

<<無孔不入經皮毒>>

图书基本信息

书名：<<無孔不入經皮毒>>

13位ISBN编号：9789571350882

10位ISBN编号：9571350885

出版时间：2009-9

出版时间：時報文化出版企業股份

作者：竹內米久司、稻津教久

页数：256

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<無孔不入經皮毒>>

前言

我們平日攝取的食物，以及每天使用的日用品中，才是蘊含最多有害化學物質的地方。雖然明知以石油製成的化學合成物質會對人體造成不良影響，然而由於原因物質及造成障礙的過程尚未解析，因此不違反安全法規，至今有許多有害化學物質依舊受廠商採用。

政府在相關方面的措施，向來趕不上社會現狀。

從A先生家的清晨開始 AM：0630 洗臉台前A先生家的一天要從媽媽做早餐開始。

媽媽在響亮的鬧鐘聲響中醒來，揉著還有睡意的眼睛走向洗臉台，拿起洗面乳洗臉。

之後用化妝水、乳液簡單地撲臉之後，刷牙，走向廚房準備早餐；爸爸緊接在媽媽後面走向洗臉台。

爸爸面對鏡子，將刮鬍膏噴滿掌心，再仔細地塗在臉上。

爸爸怕刮不乾淨，很細心地刮著鬍子，最後才用洗面乳洗臉。

因為爸爸有齒槽膿漏的毛病，所以他用含鹽分的藥用牙膏細心地刷牙，刷完牙後用漱口水漱口。

他接著把刮鬍水拍在臉頰和下顎，照鏡子檢查儀容，這時候他已經完全清醒了。

最後爸爸用髮油整理髮型，完成每天早上都要做的儀式。

真相：危險物質藏在哪？

光是起床洗臉這段時間，媽媽就要用到洗面乳、化妝水、乳液、牙膏；爸爸則要用到刮鬍膏、洗面乳、藥用牙膏、漱口水、刮鬍水、髮油等化學製品。

各位讀者可知道，這些產品中絕大多數使用提煉自石油的合成界面活性劑？

合成界面活性劑是清潔劑的主要成分，不光是洗面乳，連刮鬍膏、牙膏、化妝水和乳液中都含有這種成分。

合成界面活性劑具有破壞皮膚表面細胞，讓其他化學物質容易滲透肌膚的作用。

而且這些產品中除了合成界面活性劑之外，還包含了儲存料、香料、著色劑等有害的化學合成物質。

在短短幾分鐘內，從皮膚入侵的化學物質只怕不下十餘種。

每天起床時首先要做的洗臉動作，同時也有把危險的化學物質往皮膚上塗抹而讓人覺得恐怖的一面。

A先生家使用的日用品，並非什麼特別的東西，全是在一般超市買得到的物品。

至於各位讀者，如果自身沒有任何症狀，想必也會毫不懷疑地繼續使用石化製品。

或許各位會認為，既然大家都在使用，那應該沒有問題。

然而，有害化學物質的影響，要等到某一天才會突然發作。

尤其原本隱藏在日用品內，會透過皮膚吸收的化學物質。

這種物質是在每天使用的情況下，少量漸漸地累積在體內，花費漫長時間在體內循環的。

因此，這類物質的特徵是要經過長期後才會產生症狀，而且患者缺乏自覺。

如果你有花粉症及皮膚病如果各位讀者有花粉症的症狀，或者經常發生手部皮膚惡化的現象，可能是體內已經累積大量有害化學物質，應當特別留意。

然而，就算沒有發生任何症狀，致癌物質也有可能累積在器官裡，導致細胞癌化。

此外，吸收在體內的環境荷爾蒙也有可能開始作亂。

懷孕婦女應特別小心使用日用品懷孕期間的婦女在使用日用品時，應當格外留意。

據說，有害化學物質會透過母親的胎盤進入胎兒的體內。

目前已知屬於環境荷爾蒙的戴奧辛會透過母乳進入嬰兒體內。

也就是說，我們打從出生時就開始在體內累積化學物質，隨著世代交替，累積的量也越來越多。

<<無孔不入經皮毒>>

內容概要

日本最新的保健醫學概念 人人必知的生活安全守則 小心，你的皮膚每天都在吸「毒」？
！ 卻從來沒有人追究！
