

# Как выбрать безопасный дезодорант

## Вредные вещества в дезодорантах:

Соединения алюминия (aluminium, zirconium, aluminium chlorohydrate) — блокируют потоотделение. Токсины не выходят — что ведёт к раку в ближайшем месте, в груди. + Альцгеймер и другие хронические заболевания.

Бутан, изобутан, пропан — в дезодорантах с распылителем. Может вызывать аллергию, мигрень.

Полиэтиленгликоль и полипропиленгликоль (PEG, PPG) — пагубно влияет на печень и почки.

ВНТ (канцероген, аллерген) вызывает эндокринные нарушения.

Parfume — используем, чтобы скрыть запах пота, но в итоге аллергии и раздражение кожи. Лучше использовать натуральные отдушки.

Фталаты — нарушения в работе гормональной системы.

Триклозан — антибактериальное действие, скорее убьет полезные бактерии. Уничтожает нашу микрофлору.

Линалоол — вызывает нарушение дыхания и депрессивные состояния.

Многие знают про дезодоранты кристалл. На основе алюмокалиевых квасцев (Potassium alum). Предположительно небезопасны тоже, так как содержат тот же алюминий. Но до конца не изучено.

Выбирать будем дезодорант на основе соды, кукурузного крахмала, кокосового масла, масла ши, растительных компонентов, ментола, эфирных масел.

Про взаимосвязь рака и алюминия:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0946672X16303777>

Попадая в организм, алюминий имитирует действие эстрогена; гормон, который был обнаружен в высоких концентрациях при многих видах рака молочной железы. Это побудило ученых исследовать потенциальную связь

между раком молочной железы и дезодорантами на основе алюминия. Алюминий также может представлять угрозу для людей с пониженной функцией почек, плюс исследование выявило более высокие количества алюминия в мозге пациентов с болезнью Альцгеймера.

## Поэтому

Внимательно читайте состав дезодорантов и смотрите что бы в них не было компонентов, перечисленных выше.

Для удобства выписала список **вредных компонентов** (непонятных слов), которые стоит проверить на наличие в вашем дезодоранте: *Butane, Isobutane, Propane, Aluminium Chlorohydrate, Aluminum Zirconium, Tetrachlorohydrex, PPG-14 Butyl Ether, Fragrance (Parfum), Disteardimonium, C12-15 Alkyl Benzoate, Dimethiconol, Propylene glycol, Fragrance, DIPROPYLENE GLYcol, Blue1* (потенциально содержит Triclosan// , Ethanol , Alcohol Denat, Alcohol

## Список хороших компонентов

**(Coconut oil, shea butter, Baking soda):** *Cocos Nucifera (Coconut) Oil, Butyrospermum Parkii (Shea) Butter, Caprylic/Capric Triglyceride (Fractionated Coconut, Sodium Bicarbonate (Baking Soda), Natural Fragrance, Tocopherol (Vitamin E, Sunflower Derived*

**Кокос** Cocos Nucifera

**Натрия бикарбонат** Sodium Bicarbonate

**Мята перечная** Mentha Piperita

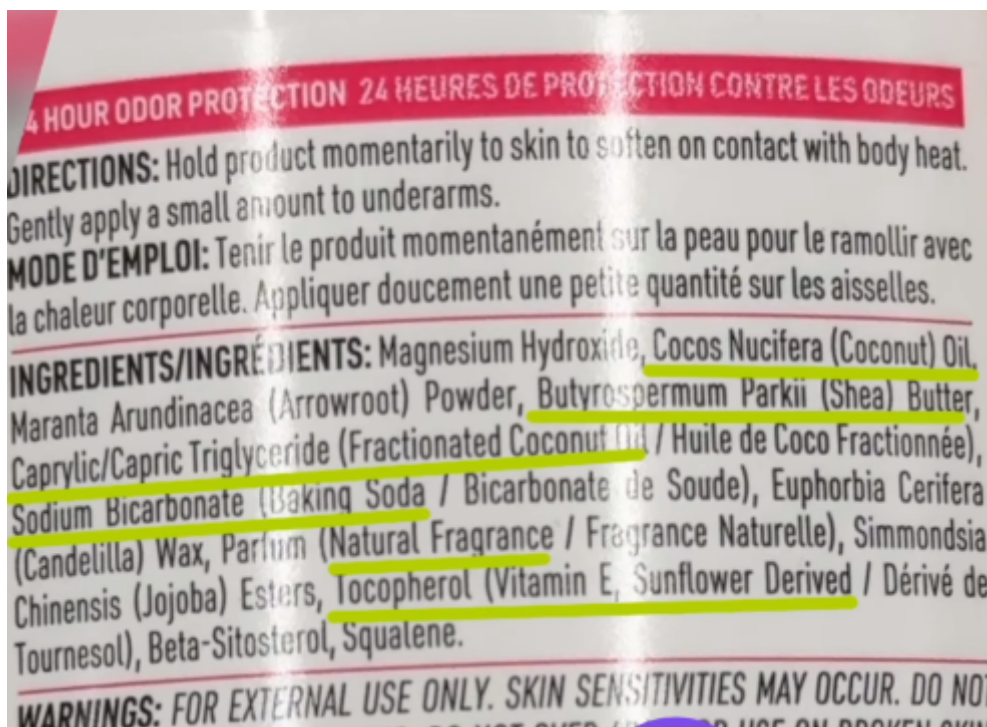
**Лимонен** Limonene

**Кукуруза** Zea Mays

**Карнаубский воск** Carnauba

**Кедр** Cedar

На основе видео: <https://www.instagram.com/p/C2ZgT5sOiFI/>



Автор **заметки**: Мотылёк

Revision #1

Created 14 February 2024 11:14:51 by Тимур

Updated 23 February 2024 08:35:35 by Тимур