生活中的塑化劑

為了讓塑膠變得更柔軟、透明，會添加**塑化劑**，但塑化劑會釋放毒素，也就是俗稱的「環境荷爾蒙」，影響身體健康。因此在使用塑膠製品要特別注意，避免放入口中，避免接觸高溫熱食。

這些生活用品
都可能是
PVC塑膠製品

LIVEWORKSHEETS

Heho

潛伏在生活中的環境賀爾蒙

食／用品種類	可能暴露來源
食品類	• 來路不明中草藥 • 罐頭 • 海鮮類及深海大型魚類 • 動物內臟 • 受工業汙染灌溉的農作物(如鎘米)
食品容器及包裝	• 塑膠袋 • 塑膠器皿 • 寶特瓶及保鮮膜等
清潔或化妝用品	• 香氛沐浴乳／洗髮精 • 各式清潔用品 • 化妝品、保養品 • 香水、口紅、指甲油

LIVEWORKSHEETS

塑化劑對身體的危害

 性早熟	 肥胖	 孕婦早產
 異位性皮膚炎	 生殖功能異常	 女性乳癌

LIVEWORKSHEETS

LIVEWORKSHEETS

預防塑毒四重點

餐前勤洗手

不用塑膠餐具

不用塑膠杯

玩具看認證

LIVEWORKSHEETS

避免塑化劑，我可以這麼做

❶少用塑膠杯裝，自備環保杯	❷少用塑膠容器盛裝熱食

LIVEWORKSHEETS

避免塑化劑，我可以這麼做

❸少用塑膠製品，購買合格的塑膠用品	❹減少使用香味過濃的日用品
R12345 商品檢驗標識 經濟部標準檢驗局 (J)CI 1052790 	

LIVEWORKSHEETS

避免塑化劑，我可以這麼做

❺ 少吃動物內臟、高油脂食物	❻ 吃東西記得洗手

LIVEWORKSHEETS

避免塑化劑，我可以這麼做

❼ 多喝白開水，增加代謝	❽ 多運動，有助代謝身體毒素

LIVEWORKSHEETS