

Какой вред здоровью наносят пластиковые бутылки?



→ Вода из пластиковых бутылок опасна для здоровья. Как показали исследования немецких ученых, в воду из пластика попадают химические вещества, подобные по химическому составу женскому гормону эстрогену, что негативно влияет на эндокринную систему. Исследователи из Франкфуртского университета им. И.В. Гете изучали образцы минеральной воды, выпускаемой в Германии под 20 брендами. Девять из них выпускали в пластиковых бутылках из полиэтилена терефталата, еще девять – в стеклянных емкостях, а последние два – в комбинированной упаковке из пластика и бумаги.

Целью исследований было выявить наличие бисфенола А, который, помимо токсического, оказывает эстрогеноподобное действие. Затем был проведен эксперимент по изучению влияния воды, содержащей бисфенол А, на пресноводных улиток. Наличие данного ксенобиотика с эстрогеноподобной активностью выявили в 60% всех изъятых образцов. Максимальная концентрация по активности была эквивалентна 75,2 нг естественного полового гормона 17β-эстрадиола на 1 л воды. По данным исследований, в 33% образцов воды из стеклянных бутылок, в 78% – из пластиковых емкостей и в двух образцах из комбинированной упаковки выявляли значимую гормональную активность. Кроме того, улитки, которых поместили в воду из пластиковых бутылок, размножались значительно интенсивнее. Это свидетельствует о том, что химические вещества, попадающие в воду из пластика, действуют по своей структуре подобно половым гормонам. Это было первое исследование, которое показало, что вещества, проникающие в пищу и воду из пластиковой упаковки, могут реализовать эстрогеноподобное действие. Ряд ученых высказывают опасения, что ксенобиотик (бисфенол А), содержащийся в пластике, представляет угрозу для здоровья человека.

Каждый год в США производится более 6 млрд пластиковых бутылок, в которых содержится бисфенол А. У лиц, которые употребляют воду и другие напитки из пластиковых бутылок, повышается риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, особенно значимо возрастает вероятность возникновения онкологических заболеваний репродуктивной системы. Исследователи настоятельно рекомендуют беременным не употреблять напитки и пищу, упакованные в пластиковые емкости, поскольку это крайне опасно для плода по причине возможного появления врожденных дефектов. Также ученые

предполагают, что бисфенол А может изменить структуру ДНК. Другое исследование с участием 1455 взрослых людей показало, что в моче 92,6%

из них содержится бисфенол А, попавший в организм с питьевой водой или напитками.

Мнения относительно негативного воздействия ксеноэстрогена бисфенола-А высказываются достаточно давно. Ученые Национальной токсикологической программы США несколько лет назад сообщали, что у животных, задействованных в экспериментах с этим ксенобиотиком, наблюдалось ускорение полового созревания, существенно влияющее на поведение, а также провоцирующее развитие рака предстательной и грудной железы. Кроме того, они показали, что высокие концентрации бисфенола-А негативно влияют на качество спермы и внутриутробное развитие плода. В ряде работ установлено, что употребление питьевой воды из пластиковых бутылок вызывает депрессию и наносит серьезный вред здоровью, – к такому выводу пришли эксперты из Европы и Бахрейна.

Основанием для подобного беспокойства послужили работы профессора Вильяма Шотика из университета в г. Хейлдерберге (Германия). Он обнаружил в питьевой воде, хранящейся в пластиковых бутылках, сурьму. Количество сурьмы во взятых образцах было незначительным и соответствовало существующим европейским нормам по содержанию примесей в питьевой воде. Однако сравнительные исследования показали, что содержание сурьмы в питьевой воде, которая хранится в стеклянных бутылках, в 30 раз меньше аналогичного показателя для воды, выпускаемой в пластиковых емкостях.

Дело в том, что сурьма используется при производстве пластика, из которого изготавливаются бутылки. С течением времени данный элемент постепенно вымывается из пластика и поступает в воду, поэтому его содержание прямо зависит от длительности нахождения жидкости в пластиковой упаковке и температурного режима. В низких концентрациях сурьма может вызвать депрессию, в высоких – поражение почек. Несмотря на то что содержание сурьмы в воде из пластиковой упаковки было ниже токсического, ученые начали проводить исследования о возможных последствиях длительного воздействия этого элемента на организм человека.

Исследования профессора В. Шотика обеспокоили специалистов из Бахрейнского университета, которые начали изучать последствия воздействия сурьмы. В Европе и США постепенно уменьшается количество проданных пластиковых бутылок, однако мировой рынок растет за счет стран Азии, Африки, Восточной Европы и Австралии.

Конечно, в условиях современной жизни трудно оценить влияние пластиковой упаковки на рост онкологической патологии, сердечно-сосудистых заболеваний и других болезней цивилизации. Эксперты приводят несколько

важных рекомендаций по минимизации влияния этого фактора в условиях современной жизни: по возможности следует ограничить употребление напитков из пластиковых емкостей и заменить их на стеклянные, не использовать пластиковые бутылки повторно, не мыть их горячей водой, не нагревать в них напитки и не разогревать еду в микроволновой печи (при нагревании до температуры 20–45 °С выделение бисфенола А увеличивается в 55 раз). ■

Источник: <http://isramedinfo.ru/articles/2/44/>

Новое об известном

Чеснок вдвое уменьшает риск развития рака легких

Ученые из Государственного центра контроля за болезнями провинции Цзянсу (Китай) установили, что употребление чеснока вдвое уменьшает риск развития рака легких, в том числе у курильщиков. К такому выводу исследователи пришли после опроса 1,5 тыс. пациентов со злокачественными новообразованиями и 4,5 тыс. здоровых добровольцев. В рамках анкетирования анализировали рацион, режим дня и наличие у участников вредных привычек.

Результаты показали, что у лиц, которые минимум дважды в неделю употребляют чеснок, риск заболеть раком легких почти в 2 раза (на 44%) меньше, чем у остальных. Соответствующий показатель в группе курильщиков снижался на 30%.

Впрочем, пока не известно, сохраняется указанный протекторный эффект чеснока после термической обработки или нет.



Источник: http://livesmi.com/show-business/8329-chesnok-udvoe-umenshaet-risk-razvitiya-raka-legkih_full.html?fr=b2&2440334

Новое об известном

Какао способствует улучшению памяти



Учеными из университета г. Аквилы (Италия) был проведен эксперимент. Группу добровольцев, состоящую из лиц в возрасте 70 лет, разделили на 3 подгруппы.

Каждый день на протяжении 2 мес респонденты из первой подгруппы выпивали напиток с содержанием какао 45 мг. Добровольцы из второй подгруппы употребляли тот же напиток, но содержание какао в нем составляло до 520 мг, участники третьей подгруппы получали в напитке 990 мг какао.

При помощи тестов ученые проверили способность респондентов усваивать новую информацию и запоминать ее. В результате оказалось, что когнитивные способности, включая память, повысились у опрашиваемых, которые употребляли больше какао. Также у них снизились артериальное давление и сопротивляемость к инсулину.

Ученые объясняют это тем, что в какао содержится флаванол, который способствует притоку крови к мозгу и активизирует когнитивные способности.

Источник: <http://health.mail.ru/news/197239/>