



**نگهداری و استفاده از مواد
خطر آفرین در خانه**

ممنوع

مواد سمی سرطازا و خطرناک در بیشتر خانه‌ها پیدا می‌شود. این مواد ممکن است در ظروف غذا، مواد شوینده، مواد آرایشی یا بسیاری از مواد دیگری وجود داشته باشد که در زندگی روزمره همواره با آنها روبه‌رو هستیم. متأسفانه روند ابتلا به سرطان در سال‌های اخیر افزایش داشته که شاید برخی از عوامل آن را بتوان در خانه‌ها جست‌وجو کرد. مواد زیادی وجود دارند که می‌توانند ما را در معرض خطر ابتلا به سرطان قرار دهند. موادی که گاهی از خطرات آنها بی‌اطلاع هستیم. شاید به همین دلیل است که از نگهداری آنها احساس خطر نمی‌کنیم، در حالی که خطرات ناشی از نگهداری آنها فراتر از حد تصور ماست.

خوشبوکننده‌های هوا

بیشتر خوشبوکننده‌ها از نفتالین و فرمالدئید تشکیل شده‌اند. موادی که می‌توانند باعث بروز سرطان شوند. همچنین وجود بعضی مواد شیمیایی دیگر در این خوشبوکننده‌ها گاهی می‌تواند سلامت انسان را به خطر بیندازد یا ناپایمانی اگر شما هم جزو آن دسته از افرادی هستید که به خوشبو بودن خانه یا اتاق‌ها اهمیت می‌دهید، از فکر این خوشبوکننده‌ها بیرون بیاورید و روغن‌های معطر طبیعی را جایگزین آنها کنید.

گلوله‌های نفتالین

شاید ندانید، اما این گلوله‌های بدبوی ضدبید سرطازا هستند. بوی نفتالینی که از گمد یا لباس‌های شما به مشام می‌رسد به این معناست که مواد خطرناکی در حال ورود به ریه‌های شما هستند.

حشره‌کش‌ها و آفت‌کش‌ها

با گشت و گذار در بازار، حشره‌کش‌های زیادی می‌یابید که گفته می‌شود با استفاده از آنها به راحتی می‌توانید از شر سوسک و مورچه و حشرات موزی خلاص شوید. درست است که حشره‌کش‌ها به خاطر مواد شیمیایی که در آنها به کار رفته، می‌توانند خانه را عاری از حشرات کنند، اما فراموش نکنید که مواد موجود در آنها خطر آفرین و سرطازا هستند. از این رو بهتر است به جای استفاده از حشره‌کش‌ها از مواد طبیعی استفاده کنید. مثل سرکه سفید که تأثیر زیادی در از بین بردن مورچه‌ها دارد.

ظروف پلاستیکی

همه ما این اشتباه را انجام داده‌ایم به این شکل که بعضی اوقات برای نگهداری آب یا غذا از ظروف پلاستیکی استفاده کرده‌ایم. اشتباهی که بهتر است دیگر تکرار نشود. چراکه هر پلاستیکی بی‌خطر نیست و مواد شیمیایی مورد استفاده در برخی ظروف پلاستیکی می‌توانند خطر ابتلا به سرطان را افزایش دهند. از این رو بهتر است آب یا غذا را در اینگونه ظروف نگه نداریم. ضمن اینکه باید طرف‌های پلاستیکی کهنه و آنهایی که خط و خش‌های بزرگ دارند را دور بیندازیم. علاوه بر این، بهتر است ظروف پلاستیکی را در مایکروویو قرار ندهیم، چراکه گرمای آن باعث می‌شود مواد شیمیایی زیادی وارد غذا شوند.

رنگ‌ها

ترکیبات آلی موجود در رنگ‌ها هم بسیار خطرناک هستند. این ترکیبات در هوای خشک می‌شوند و حتی سال‌ها پس از نقاشی خطر سمی بودن خود را حفظ می‌کنند؛ به همین دلیل هنگام خرید رنگ بهتر است دقت لازم را داشته باشید و رنگ‌هایی را تهیه کنید که میزان این ترکیبات در آنها کمتر است.

خشکشویی

همان طور که می‌دانید، در فرایند خشکشویی از مواد سرطازایی همچون بنزن، نفتالین و فرمالدئید استفاده می‌شود که به بویسنده‌های لباس‌هایی که به تازگی از خشکشویی گرفته‌اید، به خوبی می‌تواند بوی آنها را حس کنید. این بو از مواد شیمیایی نشأت می‌گیرد که در فرایند خشکشویی مورد استفاده قرار گرفته‌اند.

شمع‌های معطر

بارفین‌هایی که به طور مصنوعی معطر می‌شوند و دوده ایجاد می‌کنند، بسیار خطرناک هستند؛ بنابراین نباید از آنها استفاده کرد. بهتر است به جای آنها سراغ شمع‌های مومی برویم و از آنها استفاده کنیم.

وسایل نجس موجود در آشپزخانه

با پیشرفت علم و تکنولوژی هر روز شاهد ورود یک وسیله جدید به بازار بوده‌ایم که یکی از آنها ظروف نجس آشپزخانه است. درست است که استفاده از این وسایل به کاهش مصرف روغن می‌انجامد، اما شاید ندانید که می‌تواند خطر ابتلا به سرطان را افزایش دهد. از آن جهت که در سطح این ظروف نوعی اسید وجود دارد که دانشمندان آن را یکی از عوامل ایجاد سرطان کبد عنوان کرده‌اند. از این رو متخصصان توصیه کرده‌اند از این ظروف با استفاده نشود یا کمتر استفاده شود. راه دیگر هم این است که آنها را کنار بگذاریم و به سراغ ظروف ایمن برویم.

ظروف آلومینیومی

ظروف آلومینیومی هم می‌توانند بسیار سمی باشند. براساس مطالعات انجام شده، وارد شدن آلومینوم به غذا ممکن است خطر ابتلا به سرطان و همچنین آلزایمر را افزایش دهد. البته گفته می‌شود ظروف آلومینیومی ضدخش آلوده‌ای شده بی‌خطر هستند و اجازه نمی‌دهند فلز به داخل غذا نفوذ کند.