E213

Tabele dodatków i składników chemicznych

czyli co jesz i czym się smarujesz

Bill Statham

RM

PORADNIK KONSUMENTA

Bill Statham

E213

Tabele dodatków i składników chemicznych

czyli co jesz i czym się smarujesz

RM

E213. Tabele dodatków i składników chemicznych

Bill Statham

Tłumaczenie: Katarzyna Tryc

Copyright © 2014 by Wydawnictwo RM

Original English edition title *The Chemical Maze – Shopping Companion*
Copyright © Bill Statham 2006. All rights reserved.

Wydawnictwo RM, 03-808 Warszawa, ul. Mińska 25
rm@rm.com.pl, www.rm.com.pl

Żadna część tej pracy nie może być powielana i rozpowszechniana, w jakiejkolwiek formie i w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny) włącznie z fotokopiowaniem, nagrywaniem na taśmy lub przy użyciu innych systemów, bez pisemnej zgody wydawcy. Wszystkie nazwy handlowe i towarów występujące w niniejszej publikacji są znakami towarowymi zastrzeżonymi lub nazwami zastrzeżonymi odpowiednich firm odnośnych właścicieli. Wydawnictwo RM dołożyło wszelkich starań, aby zapewnić najwyższą jakość tej książce, jednakże nikomu nie udziela żadnej rękojmi ani gwarancji. Wydawnictwo RM nie jest w żadnym przypadku odpowiedzialne za jakąkolwiek szkodę będącą następstwem korzystania z informacji zawartych w niniejszej publikacji, nawet jeśli Wydawnictwo RM zostało zawiadomione o możliwości wystąpienia szkód.

ISBN 978-83-7243-529-3
ISBN 978-83-7773-111-6 (e-Pub)
ISBN 978-83-7773-114-7 (mobi)

Redaktor prowadzący: Justyna Mrowiec
Redakcja merytoryczna: Elena Szamonina, Elżbieta Pawłowska
Korekta: Anna Odrowska
Nadzór graficzny: Grażyna Jędrzejec
Projekt graficzny okładki: Agata Chmielewska
Opracowanie wersji elektronicznej: Marcin Fabijański

W razie trudności z zakupem tej książki prosimy o kontakt z wydawnictwem: rm@rm.com.pl

Spis treści

O autorze
Przedmowa
Jak posługiwać się tym poradnikiem?
Wstęp
Lista konwersji kodów E
Część 1 DODATKI DO ŻYWNOŚCI
Część 2 SKŁADNIKI KOSMETYKÓW
Modyfikacje genetyczne w skrócie
Dodatek
Słowniczek
Bibliografia

O autorze

Bill Statham mieszka w Victorii (Australia) ze swoją żoną i partnerką w interesach, Kay Lancashire. Jest naukowcem, pisarzem i wydawcą, którego głównym celem jest szerzenie oświaty zdrowotnej i wywarcie pozytywnego wpływu na zdrowie ludzi i środowisko.

Ponad dziesięć lat studiował i praktykował homeopatię w Australii i Wielkiej Brytanii. W tym czasie coraz bardziej interesował się i niepokoił szkodliwym wpływem na ludzkie zdrowie syntetycznych związków chemicznych występujących w żywności i produktach codziennego użytku.

Napisał tę książkę, aby ułatwić identyfikowanie składników i dodatków do artykułów spożywczych, produktów higieny osobistej i kosmetyków, które mogą powodować dolegliwości i choroby. Ta wiedza zapewnia nam możliwość wolnego wyboru, a niejednokrotnie lepszą jakość życia.

Przedmowa

Z badań i wskazówek Billa Stathama zawartych w tej książce skorzystają zarówno konsumenci biegli w dobieraniu bezpiecznych produktów, jak i początkujący.

Niech cię nie zniechęca niewielki format tej książki, gdyż spowoduje ona WIELKIE i nieodwracalne zmiany w twoim postrzeganiu żywności i środków higieny osobistej. Jeśli weźmiesz do serca te rady, nie będziesz już bezmyślnie uczestniczyć w wyprawach do sklepu. Kiedyś ignorancja zapewniała beztroską radość z zakupów, ale teraz – w świecie produkcji masowej, ukierunkowanej na zysk, opartej na konserwantach i chemikaliach – oznacza niebezpieczeństwo.

