih in tudi antibiotikih. **Najpogostejši vir fluora v vsakem domu pa so gospodinjska čistila in posoda s teflonskim premazom – vključno s pekači za mafine**, žar opekači za pripravo popečenih sendvičev in drugih jedi, električnimi ponvami in podobno. **Ta posoda ob vsaki uporabi spušča strupene pline, ki lahko povzročijo smrt manjših domačih živali, recimo ptic in papagajev, znani pa so tudi primeri zastrupitve dojenčkov.**

Ob gornjem seznamu strupenih predmetov in živil postane malo bolj jasno, zakaj trdim, da je 99 % izdelkov na policah trgovin škodljivih in strupenih.

**Dobrodošli v svet, ukrojen po meri megakorporacij**.

Za fluorirane spojine je že iz prejšnjih študij dobro znano, da so škodljive za razne telesne sisteme, med drugim povzročajo astmo, skeletalno in zobno fluorozo, zlome kosti, možganske poškodbe in zniževanje inteligentnosti, poslabšanje spomina, razvojne možganske napake pri zarodkih, okvare vida, vedenjske spremembe, prebavne težave in bolezni, preobčutljivostne reakcije, bolezni ščitnice, moško neplodnost, motne delovanja endokrinih žlez, bolezni ledvic, srčnožilna obolenja, diabetes in rak.

Skupno je imela študija, omenjena na začetku, 4.000 udeležencev obeh spolov, v starosti od 20 do 84 let, in vsi so bili redno izpostavljeni tem problematičnim čistilom.

**Kljub temu so bile najbolj prizadete ženske, verjetno zaradi vpliva fluora na ženski hormonski sistem, ki ni enak kot pri moškem**.

A čeprav je pri moških redko prišlo do pojava osteoartritisa, to ne pomeni, da bi morali moški v slovenskih domovih zato postati dežurne čistilke.

**Edina prava rešitev je, da se fluora v največji možni meri znebite: preidite na izdelke za zobno nego brez fluora, zavrzite teflonske posode in premo, ne dajajte več oblačil v kemično čiščenje ter nabavite ekološka čistila ali si čistila doma izdelajte sami.**

Nekaj zamisli najdete v spodnjih linkih, večino potrebnih zadev pa lahko opravite s pomočjo belega alkoholnega kisa, 3% vodikovega peroksida in sode bikarbone. Poleg fluora, klora in broma se s tem izognete tudi rakotvornim sintetičnim vonjavam v agresivnih tovarniških izdelkih, saj lahko domača čistila odišavite z eteričnimi olji in si tako med čiščenjem celo dvignete energijo.

vir: wearechange.si