

DEMOCOPHES resultater i DK

På de efterfølgende sider er en opsummering over de målte stoffer, som hver efterfølges af tabeller med de danske gennemsnitsværdier. I de tilfælde hvor stofferne også er målt i de andre medvirkende EU lande er også angivet en Europæisk værdi. Generelt gælder det, at de danske resultater svarer til eller ligger under, hvad der er fundet i andre lande, med undtagelse af kviksølv, som skyldes det høje indtag af fisk i Danmark.

Det er første gang denne type målinger gennemføres i Danmark. Man mangler fortsat viden om alle kilderne til de forskellige kemikalier, og hvilke eventuelle helbredseffekter de kan have. Derfor vil de individuelle resultater hverken kunne sige noget om nuværende eller fremtidige konsekvenser for helbredet eller hvilke kilder, der potentielt kan være årsag til de målte niveauer i prøverne. Målingerne er desuden kun et øjebliksbillede, der giver koncentrationen lige på det målte tidspunkt. Koncentrationerne varierer fra dag til dag, hvorfor det samlede resultat giver den bedste gennemsnitsværdi.

Kotinin

Hvor kommer det fra? Kotinin er et kemikalie, der dannes i vores krop fra nikotin. Den helt overvejende kilde til nikotin er tobak. Vi udsættes for nikotin ved aktiv eller passiv rygning, ved at tygge tobak eller bruge snus. Der findes også en lille smule nikotin i the og kaffe samt grøntsager som kartofler og kål.

Hvordan måler vi det? Vi måler kotinin i urinen. Det fortæller os om, hvor meget I har været udsat for passiv eller aktiv rygning i den seneste tid.

Kan det være skadeligt? Rygning og udsættelse for tobak kan være skadeligt for mennesker. Hos voksne giver tobaksrøg en øget risiko for kræft, blodpropper og Kronisk Obstruktiv Lungesygdom (KOL – også kaldet "rygerlunger"). Børn udsat for tobaksforurenede luft får oftere astma, allergi, lungebetændelse, hoste eller åndenød. Tobaksrygning i graviditeten kan medføre for tidlig fødsel, at fostret ikke vokser nok i livmoderen eller spædbarnsdød.

Hvordan kan vi undgå det? Da kotinin er et mål for udsættelse for tobaksrøg, undgås det ved at mindske udsættelse for tobaksrøg mest muligt.

Kotinin	Danmark	Europa
Børn	0,4 µg/L	0,6 µg/L
Mødre	0,7 µg/L	0,8 µg/L

Cadmium

Hvor kommer det fra? Cadmium er et metal, som findes naturligt nogle steder i jorden. Det bruges bl.a. til batterier og i maling. Vi kommer i kontakt med cadmium både via luft og vand, og igennem den mad vi spiser. Rygere og passive rygere indånder desuden cadmium i cigaretrøgen.

Hvordan måler vi det? Vi måler mængden af cadmium i urin. Indholdet af cadmium i urinen fortæller os om, hvor meget cadmium vi har indtaget gennem længere tid.

Kan det være skadeligt? Det er ikke farligt at have lidt cadmium i kroppen. Men ved større eksponering kan metallet ophobes i kroppen og er forbundet med skader på især nyrerne samt kræftsygdomme.

Hvordan kan vi undgå det? Eksponering kan nedsættes ved ikke at udsætte sig selv og sit barn for tobaksrøg samt ved korrekt afskaffelse af batterier og andet affald, der indeholder cadmium, så man hindrer at cadmium spredes i miljøet. Visse fødevarer kan have et særligt højt indhold af cadmium, herunder indmad (specielt nyrer), nogle vilde svampe samt oliefrø, som hørfrø og solsikkekerner.

Cadmium	Danmark	Europa
Børn	0,01 µg/L	0,08 µg/L
Mødre	0,13 µg/L	0,23 µg/L

Kviksølv

Hvor kommer det fra? Kviksølv er et metal, der udledes til atmosfæren fra naturlige kilder (f.eks. ved oversvømmelser, vulkanudbrud, skovbrande og når vejr og vind slider på klipper) og fra menneskeskabt forurening (f.eks. cementproduktion, fossile brændstoffer og affaldsafbrænding - kviksølv findes fx i gamle termometre). I søer og havet optages kviksølv i alger, som bliver spist af større dyr, og herved sker der en ophobning af kviksølv op igennem fødekæden. Mennesker udsættes for kviksølv, når vi spiser større rovfisk som sværdfisk og tun.

Hvordan måler vi det? Kviksølv bliver målt i håret og giver et billede af udsættelsen for kviksølv gennem de sidste måneder.

Kan det være skadeligt? Der er mange gavnlige helbredseffekter ved at spise fisk, som opvejer indtaget af små mængder kviksølv. Men kviksølv i større mængder kan bl.a. skade vores centralnervesystem og nyrer. Kvinder, der planlægger graviditet, er gravide eller ammende, og børn under 14 år bør være særligt påpasselige med indtag af store rovfisk, da børn er følsomme overfor kviksølv og det ufødte barn kan tage skade af kviksølv.

Hvordan kan vi undgå det? Optaget af kviksølv kan begrænses ved at nedsætte indtagelsen af større rovfisk samt ved korrekt bortskaffelse af gamle termometre, sparepærer og andet affald, der indeholder kviksølv.