日常用品與環境中的有害化學物質， 會經由皮膚吸收而一步步侵蝕健康。
認識「經皮毒」，全力防堵生活中的無形毒害， 是你刻不容緩的保健對策！
知道嗎？
你隨時隨地都可能在接觸「經皮毒」！
媽媽常頭痛、小孩過敏總是好不了，皮膚就是致病的媒介？
生理期來總是痛苦難耐？
洗髮精與潤絲精可能是元兇！
染髮劑會引發貧血或腎功能障礙，你還敢用嗎？
牙膏是導致高血壓等慢性病的遠因？
不可思議的疾病關連！
漱口水可能會致癌？
這絕不是危言聳聽！
嬰兒用濕紙巾與潤膚油會引發幼兒哮喘？
媽媽們一定要看！
用於化妝品的化學物質高達2500種以上，妳還能隨心所欲塗抹嗎？
塑膠中含有環境荷爾蒙，打算生兒育女的女性要小心！
皮膚是人體最大的器官，卻也是最常被忽視的保健關鍵。
「經皮毒」，就是指有害化學物質經由皮膚吸收、侵入體內所造成的毒害。
日常用品中，舉凡洗的、用的、穿的、抹的、擦的、噴的， 都可能隱藏各種不良的化學合成
物質，經由皮膚攝取滲入，濃度超乎想像。
更可怕的是，這些物質不僅侵入於無形，還要比經口攝取或吸進的有害物質，更難代謝排出，
而且不會立刻引發症狀，只是沉默地殘留於器官或皮下組織， 日積月累將嚴重損害健康，並引
發各種棘手的新興疾病！
在本書中，將以淺顯易懂的文字和詳盡明確的圖表，提供三大資訊： 【認識經皮毒】說明經
皮毒的定義、成因、來源、侵入管道和健康危害，讓你培養正確的保健認知。
【判別經皮毒】詳細分析常見生活用品中隱含的毒性威脅，教你提高警覺、建立完善的使用觀念
。
【預防經皮毒】提供對應之道，提醒你從理想的日常飲食和生活習慣著手，有效避毒防毒，為自
己打造強健的預防體質，也為後代子孫提供永續的生存空間。

<<無孔不入經皮毒>>

作者簡介

竹內米久司 東京藥科大學研究所特別專修生（藥理學）、藥學博士；日本藥理學會學術評議員、日本神經精神藥理學會會員。

曾擔任製藥公司研究部長，現職則為安全性情報部門主管。

對於痴呆、癌症、成人病與生活形態或心理健康之間的關係具有深刻見解，除了從事癲癇、躁鬱症、精神不安等治療藥物的研究本業，也經常至各地演講，一貫主張心靈健康與生活及飲食方式密切相關。

近來則潛心研究生活周邊的有害化學物質，並以此為題舉辦演講會和研習會。

著有《臉上有笑容，心中有太陽》。

稻津教久 東京藥科大學藥學院藥學系畢業、藥學博士；現任帝京平成短期大學看護福利系系主任、教授（營養學）、美國生殖生理學會評議員、日本藥理學會評議員、日本藥學會會員等。

目前從事之研究，是以作用於生物體內的藥物（含化學物質）之毒性（有害作用）為主，尤其是加齡相乘毒性及羰基還原酵素為指標（活性、含量、遺傳因子）之累世毒性。

著有《毒理學用語集》、《醫藥毒理學》、《臨床藥物治療學》等。

鄭維欣 輔仁大學翻譯學研究所肄業，一九九五年起擔任兼職譯者，輔仁大學翻譯學研究所專業考試合格。

近期譯作有《羅馬人的故事 ~ X V》（三民書局）、《今日的貓村小姐》（格林文化）、《圖解劍道入門》（華英書局）、《三種真實》（時報）。

<<無孔不入經皮毒>>

書籍目錄

【自序】你的皮膚攝取了什麼物質？

——竹內久米司、稻津教久第一章 什麼是有害化學物質？

以石油為原料的「有害化學物質」 人體雖然有解毒功能； 潛藏在身邊的有害化學物質第二章 皮膚如何吸收經皮毒？

有害化學物質的入侵管道 揭露「經皮毒」的恐怖！

地下鐵毒氣事件 肝臟是抵擋有害物質的攔截器 經皮吸收的濃度超乎想像 容易吸收「經皮毒」的條件 「經皮毒」很容易累積 合成界面活性劑的各種害處 保濕劑和乳化劑中的危險物質 著色劑含有致癌的焦油系色素 殺菌劑難以兼顧安全與穩定 防汗防臭劑會造成阿茲海默症？

