

## مواد شیمیایی در لوازم آرایش

گرچه مواد شیمیایی در محصولات آرایشی باعث می شوند که ما ظاهر، احساس و بوی بهتری داشته باشیم، تحقیقات بطور جدی نشان می دهند که برخی از این مواد شیمیایی اگر به میزان معینی استفاده شوند، در بروز سرطان در افراد نقش دارند. اما از آنجایی که محصولات آرایشی-بهداشتی دارای ترکیب متنوعی از مواد شیمیایی هستند، تقریباً غیرممکن است که بتوان بطور مشخص رابطه علت و معلول در مورد هر یک ماده شیمیایی به تنهایی نشان داد.

با این وجود، بسیاری از این مواد شیمیایی عوامل مختل کننده هورمون ها هستند. عوامل مختل کننده هورمون ها می توانند روی عملکرد استروژن و هورمونهای دیگر در بدن تاثیر بگذارند، و با مسدود کردن یا تقلید از هورمون ها، تعادل هورمونی بدن را در هم بریزند. از آنجایی که استروژن می تواند باعث ایجاد و رشد گیرنده هورمونی مثبت برای سرطان پستان بشود، بسیاری از زنان ترجیح می دهند که میزان تماس خود را با این مواد شیمیایی مقلد استروژن محدود سازند.

### اقداماتی که شما می توانید انجام دهید:

با آنکه محصولات آرایشی و بهداشتی از ترکیب مواد گوناگونی ساخته می شوند، دو دسته از مواد شیمیایی در رابطه با سرطان پستان مورد پژوهش هستند.

- **پارابن ها** ( رایج ترین آنها متیل پارابن، پروپیل پارابن، اتیل پارابن، و بوتیل پارابن هستند) مواد شیمیایی هستند که به عنوان نگه دارنده در بسیاری از محصولات آرایشی، از جمله آرایش صورت، کرم های مرطوب کننده، محصولات مراقبت از مو، و کرم/ژل تراشیدن مو به کار می روند (بیشتر تولیدات ضد عرق و ضد بو فاقد پارابن هستند). پارابن ها می توانند از منافذ پوست عبور کرده و همانند استروژن بسیار ضعیف در بدن عمل کنند و شاید حتی رشد گیرنده هورمونی مثبت برای سرطان پستان را فعال سازند. پارابن ها در بافت های پستان و سرطان های پستان یافت شده اند، اما این واقعا چندان معنادار نیست. پارابن ها به خاطر مصرف گسترده آنها در بسیاری دیگر از بافت ها یافت می شوند.
- **فتالات ها** معمولا برای ماندگاری رنگ و کاهش شکنندگی در لاک ناخن و اسپری مو استفاده می شوند. آنها همچنین جزئی از عطر بسیاری محصولات آرایشی-بهداشتی و تمیز کننده ها هستند. فتالات ها مختل کننده هورمونی هستند. فتالات ها کاملا شبیه استروژن عمل نمی کنند اما آنها می توانند تعادل هورمون های دیگر مانند تستوسترون را که با استروژن واکنش دارند، در هم بریزند.

برای کاهش تماس تان با پارابن ها و فتالات ها در مواد آرایشی:

- برای بررسی محصولات آرایشی از تارنمای گروه کاری محیط زیست (Skin Deep) بازدید کنید. محصولات آرایشی توسط این گروه کاری بر اساس رابطه مواد تشکیل دهنده آنها با سرطان، حساسیت ها، و دیگر مشکلات نمره خطر می گیرند. این گروه کاری یک سازمان مدافعه گری سلامت محیط زیست در امریکاست.
- کارزار برای محصولات آرایشی بی خطر (که با همکاری گروه کاری بالا انجام می گیرد) یک موافقتنامه اختیاری با عنوان «پیمان محصولات آرایشی بی خطر» تهیه کرده است. شرکت هایی که این پیمان را امضا می کنند، می پذیرند که همه تولیدات شان "بدون آن دسته از مواد شیمیایی باشد که عامل شناخته شده یا بسیار مشکوک در ایجاد سرطان، تغییرات ژنتیکی، یا نقص عضو مادرزادی هستند." این پیمان اکنون به روی شرکت های جدید بسته است، اما «کارزار برای محصولات آرایشی بی خطر» در حال آغاز یک برنامه جدید است. تا هنگام راه اندازی آن برنامه، از تارنمای Skin Deep بازدید کنید تا شرکت های آرایشی را که همخوان با این پیمان عمل می کنند و محصولات آنها را ببینید.

منبع:

<http://www.breastcancer.org/risk/factors>