



Появление малыша на свет – огромное счастье в жизни каждого родителя. И в первые годы его жизни важно поддерживать чистоту в доме не только эффективными, но и безопасными методами. Чтобы узнать, как выбрать безопасные моющие средства для уборки, мы обратились к экспертам «Экологического союза».

Кузнецова Евгения, Плотникова Екатерина

Ищем экомаркировку!

Первое, что должна искать каждая мама на упаковке моющего средства, - это экомаркировки (специальный знак/символ, который гарантирует, что товар прошел строгую проверку в независимой организации, признанной на международном уровне). Если вы обнаружили хоть одну из приведенного списка («Листок жизни» «Северный лебедь», «Европейский цветок» и другие) - будьте уверены, что данный вид продукции безопасен. Даже если в экомаркированном средстве содержится компонент, который является нежелательным (о них речь пойдет дальше), паниковать не стоит. Надежная

Официальный сайт журнала «Мама и малыш» от 6 марта 2017 г.

экомаркировка присваивается товару только в том случае, если продукция прошла строгие проверки рецептуры.



Что делать, если экомаркированных средств нет в шаговой доступности? Внимательно читать состав продукта. Во всех этих сложных химических соединениях разобраться непросто, поэтому мы составили список опасных веществ, которых следует избегать.

КАК ВЫБРАТЬ БЕЗОПАСНЫЕ МОЮЩИЕ СРЕДСТВА?

Ищем экомаркировку!



Россия



Скандинавия



Страны ЕС



Сингапур



Италия



Франция



США



Бельгия

Безопасная стирка: с порошком или гелем?

Составляющие стирального порошка могут оставаться на одежде и белье, а значит, способны вызвать раздражение на нежной коже малыша. Самыми трудновываемыми из ткани являются **ПАВы** (поверхностно-активные вещества), особенно анионные. Но избежать их в порошках, к сожалению, невозможно. Поэтому нужно выбирать такие средства для стирки, где концентрация анионных пав (А-ПАВ) менее 5%. А остальных ПАВ не больше 15%!

Однозначно не стоит покупать для детской стирки порошки с **консервантами**. По этой причине лучше отказаться от жидких средств. В них всегда есть консерванты, пусть даже относительно безопасные. А сухие порошки без консервантов существуют.

Не следует покупать **ароматизированные и подкрашенные** порошки (даже предназначенные для деликатной стирки). Ароматизаторы (отдушки) и красители часто являются раздражающими компонентами и могут вызвать аллергию.

Также не рекомендуется выбирать средства с **оптическими отбеливателями**. Они могут быть опасны для кожи малыша, если останутся в ткани после стирки. В качестве альтернативы можно использовать порошок с кислородсодержащими отбеливающими компонентами. Они допустимы, но не стоит пользоваться таким средством регулярно.



Официальный сайт журнала «Мама и малыш» от 6 марта 2017 г.

Если же в составе средства для стирки вы нашли такие ингредиенты: **фосфонаты, фосфаты, ЭДТА (Трилон Б)**, сразу же верните его на полку магазина. ЭДТА (этилендиаминтетрауксусная кислота) может вызвать раздражение глаз и кожи, опасна при проглатывании и вдыхании. А фосфаты и фосфонаты вредят окружающей среде. В водоемах эти компоненты нарушают естественный баланс и приводят к их цветению.

Выбираем средства для мытья детской посуды

Выбрать безопасное моющее средство для детской посуды – очень важная задача. Нельзя допустить, чтобы ваш малыш вместе с кашей съел что-то вредное.

В первую очередь избегайте большого количества ПАВ, особенно А-ПАВ (алкилбензосульфокислота, алкилсульфонаты, алкилсульфаты, лаулирсульфат натрия, лауретсульфат натрия). Все эти сложные названия часто не указывают в составе, поэтому следите, чтобы общая концентрация ПАВ (А-ПАВ) была не больше 5%. Содержание остальных ПАВ (алкилполиглицозиды, спирты, например.) – не больше 15%. Чем меньше, тем лучше. ПАВы могут приводить к высушиванию и сильному раздражению кожи.

Консерванты. В жидких средствах для мытья посуды их, конечно, не избежать. Но, по крайней мере, стоит опасаться вот этих:

- **метихлоризотиазолинон и метилизотиазолинон.** Эти два компонента могут привести к раздражению (повреждению) глаз и кожи, опасны при вдыхании, могут повлечь за собой необратимые процессы. А хлорированный компонент опасен и для окружающей среды.
- **бензизотиазолинон** опасен при проглатывании; раздражает кожу, глаза, опасен для окружающей среды.
- **парабены (метилпарабен, например).** Они раздражают кожу и вызывают аллергию.
- **ароматизаторы и красители** – их лучше избегать, даже если они пищевые.

Вполне допустимы такие консерванты, как молочная кислота.