Po wielu latach badań nad toksycznymi składnikami środków higieny osobistej i kosmetyków do pielęgnacji skóry, a także praktyki w unikaniu ich w tworzonych przeze mnie artykułach, mogę z radością polecić pracę Billa Stathama jako wspaniały poradnik dla każdego, kto kwestionuje bezpieczeństwo tych „naturalnych” składników o dziwnych nazwach.

Co więcej, jako konsument certyfikowanych produktów organicznych mam szczerą nadzieję, że wydacie swoje pieniądze na zdrowe artykuły i staniecie się zwolennikami produktów organicznych!

Narelle Chenery

Dyrektor działu badań i rozwoju firmy Miessence

Jak posługiwać się tym poradnikiem?

Kluczowe informacje w tej książce zostały podzielone na dwie części.

Pierwsza część zawiera alfabetyczną listę **dodatków do żywności** dopuszczonych przez Unię Europejską oraz ich kody E. Jeśli znasz tylko kod E dodatku do żywności, znajdziesz jego nazwę na liście konwersji kodów E.

Druga część zawiera alfabetyczną listę składników **kosmetyków i środków higieny osobistej**. Niektóre z nich zostały także dopuszczone jako dodatki do żywności i dlatego występują w pierwszej części, na przykład kwas mlekowy (E270), kwas cytrynowy (E330) i wosk candelilla (E902).

Ikony w postaci buźki opisują stopień szkodliwości poszczególnych dodatków i składników – od bezpiecznych i/lub pożytecznych po niebezpieczne.

☺☺ 2 uśmiechnięte buźki = bezpieczny i/lub pożyteczny
☺ 1 uśmiechnięta buźka = bezpieczny dla większości

😐? 1 zagadkowa buźka = zalecana ostrożność

☹ 1 smutna buźka = lepiej unikać
☹☹ 2 smutne buźki = niebezpieczny

System kodowania kolorami jeszcze bardziej ułatwia czytanie. Jest wzorowany na drogowej sygnalizacji świetlnej, gdzie kolor czerwony oznacza „stój”, żółty – „uważaj”, a zielony – „możesz bezpiecznie jechać dalej”.

Uwaga: Podane oceny są opiniami autora, wyrażonymi w chwili pisania tej książki na podstawie dostępnych wyników badań. Informacje pochodzą z wielu źródeł, w tym kart charakterystyki niebezpiecznych substancji chemicznych, badań na zwierzętach oraz medycznych i naukowych raportów laboratoryjnych.

Kolorowe kody stanowią jedynie ogólne wskazówki, każdy z konsumentów może bowiem inaczej zareagować na substancje chemiczne. Rodzaj i nasilenie reakcji zależy od wielu czynników, między innymi stanu zdrowia danej osoby, jej wieku i płci, miejsca pracy i zamieszkania oraz ilości substancji i czasu ich działania. Jednak zaleca się, aby wybierać tylko te produkty, które zawierają dodatki i składniki oznaczone jako *bezpieczne i/lub pożyteczne* albo *bezpieczne dla większości*.

W książce wymieniono również korzystne i/lub szkodliwe skutki działania dodatków i składników, symptomy i choroby, które mogą wywoływać lub nasilać, a także ich wpływ na środowisko.

Na ogół zostało też podane pochodzenie substancji chemicznych. Mogą być pochodzenia naturalnego, roślinnego, zwierzęcego lub być produktem

genetycznie modyfikowanym (GM).

W przypadku konkretnych chorób, takich jak nowotwory, cukrzyca, guzy i inne, tylko w niektórych punktach zostało zaznaczone, czy ich występowanie zaobserwowano u ludzi, czy też u zwierząt. Zwykle też nie zostały wymienione ilości lub stężenia związków chemicznych, których to dotyczy, ani sposoby i czas ich działania. Takie dane wykraczają poza ramy tej książki, a więcej informacji na ten temat czytelnik znajdzie w bibliografii.

W książce wymieniono kilka typowych produktów mogących zawierać dany dodatek/składnik, a także inne jego zastosowania.