第三章 你身邊有哪些經皮毒？

首先，從成分表開始分析 家用清潔劑有多恐怖？

子宮內膜炎與洗髮精有關？

染髮劑造成休克死！

牙膏的黏膜吸收更可怕 化妝品開始標示使用成分 芳香劑美化空間卻有損健康 嬰兒用品是導致過敏的元兇？

濫用醫藥的危險性 塑膠造成的「經皮毒」 「病態建築與校舍症候群」 農藥與殺蟲劑也會傷害作物和人類第四章 生態環境面臨的毒害威脅 我們正在接受人體實驗 家庭廢水造成的水質污染 水銀與有機錫污染 劇毒物質戴奧辛 干擾健康的環境荷爾蒙 環境荷爾蒙對胎兒的威脅 環境荷爾蒙對腦部的影響 從餐具溶解出的環境荷爾蒙 美國五大湖區的PCB污染 環境荷爾蒙傷害了思考能力

當胎盤不再保護胎兒； 如何讓下一代免於毒害？

第五章 我們應當留心的事 不要讓自己變成裝毒的器皿 不買、不用、不製造有害物品 留心你吃了什麼～均衡飲食建構法 善用營養補充劑～攝取完整養分 保護婦孺不受有害物質侵襲～為了下一代！

減少垃圾產量～從今天就起步的環保措施【後記】【附錄1】日用品的毒性 化學物質一覽表【附錄2】疑似干擾內分泌的化學物質【附錄3】經皮入侵、影響全身的化學物質專欄目錄專欄1 經口攝取的機制專欄2 皮膚的構造專欄3 經皮吸收的機制專欄4 人體各部位吸收量的差異專欄5 影響經皮吸收的各種因素專欄6 應留心的有害化學物質1 合成界面活性劑專欄8 應留心的有害化學物質2 保濕劑、著色劑專欄9 應留心的有害化學物質3 殺菌劑、防腐劑、抗氧化劑專欄10應留心的有害化學物質4 金屬專欄11已標示的有害化學物質1 洗衣精、洗碗精、衣物柔軟精專欄12已標示的有害化學物質2 沐浴乳、洗髮精、潤絲精專欄13已標示的有害化學物質3 牙膏、漱口水、假牙清潔劑專欄14已標示的有害化學物質4 化妝品1專欄15已標示的有害化學物質5 化妝品2專欄16已標示的有害化學物質6 嬰兒用品專欄17農藥的化學結構分類專欄18決定性別的機制專欄19免疫系統與過敏

