

# Mikroműanyagok rágózással is bekerülhetnek a szervezetbe

Kevesen gondolnak rá, hogy a rágógumik is műanyag alapúak, ezért fogyasztásuk során már néhány perc alatt jelentős mennyiségű, akár több ezer mikroműanyag-részecske szabadulhat fel, amelyek a nyállal együtt az emésztőrendszerbe kerülhetnek. Bár jelenleg nem ismert, hogy ez egészségügyi kockázatot jelentene, azért fontos a mértékletesség – mondja Pilling Róbert, a Semmelweis Egyetem Dietetikai és Táplálkozástudományi Tanszék mesteroktatója.

A legtöbb, ma forgalomban lévő rágógumi már nem természetes növényi gyantából, hanem úgynevezett élelmiszeripari polimerekből áll. Ezek az anyagok teszik lehetővé, hogy hosszú ideig megőrizték rugalmasságukat, állagukat és ízüket. A probléma csak az, hogy ezek az anyagok ugyanúgy viselkednek, mint más műanyagok: idővel apró részecskékre töredezhettek.

A rágás során a gumialapból apró mikroműanyag-részecskék válhatnak le, melyeket a nyállal együtt lenyelünk, majd az emésztőrendszerbe jutnak. Ezek többsége várhatóan kiürül a szervezetből, ugyanakkor egy részük felszívódhat és bekerülhet a vérkeringésbe. – emeli ki Pilling Róbert.

A Semmelweis Egyetem Dietetikai és Táplálkozástudományi Tanszék mesteroktatója hozzáteszi: azt nem lehet egyértelműen kijelenteni, hogy a rágógumiból származó mikroműanyagok konkrét betegségeket okoznának. Ugyanakkor lehetséges, hogy a szervezetbe jutó részecskék hosszú távon összefüggésbe hozhatók gyulladásos folyamatokkal, a bélmikrobiom (bélflóra) változásaival vagy más biológiai hatásokkal, ezek azonban még nem bizonyítottak.

Bár a legújabb tudományos kutatások szerint a rágógumi a jelentősebb, eddig kevésbé figyelembe vett mikroműanyag-források között szerepel, nem ez jelenti a legnagyobb terhelést az emberi szervezet számára. Az apró részecskék ugyanis ma már gyakorlatilag mindenütt megtalálhatók: a levegőben, a vízekben, a talajban, valamint számos olyan termékben is – például palackozott italok, műanyag csomagolások – amelyekkel nap mint nap kapcsolatba kerülünk. A szakértő szerint a legfontosabb üzenet nem a riogatás, hanem a tudatosság. A rágógumi nem nélkülözhetetlen része az étrendnek, ezért érdemes átgondolni a rendszeres fogyasztását. Bár ismert előnyei vannak – például fokozza a nyáltermelést és hozzájárulhat a szájhigiénéhez –, ezek a hatások megfelelő fogápolással is elérhetők. [Ráadásul a környezettudatos választások már az otthoni szájápolás szintjén is megvalósíthatók, amint erről a Semmelweis Egyetem kutatói korábban beszámoltak.](#)

A mikroműanyag-bevitel csökkentéséért más területeken is sokat tehetünk. Ilyen lehet például a műanyag csomagolású élelmiszerek visszafogottabb használata vagy a palackozott italok helyett a vezetékes víz előnyben részesítése. De ide tartoznak a természetes növényi gyanta alapú rágógumik is. Ezek azonban jelenleg inkább rétegtermékeknek számítanak, és a hagyományos rágógumikhoz képest eltérő ízélményt, illetve állagot nyújthatnak. Az alkalmi rágógumizás miatt nincs ok aggodalomra, ugyanakkor a mértékletesség és a tudatos fogyasztói döntések hosszú távon hozzájárulhatnak a mikroműanyag-terhelés csökkentéséhez.

Sajtókapcsolat:

- +36 20 670 1574
- hirek@semmelweis.hu

Eredeti tartalom: Semmelweis Egyetem

Továbbította: Helló Sajtó! Üzleti Sajtószolgálat

Ez a sajtóközlemény a következő linken érhető el:

<https://hellosajto.hu/?p=31455>