Na końcu książki znajduje się rozdział poświęcony inżynierii genetycznej oraz lista przydatnych zasobów internetowych dla osób, które chciałyby uzyskać więcej informacji, niż może się pomieścić w książce tego formatu.

Oświadczenie

Dołożono wszelkich starań, aby informacje zawarte w tej książce były dokładne i zgodne ze stanem wiedzy w chwili jej publikacji. Książka nie zawiera wszystkich informacji o wszystkich związkach chemicznych stosowanych do produkcji żywności, kosmetyków i środków higieny osobistej. Autor i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za niewłaściwe wykorzystanie lub zrozumienie podanych tu informacji ani za wszelkie straty, zniszczenia lub szkody zdrowotne, finansowe lub inne, jakie mogą ponieść osoby indywidualne lub grupy, opierając się na podanych tu informacjach. W każdym przypadku problemów ze zdrowiem należy się skontaktować z wykwalifikowanym lekarzem.

Wstęp

„Człowiek czasem zbacza z drogi prawdy, ale po namyśle zazwyczaj idzie dalej.”
Winston Churchill

Pomysł napisania tej książki powstał z potrzeby zrozumienia, w jaki sposób niektóre związki chemiczne, z którymi stykamy się na co dzień, przyczyniają się do powstania różnych chorób.

Jako praktykujący homeopata często zastanawiałem się, dlaczego niektórzy moi pacjenci odzyskują zdrowie dzięki kuracji tylko po to, aby znowu zachorować. Dopiero po przeprowadzeniu pewnych badań wykryłem związek między tym, co jedzą, a ich problemami zdrowotnymi. I nie chodziło tu tylko o rodzaj artykułów spożywczych, ale zwykle o zawarte w nich chemiczne dodatki. Sprawdzałem też, czy codziennie używane produkty do ciała – środki higieny osobistej i kosmetyki – również mogły mieć wpływ na ich zdrowie.

Wyniki tych badań często były dla mnie zaskakujące i szokujące. Przekonałem się, że znaczna liczba związków chemicznych dodawanych do żywności i kosmetyków może powodować lub nasilać problemy zdrowotne, takie jak astma, zapalenie skóry, pokrzywka, migrena, katar sienny, dolegliwości żołądkowe, problemy behawioralne, nadpobudliwość, trudności w nauce i wiele innych. Niektóre z tych dodatków okazały się toksyczne dla organów takich jak wątroba, nerki, serce, grasica i mózg, a także układu immunologicznego, nerwowego, hormonalnego i dokrewnego. Jeszcze bardziej niepokojący był fakt, że niektóre substancje dopuszczone do stosowania w żywności, środkach higieny osobistej i kosmetykach mogą powodować uszkodzenia DNA, defekty płodu, mutacje genetyczne i nowotwory.

Zacząłem informować pacjentów o swoich odkryciach i zachęcać ich do wyeliminowania jak największej liczby związków chemicznych, które – jak wykryłem – mają szkodliwy wpływ na zdrowie. Zgodnie z moimi przewidywaniami stan zdrowia moich pacjentów istotnie się poprawił, co często nawet zaskakiwało ich samych. Zaobserwowałem także interesujący skutek uboczny. Ci pacjenci, którzy przekonali swoje rodziny i przyjaciół do nowego stylu życia poprzez wyeliminowanie szkodliwych związków chemicznych, zaobserwowali, że zdrowie i samopoczucie tych ludzi również się poprawiło, czasami nawet w znacznym stopniu.

Doszedłem do wniosku, że powinienem napisać książkę, aby więcej osób mogło skorzystać z tej wiedzy. Marzyłem o książeczce wielkości karty kredytowej, która zmieściłaby się w portfelu. Szybko jednak zdałem sobie sprawę, że książka o tak małym formacie nie pomieści wszystkich najistotniejszych danych. Intensywniej zabrałem się do badań i po kolejnym roku pracy zebrałem dość informacji, by móc opublikować mały poradnik konsumenta.

Pierwszą edycję tej książki wydałem samodzielnie w Australii w kwietniu 2001 roku. Cztery lata później miałem sprzedanych ponad 40 000 egzemplarzy, głównie w Australii i Nowej Zelandii.