<<無孔不入經皮毒>>

章节摘录

如上一章所述，目前市售的家用清潔劑，絕大多數都是由幾種合成界面活性劑製作的合成清潔劑。

合成界面活性劑是會破壞環保的有害化學物質，會引發的障礙種類繁多。

什麼是「細胞毒性」？

如果從經皮吸收的問題來看，所謂細胞毒性，會破壞細胞膜的作用是最為危險的障礙。

因為細胞膜遭破壞後，不僅界面活性劑本身的毒性，連清潔劑所使用的其他有害物質也會一併入侵。

清潔劑的田鼠實驗根據田鼠實驗結果，背部塗抹合成清潔劑的田鼠會引發肝功能及腎功能等內臟障礙，甚至於造成死亡。

這是因為合成界面活性劑從遭破壞的皮膚細胞入侵後進入血液，最後到達內臟器官，破壞了內臟細胞。

人類的身體較田鼠大，可能不會馬上發生致命的症狀。

不過希望各位讀者能記得，經皮吸收足以引起程度如此嚴重的障礙。

固態香皂其實是「合成香皂」一般大眾不認為固態香皂是合成清潔劑，其實目前市售的固態香皂絕大多數是以合成界面活性劑製作的合成香皂。

不僅如此，絕大多數產品還添加了香料、著色劑等。

天然的界面活性劑只有脂肪酸鈉與脂肪酸鉀兩種。

原本固態香皂很怕溼氣，一放到浴室就會開始融化。

因此形狀穩定持久的固態香皂，代表其中添加了化學物質。

皮膚皸裂時要避免使用該產品我們時常聽說婦女因廚房清潔劑造成手部皮膚皸裂，這也是證實合成清潔劑毒性的一大證據。

這個現象，是合成界面活性劑破壞皮膚皮脂膜與角質層所造成的結果。

這個狀況使得經皮毒物質更加容易入侵人體，患者應當避免繼續使用該當產品。

如果繼續使用的話，有可能引起過敏反應，甚至使異位性皮膚炎發作。

即使沒有產生症狀，皮膚持續暴露在合成界面活性劑下，皮脂膜會脫落，進入容易吸收化學物質的狀態。

這使得患者有與洗髮精或化妝品等其他日用品產生複合障礙的危險性。

洗衣精一樣會經皮吸收洗滌後的衣物在半乾不濕的狀況下會產生異味，代表合成清潔劑的清潔能力不足。

殘留在衣物上的有機物質（多為蛋白質）污垢為細菌提供繁殖的養分，蛋白質分解時的產物因而產生異味。

為了去除這種異味，市面上開始出現使用其他具有殺菌作用化學物質的產品。

然而，添加新的化學物質，也連帶產生新的健康障礙與環境污染。

洗滌後的衣物，或多或少會殘留些沒有洗掉的清潔劑物質。

對於因異位性皮膚炎或過敏性皮膚炎而敏感的人來說，光是接觸到以含有合成界面活性劑的洗衣精洗過的衣物，就能讓他們引發皮膚障礙。

小心螢光增白劑為了冒充洗掉污垢而添加的螢光增白劑也是危險的有害物質。

螢光增白劑的使命，就是在清洗後繼續附著在衣物上，讓衣物看來潔白。

對健康狀態的皮膚來說，從衣物入侵皮膚造成的受害不足為慮。

不過對受傷或生病的皮膚，或者嬰幼兒未成熟的角質層就可能引發障礙症狀了。

日本內閣通商產物省因此禁止在紗布、繃帶、嬰幼兒貼身衣物、圍兜使用螢光增白劑。

在螢光增白劑與除菌劑的效果影響下，洗滌後的衣物看來十分乾淨。

其實衣物上有殘留的污垢與藥劑存在。

殘留在衣物上的合成界面活性劑可能被與衣物接觸的皮膚經皮吸收。

尤其塗有乳霜提高了經皮吸收率的皮膚，或者皮膚護膜不發達的嬰幼兒，有可能被殘留的合成清潔劑引發經皮障礙。

<<無孔不入經皮毒>>

衣物柔軟精的危害讓衣物觸感柔軟的衣物柔軟精之中，採用了分類為「陽離子界面活性劑」的合成界面活性劑。

陽離子界面活性劑具有殺菌作用，但毒性卻是合成界面活性劑之中數一數二的。

與螢光增白劑相同的，衣物柔軟精會在清洗後殘留在衣物上發揮效果。

從毒性的強度考量的話，最好不要對嬰幼兒的衣物使用衣物柔軟精。

⋯⋯

<<無孔不入經皮毒>>

媒体关注与评论

本書列出了多種日用品的毒性，讓讀者可以清楚瞭解，具備了這些常識，才能真正保護自己的健康。

當然，作者也教導大家，攝取均衡的飲食，使人體解毒功能順暢、減輕經皮毒的危害。

想要活得更健康、遠離疾病的威脅，《無孔不入經皮毒》這本書你一定不能錯過。

——資深醫藥記者、國防醫學院講師 / 全嘉莉

<<無孔不入經皮毒>>

编辑推荐

「經皮毒」是日本最新的保健醫學概念，也已經成為深受關注的新興毒害和保健問題，相關書籍、網站和研究活動不勝枚舉，而其對健康的影響更是和現代人的生活息息相關。本書在日本上市時引發熱烈反應，也是第一本介紹這種毒害問題的指標性書籍，透過詳盡的圖表和內容解說，讀者將可建立最核心的「經皮毒」預防保健概念，可說是家庭與個人必備的「經皮毒」保健入門指南。

聯合推薦 台北醫學大學藥學系教授 / 許光陽 資深醫藥記者 / 全嘉莉 台北醫學大學藥學系教授 / 許光陽 中廣董事長 / 趙少康 藥學博士 / 潘懷宗

<<無孔不入經皮毒>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>