




中研院證實 塑化劑增乳癌罹患率

生活中經常會接觸到塑膠製品，塑化劑有類似女性賀爾蒙的作用，長期使用可能造成乳癌、子宮內膜癌等風險。毒物學專家顏宗海表示，塑膠製品有 1 到 7 號，並不是每種都有塑化劑。

-  最常見的是瓶裝水，材質不耐高溫，不適合放在溫度過高的車內。
-  P V C 的保鮮膜為例，可減少使用，或手摸過就要洗，保鮮膜也盡量不要碰到食物，尤其不要蓋著食物去加熱，就能減少塑化劑下肚。
-  P P 聚丙烯相對較安全，耐高溫可到攝氏 120 度~130 度。

遠離減少吃進塑化劑可以這麼做!

* 外食自備環保餐具

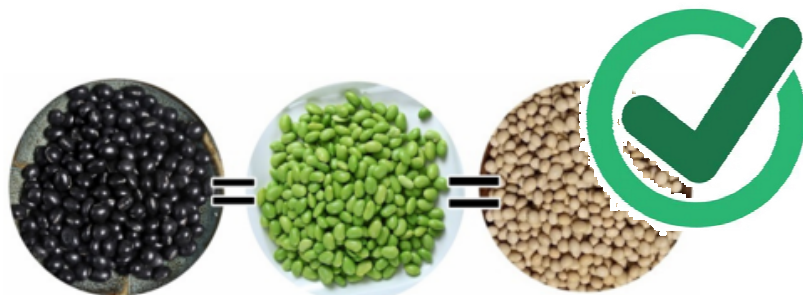
* 外購的無糖飲品，改為環保杯使用












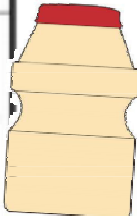


* 多吃高纖為食物，如：蔬果、五穀雜糧等




* 多吃大豆類食物，如：毛豆、黃豆、黑豆

* 多吃天然食物，少吃有包裝的加工食品

* 少吃高油脂及內臟食物



 <p>PET</p>	<p>聚乙烯對苯二甲酸酯 (Polyethylene Terephthalate, PET)，俗稱「寶特瓶」。</p>	
 <p>HDPE</p>	<p>高密度聚乙烯 (High Density Polyethylene, HDPE)</p>	
 <p>PVC</p>	<p>聚氯乙烯 (Polyvinylchloride, PVC)</p>	
 <p>LDPE</p>	<p>低密度聚乙烯 (Low Density Polyethylene, LDPE)</p>	
 <p>PP</p>	<p>聚丙烯 (Polypropylene, PP)</p>	
 <p>PS</p>	<p>聚苯乙烯 (Polystyrene, PS)，若是發泡聚苯乙烯即為俗稱之「保麗龍」。</p>	
 <p>OTHER</p>	<p>其他類，如美耐皿樹脂、ABS樹脂、聚甲基丙烯酸甲酯(俗稱壓克力，PMMA)、聚碳酸酯(PC)、聚乳酸(PLA)、聚醚砜樹脂(PES)及聚苯砜樹脂(Polyphenylene sulfone)等。</p>	

-以塑膠編碼  &  雖可耐高溫，但遇裂質的美耐皿()有可能溶出塑化劑，仍鼓勵民眾自備環保容器。