Gdy pierwsze wydanie tej książki trafiło do domów i toreb na zakupy, dostałem wiele listów zwykłych i elektronicznych z podziękowaniami za stworzenie tak poręcznego przewodnika po ogromnym wykazie dodatków i składników występujących w naszej żywności, kosmetykach i środkach higieny osobistej oraz z opisami, jak dzięki tej książce poprawiło się zdrowie czytelników i ich dzieci po wyeliminowaniu szkodliwych związków chemicznych z ich życia. Poruszają mnie i inspirują te historie, między innymi historia Debry Gillis z Sydney:

„Chciałabym podzielić się szczęściem, jakiego spotkało mojego najmłodszego syna, Jacka. Po wyeliminowaniu szkodliwych związków chemicznych z naszego domu i diety zachowanie mojego syna zmieniło się – stał się znacznie spokojniejszy. Zasadnicza różnica dotyczy symptomów typowych dla ADHD (nie żebym kiedykolwiek go tak szufladkowała) – pierwszy raz zdarzyło się, że zainteresował się tym, co dzieje się wokół. Z każdym dniem jego pamięć jest lepsza i znacznie łatwiej niż kiedyś przychodzi mu nauka. Jego nauczyciel, pan Rudolf Steiner, był zaskoczony tak znacznymi, korzystnymi zmianami po wyeliminowaniu z życia Jacka wszelkich barwników i konserwantów żywności oraz chemikaliów”.

Ta książka zawiera informacje o ponad trzystu dodatkach i ponad pięciuset najczęściej stosowanych składnikach kosmetyków i środków higieny osobistej. Producenci mają do wyboru ponad dziesięć tysięcy substancji, a wiadomo, że ponad tysiąc z nich jest szkodliwych. Opisanie ich wszystkich w tym kieszonkowym przewodniku byłoby niewykonalne, a zatem wymieniłem tylko te, które spotykamy najczęściej.

Zatrważająca liczba związków chemicznych używanych przez producentów nigdy nie została przetestowana pod kątem długoterminowego wpływu na ludzkie zdrowie. Ponadto stosowane są składniki, które w wielu krajach zostały zakazane.

Natomiast pozytywne jest to, że coraz więcej firm produkuje żywność i kosmetyki bez szkodliwych dodatków E i syntetycznych związków chemicznych. Mamy zatem wybór i wystarczy parę wskazówek oraz trochę determinacji, aby uniknąć tych trucizn i zdrowiej żyć. Koszty ignorancji i bierności mogą być naprawdę wysokie. Nie musimy ich ponosić.

Nasze istnienie na tej planecie zależy także od podejmowanych przez nas decyzji i działań. Nadszedł czas, by działać!

Lista konwersji kodów E

Producenci identyfikują dodatki do żywności na podstawie nazwy lub numeru, który w Wielkiej Brytanii i Unii Europejskiej jest nazywany kodem E. Taki kod oznacza, że Federacja Europejskich Producentów Enzymów i Dodatków do Żywności oraz Unia Europejska zezwoliły na stosowanie danej substancji.

E100 Kurkumina
E101 Ryboflawina, fosforan-5’-ryboflawiny
E102 Tartrazyna (żółcień FD&C 5)
E104 Żółcień chinolinowa
E110 Żółcień pomarańczowa FCF (żółcień pomarańczowa S, żółcień FD&C 6)
E120 Kwas karminowy, karmina, koszenila
E122 Azorubina (karmoizyna)
E123 Amarant (czerwień FD&C 2)
E124 Czerwień koszenilowa A (pąs 4R, jasny szkarłat 4R)
E127 Erytrozyna (czerwień FD&C 3)
E128 Czerwień 2G
E129 Czerwień Allura AC
E131 Błękit patentowy V
E132 Indygotyna (indygokarmina, niebieski FD&C 2)
E133 Błękit brylantowy FCF (niebieski FD&C 1)
E140 Chlorofil i jego pochodne
E141 Kompleksy miedzi z chlorofilem i jego pochodnymi
E142 Zieleń S
E150a Karmel
E150b Karmel siarczynowy
E150c Karmel amoniakalny
E150d Karmel amoniakalno-siarczynowy
E151 Czerń brylantowa PN (czerń PN)
E153 Węgiel roślinny
E154 Brąz FK
E155 Brąz HT
E160a Karoteny
E160b Annato, biksyna, norbiksyna
E160c Kapsorubina, kapsantyna, ekstrakt papryki
E160d Likopen
E160e Beta-apo-8’-karotenal (C30)
E160f Ester etylowy kwasu beta-apo-8’-karotenowego (C 30)
E161b Luteina
E161g Kantaksantyna
E162 Betanina

