



BESKYTTELSE AF KVINDERS SUNDHED MOD HORMONFORSTYRRENDE KEMIKALIER

Skaber et grundlag for succesfulde
sundhedsstrategier

SAMMENFATTENDE RAPPORT



Beskyttelse af kvinders sundhed mod hormonforstyrrende kemikalier

Skaber et grundlag for succesfulde sundhedsstrategier

Dette dokument giver en kort oversigt og de vigtigste budskaber fra den fulde rapport "*Safeguarding women's health against endocrine disrupting chemicals: Paving the way to successful health strategies*" (ISBN: 978-90-903-8747-5).

Dette dokument er forfattet af Virissa Lenters, Eva Sugeng og Majorie van Duursen. Medlemmer af FREIA-konsortiet, medlemmer af FREIA Scientific Advisory Board og Health and Environment Alliance (HEAL) har givet feedback på indholdet.

ISBN: 978-90-903-8747-5

URL: www.freiaproject.eu/healthpromotionstrategy

Abstrakt

Denne rapport er skrevet som en del af arbejdsplanen for FREIA, et projekt finansieret af Europa-Kommissionens Horizon 2020-program for forskning og innovation (tilskudsftale nummer 825100). Den beskriver evidensbaserede strategier for at reducere eksponeringen for hormonforstyrrende stoffer (EDC'er) og evaluerer, hvordan folk opfatter risikoen ved disse. Rapporten giver også vejledning i, hvordan man bedst kommunikerer faktiske risici og udvikler vellykkede sundhedsfremmende strategier.

Nøgleord: Hormonforstyrrende stoffer (EDC'er), miljøkemikalier, forebyggelse, kvindelig reproduktiv sundhed

Ansvarsfraskrivelse: Dette dokument afspejler forfatterens synspunkter; Europa-Kommissionen er ikke ansvarlig for den brug, der måtte blive gjort af de oplysninger, det indeholder.

Taknemmelighed: Forfatterne vil gerne takke de mennesker, der deltog i den hollandske undersøgelse.

© Vrije Universiteit Amsterdam, Nederlandene

Juni 2024



Sammenfatning af rapporten

Miljøforurenende stoffer og menneskeskabte kemikalier, herunder hormonforstyrrende stoffer (EDC'ere), udgør en trussel mod kvinders reproduktive sundhed. Denne rapport giver anbefalinger på baggrund af den nyeste videnskabelige viden om udvikling af vellykkede sundhedsfremmende strategier for at beskytte kvinders reproduktive sundhed mod farlige kemiske eksponeringer.

Dette arbejde blev udført som en del af FREIA-projektet, et forskningsprojekt finansieret under Europa-Kommissionens Horizon 2020-program for forskning og innovation, der er dedikeret til at beskytte kvinders reproduktive sundhed mod hormonforstyrrende kemikalier.

Vi undersøgte hvordan man kan mindske folks kontakt med skadelige kemikalier, både derhjemme og på hospitaler. For at underbygge vores anbefalinger evaluerede vi offentlighedens og sundhedspersonalets opfattelser og holdninger til hormonforstyrrende stoffer fra tidligere undersøgelser og gennemførte en ny dybdegående undersøgelse blandt voksne i den fødedygtige alder i Holland. Derudover har vi samlet eksisterende retningslinjer for hvordan man kan undgå skadelige kemikalier med fokus på dem, der er rettet mod voksne i den fødedygtige alder.

Effektive tiltag, bevidsthed og opfattelser

- Forskellige tiltag kan **påviseligt reducere eksponeringen for hormonforstyrrende stoffer**. Succesfulde metoder omfatter skift til lavparfumerede og miljømærkede produkter til personlig pleje, ændring af kost og fødevarerhåndtering ved at bruge færre plastbeholdere til opbevaring af mad og drikkevarer, undgå genopvarmning af mad og drikkevarer i plastbeholdere der ikke er beregnet til dette og ændring af vaner og materialer i hjemmet, herunder ved at rengøre overflader mere regelmæssigt og købe boligtekstiler og -møbler uden plast.
- Der er en moderat til høj **grad af bevidsthed** og bekymring blandt kvinder og den bredere offentlighed om hormonforstyrrende stoffer, selv om det varierer fra land til land. 89 % af de 576 personer, der deltog i den hollandske undersøgelse, udtrykte at de **gerne vil gøre noget** for at reducere deres eksponering for hormonforstyrrende stoffer. Men de mangler ofte viden og synes, det er for dyrt at gøre noget ved det. Dette ligner resultaterne fra undersøgelser i andre lande.
- Sundhedspersonale betragtes generelt som **pålidelige informationskilder**. A Men både tidligere undersøgelser og den hollandske undersøgelse viser, at kun en del af de adspurgte, inklusive gravide kvinder, får information fra sundhedspersonale om, hvordan man undgår hormonforstyrrende stoffer. I stedet bruger mange internettet, medierne og sociale medier, selvom de ikke altid stoler helt på disse kilder.
- **Når folk ved, hvor meget de selv er udsat for hormonforstyrrende stoffer**, føler de sig mere sikre og i kontrol. Det motiverer dem til at gøre noget for at mindske deres eksponering.

