



Preverite iz kakšne plastenke pijete in jeste

Pri nakupu embalirane vode in različnih sokov bodite posebej pozorni tudi na oznake na plastenkah, saj so nekatere od snovi v njih škodljive zdravju. Trikotnik s številko v sredini pove, iz katerega materiala je plastenka narejena. Večina plastenk, v katerih prodajajo ustekleničeno vodo za enkratno uporabo ima oznako 1, plastične posodice, kozarci in skodelice za otroke pa imajo oznako 7. Z uporabo teh plastenk ogrožate svoje zdravje in zdravje vaših otrok. Preverite torej iz česa jeste in pijete.

Nevarna plastika ima oznake:

- **1 PET/PETE (Polietilen tereftalat):** Najpogosteje to oznako vsebujejo plastenke za enkratno uporabo. Pri teh plastenkah obstaja nevarnost izločanja težkih kovin in potencialno kancerogenih (rakotvornih) snovi kot sta acetaldehid in DEHA.
- **3 V/PVC (polivinilklorid):** V vodo spušča dve strupeni kemikaliji (DEHP in BPA ali bisfenol-A), ki obe motita delovanje hormonov, kljub temu pa se veliko uporabljata pri izdelavi plastenk.
- **6 PS (polistiren):** Plastika v vodo spušča stiren, ki je kancerogena snov in lahko povzroča slabo počutje, glavobol, zmedenost, omotičnost. Uporablja se v kavnih skodelicah za enkratno uporabo in embalažah hitre prehrane.
- **7 PC/PLA ali brez oznake (polikarbonat):** Plastika narejena iz BPA (industrijska kemikalija, ki lahko v večji izpostavljenosti ogroža zdravje) je najslabši možni izbor. Nahaja se v plastenkah za dojenčke, bidonih, aparatih za vodo in posodah za shranjevanje hrane.

Resnična dejstva

- Danes za vse večje število kemikalij ugotavljajo, da lahko tudi najmanjše količine, sprožajo neželene posledice.
- Koncentracije nevarnih snovi v plastenkah se povečujejo, če je voda v njih dlje časa ter če jih shranjujemo na soncu in svetlobi. Ustekleničena voda je, da bi preprečili razvoj mikroorganizmov v njej, tudi UV-obsevana.



- Dodaten razlog za izogibanje vnovični uporabi PET-plastenke za prenašanje vode je morebitna bakteriološka oporečnost. Pri prvem polnjenju bakteriološko čistost večinoma zagotavljajo z UV-obsevanjem. V plastenki pa lahko nastane tudi gojišče mikroorganizmov.

Plastične mase, ki ne **oddajajo kemikalij v vodo**, so označene s trikotnikom, v katerem je zapisana številka **2, 4, 5 ali z oznakami HDP, HDPE, LDPE ali PP**. Katera koli posoda iz teh vrst plastike je boljša rešitev od uporabe PET-plastike. Najboljše pa je, če vodo prenašamo v steklu.

Oznake, ki jih lahko vidimo na dnu plastenke:



Nasveti, če kupujete embalirano vodo

- Preverite, ali ima vaša voda vonj po plastiki. Tudi, če je komaj zaznaven, odložite plastenko. Nikakor ne pijte te vode.
- Embalirano vodo ne puščajte na vročini ali sončni svetlobi. Vročna plastika hitreje izpušča kemikalije.
- Ne kupujte vode, ki stoji na polici več kot 6 mesecev. Prah vsekakor ni dober znak.
- Plastenke za enkratno uporabo ne uporabljajte večkrat. Ne le da so gojišče bakterij, precej hitro se začnejo tudi razgrajevati, kar lahko pomeni izločanje kemikalij.

Viri: - <http://www.moski.si/sodoben-moski/moje-zdravje/snovi-v-plastenkah-so-strupene/>

- <http://hajskul.com/blog/2014/08/04/poznas-oznake-na-plastenkah/>

- <http://www.zavod-terapevtika.si/blog/2011/07/voda-in-plastenke/>