E163 Antocyjany
E170 Węglan wapnia
E171 Dwutlenek tytanu
E172 Tlenki i wodorotlenki żelaza
E173 Aluminium (glin)
E174 Srebro
E175 Złoto
E180 Czerwień litolowa BK (rubin litolowy BK)
E200 Kwas sorbowy (kwas sorbinowy)
E202 Sorbinian potasu
E203 Sorbinian wapnia
E210 Kwas benzoesowy
E211 Benzoesan sodu
E212 Benzoesan potasu
E213 Benzoesan wapnia
E214 Ester etylowy kwasu p-hydroksybenzoesowego
E215 Sól sodowa p-hydroksybenzoesanu etylu
E216 Ester propylowy kwasu p-hydroksybenzoesowego (propyloparaben)
E217 Sól sodowa p-hydroksybenzoesanu propylu
E218 Ester metylowy kwasu p-hydroksybenzoesowego (metyloparaben)
E219 Sól sodowa p-hydroksybenzoesanu metylu
E220 Dwutlenek siarki
E221 Siarczyn sodu
E222 Wodorosiarczyn sodu
E223 Disiarczyn sodu (pirosiarczyn sodu)
E224 Disiarczyn potasu (pirosiarczyn potasu)
E226 Siarczyn wapnia
E227 Wodorosiarczyn wapnia
E228 Wodorosiarczyn potasu
E230 Bifenyl (difenyl)
E231 Ortofenylofenol
E232 Ortofenylofenolan sodu
E234 Nizyna
E235 Natamycyna (pimarycyna)
E239 Heksametylenoczteroamina (heksamina, urotropina)
E242 Dwuwęglan dimetylu (dimetylodiwęglan)
E249 Azotyn potasu
E250 Azotyn sodu
E251 Azotan sodu
E252 Azotan potasu
E260 Kwas octowy

E261 Octan potasu
E262 Octan sodu
E263 Octan wapnia
E270 Kwas mlekowy
E280 Kwas propionowy
E281 Propionian sodu
E282 Propionian wapnia
E283 Propionian potasu
E284 Kwas borowy (kwas borny)
E285 Tetraboran sodu (boraks)
E290 Dwutlenek węgla
E296 Kwas jabłkowy
E297 Kwas fumarowy
E300 Kwas askorbinowy (witamina C)
E301 Askorbinian sodu
E302 Askorbinian wapnia
E304 Estry kwasów tłuszczowych i kwasu askorbinowego
E306 Mieszanina tokoferoli (witamina E)
E307 Alfa-tokoferol
E308 Gamma-tokoferol
E309 Delta-tokoferol
E310 Galusan propylu
E311 Galusan oktylu
E312 Galusan dodecylu
E315 Kwas izoaskorbinowy
E316 Izoaskorbinian sodu
E320 Butylohydroksyanizol (BHA)
E321 Butylohydroksytoluen (BHT)
E322 Lecytyny
E325 Mleczan sodu
E326 Mleczan potasu
E327 Mleczan wapnia
E330 Kwas cytrynowy
E331 Cytryniany sodu
E332 Cytryniany potasu
E333 Cytryniany wapnia
E334 Kwas L(+)-winowy
E335 Winiany sodu
E336 Winiany potasu
E337 Winian potasowo-sodowy
E338 Kwas fosforowy