Muligheder og strategiske anbefalinger



Forbedre miljø- og sundhedskompetencen og bevidstheden om hormonforstyrrende kemikalier (EDC'er)

- **Uddannelseskampagner:** Lav og gennemfør oplysningskampagner for at gøre folk mere bevidste om, hvordan kemikalier kan påvirke deres evne til at få børn, og hvordan man bedst beskytter sig. Disse kampagner bør laves sammen med forskellige grupper, især kvinder i alle aldre og fra forskellige baggrunde, for at sikre, at alle får relevant og retfærdig information.
- **Integration i læseplaner:** Integrer undervisning om miljøeksponeringer, herunder hormonforstyrrende stoffer, i gymnasiernes læseplaner. Det kan øge bevidstheden og reducere eksponeringen i årene op til en potentiel graviditet. Programmerne bør udnytte pålidelige kilder, som f.eks. information fra professionelle organisationer og statslige organer, og tilpasses lokale forhold.
- **Produktmærkning og mobilapps:** Gør produktmærkning bedre og lav mobilapps, som forbrugerne kan bruge til at scanne og se, hvad der er i produkterne. Det vil hjælpe folk med at blive mere bevidste og vælge produkter med færre skadelige kemikalier.



Øge uddannelsen i miljø sundhed for sundhedspersonale

- **Professionel uddannelse:** Giv bedre uddannelse og træning til sundhedspersonale om miljø og sundhed. Tilbyd kurser og online programmer for at forbedre deres viden og færdigheder på dette område.



Forbedre vores forståelse af, hvor godt metoder til at undgå skadelige kemikalier virker, og hvordan vi bedst kan fremme sundhed.

- **Biomonitoreringsprogrammer:** Opret programmer, der måler, hvor meget folk er udsat for hormonforstyrrende stoffer i Europa. Disse programmer giver vigtige data, som kan bruges til at lave bedre sundhedsstrategier.
- **Evaluering af metoder:** Undersøg, hvor godt forskellige metoder til at reducere kontakt med skadelige kemikalier virker. Find ud af, hvad der gør det nemmere for folk at bruge disse metoder, og identificer gode strategier, der øger folks selvtillid og hjælper dem med at håndtere usikkerheder.



Støt udviklingen og gennemførelsen af EU-love, der skal mindske brugen af og kontakten med hormonforstyrrende stoffer.

- Sikre en omfattende og rettidig implementering af den **europæiske kemikaliestrategi for bæredygtighed (CSS)**, især forpligtelserne til at beskytte forbrugere, sårbare grupper og arbejdstagere mod de mest skadelige kemikalier, herunder EDC'er.
- Opdater EU's kemikalielove for at sikre, at der indsamles nok og passende data til at identificere hormonforstyrrende stoffer. Resultaterne fra FREIA-projektet og andre lignende projekter kan give vigtige input til dette.

Tablel. Anbefalinger til strategier for at reducere kontakt med hormonforstyrrende stoffer og beskytte reproduktiv sundhed