Официальный сайт журнала «Мама и малыш» от 6 марта 2017 г.

Чистая и безопасная кухня

К средствам для уборки кухонных поверхностей можно смело применять все те правила, о которых мы говорили выше. Однако существуют отдельные рекомендации.

Не стоит покупать моющие средства, в составе которых есть хлор (**гипохлорит натрия**, например). Такие компоненты сильно раздражают кожу, глаза, а еще они токсичны при проглатывании. Лучшая альтернатива хлору - кислоты, молочная и лимонная. Они легко смываются, безопасны, а уборка с ними становится не менее эффективной.

Средства для купания ребенка



Самое пристальное внимание следует уделить тем средствам, которые мы используем для ухода за кожей малыша.

Самое раздражающее вещество, как уже стало известно, это ПАВ. Поэтому обязательно рекомендуем избегать:

Официальный сайт журнала «Мама и малыш» от 6 марта 2017 г.

- **лаурилсульфат натрия** - сушит и раздражает нежную кожу. Чуть лучше по характеристикам: **лауретсульфат натрия**. Но все же ищем альтернативы: **лаурилглюкозид, кокамидопропилбетаин, кокосульфат натрия**.
- **ароматизаторы и красители** – нежелательны!
- **консерванты**. Самые нежелательные: **гидантоин – донор формальдегида, метилизотиазолинон, метилхлоризотиазолинон**

Также стоит избегать следующих компонентов: **соли этидроновой кислоты, ЭДТА (Трилон Б)!**

Кроме того, не стоит покупать мыло и шампуни с заявленным **антибактериальным эффектом**. В их составе много компонентов, вредных даже для взрослого. Если ваш муж по незнанию купил такое мыло, заклейте им деревянные окна в дачном доме.

КАК ВЫБРАТЬ БЕЗОПАСНЫЕ МОЮЩИЕ СРЕДСТВА?

Список опасных веществ, которых следует избегать:

А-ПАВ < 5%	Anionic surfactants < 5%
ПАВ < 15%	Surfactants < 15%
Консерванты	Preservative
Красители	Dyes
Ароматизаторы	Flavors
Фосфонаты	Phosphonates
Фосфаты	Phosphates
ЭДТА (Трилон Б)	EDTA (Trilon b)
Алкилбензосульфокислота	Alkyl benzene sulphonic acid
Алкилсульфонаты	Alkylsulfonates
Алкилсульфаты	Alkylsulfates
Лауилсульфат натрия	Sodium lauryl sulfate, SLS
Лауретсульфат натрия	Sodium laureth sulfate
Алкилполиглюкозиды	Alkyl polyglycosides, APG
Спирты	Alcohol
Гидантоин	Hydantoin
Метилизотиазолинон	Methylisothiazolinone, MIT
Метилхлоризотиазолинон	Methylchloroisothiazolinone
Соли этидроновой кислоты	Salt of etidronic acid

Мама на заметку

Помимо основных рекомендаций, описанных выше, мы подготовили полезные советы, проверенные нашими сотрудниками на практике.

1. Общее правило можно сформулировать так: чем короче список компонентов в составе, тем лучше. Но, как и в любых правилах, всегда есть исключение. Поэтому лучше внимательно изучать состав при каждой покупке.
2. Не рекомендуется использовать для ухода за ребенком средства, в которых содержатся растительные и эфирные масла. Дети часто страдают дерматитами и аллергиями, а натуральные компоненты могут быть даже опаснее, чем синтезированные.
3. Периодически детская одежда требует интенсивной стирки при высокой температуре, а ванная и кухня нуждаются в серьезной генеральной уборке. Допустимо использовать ваши любимые эффективные (агрессивные) моющие средства. Однако используйте их как можно реже.
4. Ополаскивайте дважды свою одежду в стиральной машине или вручную. Это немного увеличит количество используемой воды, но поможет избежать оседания вредных веществ на ткани.
5. Посуду лучше мыть в посудомоечной машине, если она у вас есть. Ее плюсы очевидны: посуда отмывается полностью, а вода расходуется достаточно экономно. Кроме того, вы сэкономите свои руки.
6. Если вашему ребенку меньше полугода (он еще не ползает и не ест взрослую пищу), не стоит использовать мыло и шампуни при ежедневном купании, за исключением мыла для подмывания. Дело в том, что кожа младенца очень тонкая, а обмен веществ в организме интенсивный. Поэтому все то, что попадает на кожу малыша, моментально оказывается в кровотоке и попадает в печень, увеличивая на нее нагрузку. Лучше использовать как можно меньше детской косметики, во всяком случае, первое время.

мама и МАЛЫШ

Официальный сайт журнала «Мама и малыш» от 6 марта 2017 г.

7. И последний совет: чтобы сэкономить свое время в походах по магазинам, советуем вам также загрузить мобильное приложение «Экополка». Это незаменимый помощник в выборе безопасных средств для дома.