E339 Fosforany sodu
E340 Fosforany potasu
E341 Fosforany wapnia
E343 Fosforany magnezu
E350 Jabłczany sodu
E351 Jabłczan potasu
E352 Jabłczany wapnia
E353 Kwas metawinowy
E354 Winian wapnia
E355 Kwas adypinowy
E356 Adypinian sodu
E357 Adypinian potasu
E363 Kwas bursztynowy
E380 Cytrynian triamonu
E385 Sól wapniowo-disodowa kwasu etylenodiaminotetraoctowego (EDTA wapniowo-disodowy)
E400 Kwas alginowy
E401 Alginian sodu
E402 Alginian potasu
E403 Alginian amonu
E404 Alginian wapnia
E405 Alginian glikolu propylenowego
E406 Agar
E407 Karagen
E407a Przetworzone wodorosty morskie z gatunku Eucheuma
E410 Mączka chleba świętojańskiego (guma karobowa)
E412 Guma guar
E413 Guma tragakantowa
E414 Guma arabska (guma akacjowa)
E415 Guma ksantanowa
E416 Guma karaya
E417 Guma Tara
E418 Guma gellan
E420 Sorbitol, Syrop sorbitolowy
E421 Mannitol
E422 Glicerol (gliceryna)
E425 Guma konjac
E431 Stearynian polioksyetylenu (40)
E432 Monolaurynian polioksyetylenosorbitolu (polisorbat 20)
E433 Monooleinian polioksyetylenosorbitolu (polisorbat 80)
E434 Monopalmitynian polioksyetylenosorbitolu (polisorbat 40)
E435 Monostearynian polioksyetylenosorbitolu (polisorbat 60)

E436 Tristearynian polioksyetylenosorbitolu (polisorbat 65)
E440 Pektyny
E442 Fosfatydy amonu
E444 Octan izomaślanu sacharozy (SAIB)
E445 Estry glicerolu i kalafonii ekstrakcyjnej roślinnej (żywica roślinna)
E450 Difosforany
E451 Trifosforany
E452 Polifosforany
E459 Beta-cyklodekstryna (BCD)
E460 Celuloza
E461 Metyloceluloza
E463 Hydroksypropyloceluloza
E464 Hydroksypropylometyloceluloza
E465 Etylometyloceluloza
E466 Karboksymetyloceluloza
E468 Sól sodowa karboksymetylocelulozy usieciowana
E469 Enzymatycznie zhydrolizowana karboksymetyloceluloza
E470a Sole sodowe, potasowe i wapniowe kwasów tłuszczowych
E470b Sole magnezowe kwasów tłuszczowych
E471 Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych
E472a Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem octowym
E472b Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem mlekowym
E472c Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem cytrynowym
E472d Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem winowym
E472e Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem mono- i diacetylowinowym
E472f Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane mieszaniną kwasu octowego i winowego
E473 Estry kwasów tłuszczowych i sacharozy (cukroestry)
E474 Sacharoglicerydy (cukroglicerydy)
E475 Estry kwasów tłuszczowych i poliglicerolu
E476 Polirycynoleinian poliglicerolu
E477 Estry kwasów tłuszczowych i glikolu propylenowego
E479b Termoutleniony olej sojowy z mono- i diglicerydami kwasów tłuszczowych
E481 Stearyoilomleczan sodu
E482 Stearyoilomleczan wapnia
E483 Winian stearylu
E491 Monostearynian sorbitolu
E492 Tristearynian sorbitolu
E493 Monolaurynian sorbitolu
E494 Monooleinian sorbitolu
E495 Monopalmitynian sorbitolu

E500 Węglany sodu

E501 Węglany potasu
E503 Węglany amonu
E504 Węglany magnezu
E507 Kwas chlorowodorowy (chlorowodór, kwas solny)
E508 Chlorek potasu
E509 Chlorek wapnia
E511 Chlorek magnezu
E512 Chlorek cyny
E513 Kwas siarkowy
E514 Siarczany sodu
E515 Siarczany potasu
E516 Siarczan wapnia
E517 Siarczan amonu
E520 Siarczan glinu
E521 Siarczan glinowo-sodowy
E522 Siarczan glinowo-potasowy
E523 Siarczan glinowo-amonowy
E524 Wodorotlenek sodu
E525 Wodorotlenek potasu
E526 Wodorotlenek wapnia (wapno gaszone)
E527 Wodorotlenek amonu
E528 Wodorotlenek magnezu
E529 Tlenek wapnia (wapno niegaszone)
E530 Tlenek magnezu
E535 Żelazocyjanek sodu
E536 Żelazocyjanek potasu
E538 Żelazocyjanek wapnia
E541 Fosforan glinowo-sodowy
E551 Dwutlenek krzemu (krzemionka)
E552 Krzemian wapnia
E553a Krzemian magnezu, trikrzemian magnezu
E553b Uwodniony krzemian magnezu (talk)
E554 Krzemian glinowo-sodowy (glinokrzemian sodu; sodalit)
E555 Krzemian glinowo-potasowy (glinokrzemian potasu; mika)
E556 Krzemian glinowo-wapniowy (glinokrzemian wapnia; anortyt)
E558 Bentonit (uwodniony krzemian glinu)
E559 Krzemian glinu (kaolin)
E570 Kwasy tłuszczowe
E574 Kwas glukonowy
E575 Lakton kwasu glukonowego