Kviksølv	Danmark	Europa
Børn	0,270 µg/g	0,144 µg/g
Mødre	0,435 µg/g	0,231 µg/g

Bisphenol-A

Hvor kommer det fra? Bisphenol-A er et kemikalie, der bl.a. er en bestanddel af den hårde, klare plasttype polycarbonat, der anvendes til fx kildevandskølere, samt ved fremstilling af lak til indvendig beklædning af konservesdåser. Desuden findes bisphenol-A i kassebønder. Vi bliver hovedsageligt udsat for bisphenol-A ved at indtage mad el. drikkevarer, som har været pakket i dåser eller opbevaret/opvarmet i polycarbonat plastbeholdere.

Hvordan måler vi det? Bisphenol-A omsættes hurtigt i kroppen og udskilles i urinen, hvor vi måler det.

Kan det være skadeligt? Bisphenol-A er mistænkt for at være hormonforstyrrende, og det diskuteres, om bisphenol -A i meget små mængder er skadelige for mennesker. Flere undersøgelser på området er nødvendigt før man kan sige om de mængder vi udsættes for reelt er skadelige.

Hvordan kan vi undgå det? Nedsætte indtagelse af mad og drikke konserveret på dåser eller opvarmet / opbevaret i polycarbonat plastbeholdere.

Bisphenol A	Danmark	Europa
Børn	1,7 µg/L	1,96 µg/L
Mødre	2,1 µg/L	1,94 µg/L

Ftalater

Hvor kommer de fra? Ftalater er en stor gruppe af kemikalier, som primært bruges til at gøre PVC plast blødt. Vi kan blive udsat for ftalater via mad og drikkevarer, ved frigivelse af ftalater fra emballagen, og via indånding i lokaler med møbler, gulve og vægge af plastik. Børn har ofte en højere udsættelse for ftalater, fordi de i langt højere grad putter deres hænder eller ting af plastik i munden.

Hvordan måler vi det? Ftalater omsættes hurtigt i kroppen og udskilles i urinen, hvor vi måler det.

Kan det være skadeligt? I dyreforsøg er det vist, at nogle ftalater er hormonforstyrrende, derfor er der gjort meget for at mindske udsættelsen for ftalater. Dette er gjort bl.a. ved at forbyde nogle ftalater i legetøj og i Danmark vil der blive indført et forbud mod de værste ftalater i en lang række dagligdags produkter.

Hvordan kan vi undgå det? Ftalater binder sig bl.a. til støv og overflader. Jævnlig rengøring nedsætter derfor eksponeringen. Derudover kan man mindske indtagelsen af mad pakket i plastik emballage fremstillet af blødt PVC. Du kan også spørge om indholdet af ftalater ved køb af andre bløde PVC produkter.

Ftalater	Danmark	Europa
MEP Børn	20 µg/L	33 µg/L
MEP Mødre	29 µg/L	46 µg/L
MzBP Børn	7.1 µg/L	7 µg/L
MzBP Mødre	4 µg/L	4,5 µg/L
MNBP Børn	32 µg/L	36 µg/L
MNBP Mødre	20 µg/L	25 µg/L
MiBP Børn	54 µg/L	48 µg/L
MiBP Mødre	37 µg/L	31 µg/L
DEHPm Børn	37 µg/L	47 µg/L
DEHPm Mødre	20 µg/L	30 µg/L

Parabener og triclosan (kun målt i Danmark)

Hvor kommer de fra? Parabener og triclosan er konserveringsmidler, der tilsættes kosmetik, sæbe og cremer. Vi udsættes for disse kemikalier, f.eks. når vi bruger sminke, vasker os eller bruger lotion på huden. Parabener kan desuden findes i lægemidler og fødevarer, og triclosan kan også findes i nogle rengøringsmidler.

Hvordan måler vi det? Både parabener og triclosan omsættes hurtigt i kroppen og udskilles i urinen.

Kan det være skadeligt? Nogle parabener mistænkes for at være hormonforstyrrende, og Triclosan er mistænkt for at kunne udvikle resistens hos bakterier.

Hvordan kan det undgås? Benyt så vidt muligt svanemærkede produkter.

	Methyl paraben	Ethyl paraben	Triclosan
Børn	3 µg/L	0,4 µg/L	0,46 µg/L
Mødre	14 µg/L	0,89 µg/L	0,64 µg/L

Benzophenon-3

Hvor kommer det fra? Benzophenon-3 er et kemisk UV-filter, som findes i solcremer, og andet kosmetik, hvor det beskytter huden mod solens stråler. Vi udsættes for benzophenon-3 gennem huden, når vi bruger disse produkter – alle cremer med svanemærket indeholder dog ikke benzophenon-3.

Hvordan måler vi det? Benzophenon-3 omsættes hurtigt i kroppen og udskilles i urinen, hvor vi måler det.

Kan det være skadeligt? Benzophenon-3 kan give allergi ved hudkontakt. Derudover er stoffet mistænkt for at være hormonforstyrrende, men der mangler viden på området.

Hvordan kan det undgås? Benyt så vidt muligt svanemærkede produkter.

Benzophenon-3	Danmark
Børn	1,8 µg/L
Mødre	3,7 µg/L