

# BISFENOLI

## KAS MAN IR JĀZINA?

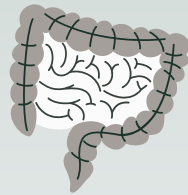
### IESPĒJAMIE AVOTI

Plastmasas galda piederumi  
Bundžas  
Rotālijas  
Zobārstniecības materiāli

Darba vide (bisfenola A ražošana)  
Piesārņots gaiss un putekļi

Darba vide (čeku/kvišu apstrāde)  
Drošības aprīkojums  
Tekstilizstrādājumi

### KĀ BISFENOLI VAR IEKĻŪT MANĀ ĶĒRMENĪ?

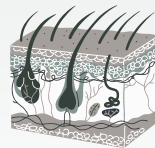


#### CAUR GREMOŠANAS TRAKTU

Uzturs ir galvenais bisfenola A avots



#### CAUR ELPCEĻIEM



#### CAUR ĀDU

### KĀ BISFENOLI VAR IETEKMĒT MANU VESELĪBU?

**Neuroattīstības** ietekme (bisfenols A)

Ar **hormoniem** saistīti **vēža riski** (bisfenols A)

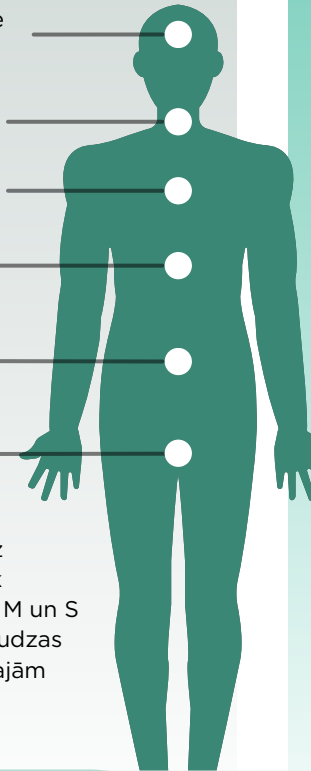
**Imūnattīstības** ietekme

**Sirds un asinsvadu** slimības (bisfenols A)

**Aptaukošanās** un **vielmaiņas** slimība

**Neauglība**

Sniegtā informācija galvenokārt attiecas uz bisfenolu A. Tomēr tiek pieļauts, ka bisfenoli F, M un S var veselībai izraisīt daudzas no tām pašām negatīvajām sekām kā bisfenols A.



### KĀ ES VARU SAMAZINĀT BISFENOLU IEDARBĪBU?



Neizmanto bisfenolu saturošus plastmasas traukus **mikroviļņu krāsnīs**.



Ierobežo **polikarbonāta trauku lietošanu** karstiem ēdieniem vai dzērieniem.



Neizmanto **bojātus plastmasas traukus** pārtikai.



Samazini ietekmi uz **zīdaiņu uzturu** - bērniem izvēloties bisfenolu A nesaturošus produktus.



Samazini **konservētu pārtikas produktu** patēriņu.



Izmanto **stikla** vai **nerūsējošā tērauda pudeles**.



Ēdienam izmanto **metāla** vai **keramikas šķīvjus**.



Izmanto produktus tikai tam paredzētajam mērķim.



### KUR BISFENOLI IR SASTOPAMI?

Bisfenols A ir sastopams polikarbonāta **plastmasas traukos**, kā arī **epoksīdsveķos**, kas pārklāj **metāla iepakojuma iekšpusi**. Bisfenols A var nonākt organismā no pārtikas vai dzērieniem, kas bijuši saskarē ar šāda veida materiāliem, vai caur ādu, piemēram, saskaroties ar **termopapīru**. Alternatīvie bisfenoli, piemēram, bisfenols S un bisfenols F, arī tiek izmantoti **plastmasas un termopapīra ražošanā**, īpaši pēc bisfenola A lietošanas ierobežošanas.

Faktu lapa angļu valodā tapusi šāda projekta ietvaros:



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 733032

Faktu lapa latviešu valodā tapusi valsts pētījumu programmas projekta ietvaros:



"Latvijas cilvēka biomonitoringa programmas izveide - HBM4LV" (projekta/līguma nr. VPP-VM-Sabiedrības\_Veselība-2023/4-0001), kas finansēts no valsts budžeta līdzekļiem.

*Eiropas Savienība ir veikusi pasākumus, lai samazinātu bisfenola A ietekmi uz iedzīvotājiem un novērstu nepiemērotu aizstāšanas risku, piemēram, aizliedzot bisfenola A lietošanu zīdaiņu pudelēs visās ES valstīs kopš 2011. gada un nosakot maksimālo bisfenola A daudzumu, kas drīkst izdalīties no rotaļlietām, kas paredzētas bērniem līdz trīs gadu vecumam un no jebkurām rotaļlietām, kuras paredzētas ievietošanai bērna mutē. Plašākai informācijai par bisfenoliem un kā Eiropas Savienība aizsargā iedzīvotājus, skat. HBM4EU sadaļu "HBM4EU bisfenolu fakti lapa".*