Hvad	Hvorfor	Hvem	Hvordan	Hvordan man maksimerer effekten
Forbedre viden om miljø og sundhed og bevidsthed om EDC'er	En stor del af befolkningen er ikke klar over de sundhedsmæssige risici ved hormonforstyrrende stoffer. Folk, der er opmærksomme på disse risici, er mere villige til at tilpasse deres adfærd og reducere deres eksponering for EDC'er.	Regeringens miljø- og folkesundhedsorganisationer bør spille en ledende rolle i oplysningsarbejdet. Forbrugerrådet bør også spille en rolle i informationskampagnerne .	<ul style="list-style-type: none"> • Læg letforståelig information på offentlige hjemmesider, så alle kan få adgang til den. • Giv anbefalinger baseret på videnskabelige beviser for at øge troværdigheden uden at være for forsigtig. • Forbedr mærkningen af produkter, så det er nemmere for forbrugerne at forstå, hvad de indeholder. • Brug gode eksempler fra andre lande på statslige tilgange, informationskampagner og nyttige apps. 	Find ud af, hvad der gør det svært for folk at undgå hormonforstyrrende stoffer, og lav løsninger på disse problemer. Sørg for, at information om, hvordan man undgår disse stoffer, er nem at finde, og vis folk, at det ikke behøver at være dyrt at beskytte sig selv.
	Sørg for bred kontakt og effektiv formidling.	NGO'er	<ul style="list-style-type: none"> • Kampagner (sociale medier), infografik 	Der henvises til statslige oplysninger.
	Folk kan søge lægehjælp om sundhedsrisikoen ved hormonforstyrrende stoffer, f.eks. når de forsøger at blive gravide, og de bør rutinemæssigt rådgives.	Sundhedspersonale	<ul style="list-style-type: none"> • Henvis til eksisterende pjecer og infografikker fra pålidelige kilder. 	Vær åben for dialog, når patienterne kommer med spørgsmål. Henvis til information fra myndighederne.
Skoleprogrammer anses for at være en pålidelig kilde til information om sundhedsrisici ved kemikalier.	Lærere, folk der laver undervisningsplaner, statslige sundhedsorganisationer, fagfolk inden for graviditet og fødsel, og undervisningsministeriet.	<ul style="list-style-type: none"> • Tematiske (online) moduler er nemme at udvikle og implementere, når de gøres frit tilgængelige. 	Det er bedst at lære om sundhed fra en tidlig alder. Det vil sandsynligvis betyde, at man undgår skadelige ting gennem hele livet, og de gode vaner vil blive givet videre til fremtidige generationer.	

<p>Øge uddannelsen i miljø sundhed for sundhedspersonale</p>	<p>Sundhedspersonalet føler sig ikke tilstrækkeligt informeret til at rådgive patienterne. Undersøgelser blandt offentligheden og kvinder, der er gravide eller ønsker at blive gravide, viser, at sundhedspersonalet er en pålidelig og ønsket informationskilde.</p>	<p>Nationale faglige organisationer bestemmer standarderne for uddannelse og efteruddannelse. Internationale faglige selskaber, som FIGO, laver undervisningsmaterialer og udtalelser.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Uddannelse gennem grundlæggende undervisningsplaner og efteruddannelseskurser. 	<p>Hvis vi inkluderer miljø sundhed i uddannelsesprogrammer, som for eksempel på lægestudiet, vil sundhedspersonalet være bedre forberedt på at hjælpe deres patienter med disse problemer.</p>
<p>Udvidelse af viden om effektiviteten af eksponeringsforebyggen de interventioner og promoveringsstrategier</p>	<p>Vi ved ikke nok om, hvor godt de nuværende retningslinjer virker, når det kommer til at acceptere, bruge og følge dem for at reducere kontakt med hormonforstyrrende stoffer og andre miljømæssige risikofaktorer. Det er vigtigt at måle, hvor meget folk bliver udsat for forskellige stoffer, for at finde ud af, hvad der skal gøres i hvert land for at forbedre sundheden.</p>	<p>Forskere, offentlige vidensinstitutioner.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Biomonitorering og interventionsstudier giver vigtig viden om, hvordan man effektivt kan reducere kontakt med skadelige stoffer, og tager hensyn til forholdene i hvert land. • Undersøgelser, der bruger både tal (kvantitative undersøgelser) og samtaler (kvalitative fokusgrupper), er en god måde at finde ud af, hvad der virker bedst i hvert land. 	<p>Del viden om, hvordan man bedst beskytter sig mod skadelige stoffer i forskellige livsfaser, som for eksempel i ungdommen, før man bliver gravid, under graviditeten osv.</p>
<p>Støtte udvikling og implementering af EU-dækkende lovgivning for at reducere brugen af og eksponeringen for hormonforstyrrende stoffer</p>	<p>Ændringer i folks vaner kan hjælpe med at reducere kontakt med hormonforstyrrende stoffer, men det er vigtigt at have omfattende offentlige politikker, der beskytter hele befolkningen mod de sundhedsrisici, som disse stoffer medfører.</p>	<p>Europa-Parlamentet, repræsentanter for medlemslandene</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sikre en omfattende og rettidig implementering af den europæiske kemikaliestrategi for bæredygtighed. • Opdatering af kemikalielovgivningen for at sikre, at der genereres tilstrækkelige og passende data til at kunne identificere EDC'er. 	<p>Forebyggelse af eksponering for EDC'er hjælper med at forebygge sygdomme.</p>



**SAFEGUARDING
WOMEN'S REPRODUCTIVE HEALTH
AGAINST
ENDOCRINE DISRUPTORS**

www.freiaproject.eu



The FREIA project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No. 825100 (FREIA). This output reflects the views only of the author(s) and the European Union cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.