E576 Glukonian sodu
E577 Glukonian potasu
E578 Glukonian wapnia
E579 Glukonian żelazawy
E585 Mleczan żelazawy
E620 Kwas glutaminowy
E621 Glutaminian monosodowy (glutaminian sodu, MSG)
E622 Glutaminian monopotasowy
E623 Diglutaminian wapnia
E624 Glutaminian monoamonowy
E625 Diglutaminian magnezu
E626 Kwas guanylowy
E627 Guanylan disodowy
E628 Guanylan dipotasowy
E629 Guanylan wapnia
E630 Kwas inozynowy
E631 Inozynian disodowy
E632 Inozynian dipotasowy
E633 Inozynian wapnia
E634 5’-rybonukleotyd wapnia
E635 5’-rybonukleotyd disodowy
E640 Glicyna i jej sól sodowa
E650 Octan cynku
E900 Dimetylopolisiloksan
E901 Wosk pszczeli biały i żółty
E902 Wosk candelilla
E903 Wosk carnauba
E904 Szelak
E905 Wosk mikrokrystaliczny (wosk naftowy)
E912 Estry kwasu montanowego
E914 Utleniony wosk polietylenowy
E920 L-cysteina
E927b Karbamid (mocznik)
E938 Argon
E939 Hel
E941 Azot
E942 Podtlenek azotu
E943a Butan
E943b Izobutan
E944 Propan
E948 Tlen
E949 Wodór

E950 Acesulfam K (acetosulfam)
E951 Aspartam
E952 Kwas cyklaminowy oraz jego sole: sodowa i wapniowa
E953 Izomaltoza
E954 Sacharyna i jej sole: sodowa, potasowa i wapniowa
E955 Sukraloza
E957 Taumatyna
E959 Neohesperydyna DC
E962 Sól aspartamu-acesulfamu
E965 Maltitol, syrop maltitolowy
E966 Laktitol
E967 Ksylitol
E999 Ekstrakt Quillaia
E1103 Inwertaza (enzym)
E1105 Lizozym
E1200 Polidekstroza
E1201 Poliwinylopirolidon (PVP)
E1202 Poliwinylopolipirolidon
E1404 Skrobia utleniona
E1410 Fosforan monoskrobiowy
E1412 Fosforan diskrobiowy
E1413 Fosforowany fosforan diskrobiowy
E1414 Acetylowany fosforan diskrobiowy
E1420 Acetylowana skrobia
E1422 Acetylowany adypinian diskrobiowy
E1440 Hydroksypropyloskrobia
E1442 Hydroksypropylofosforan diskrobiowy
E1450 Sól sodowa oktenylobursztynianu skrobiowego
E1451 Acetylowana skrobia utleniona
E1505 Cytrynian trietylowy
E1518 Trioctan glicerolu (trójacetyna)
E1520 Glikol 1,2-propylenowy (propan-1,2-diol)
Glikol polietylenowy 6000

Część 1
DODATKI DO ŻYWNOŚCI

5’-rybonukleotyd disodowy
(może być pochodzenia zwierzęcego; zakazany w niektórych krajach)
☹
Kod E635
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Astma; nadpobudliwość; zmiany nastroju; swędzące wysypki skórne pojawiające się do 30 h po spożyciu; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; niedozwolony w zastosowaniach spożywczych dla dzieci; dna moczanowa; problemy z nerkami
Zastosowanie w żywności: Chipsy smakowe, gotowe ciasta owocowe

5’-rybonukleotyd wapnia
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☹
Kod E634
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Astma; nadpobudliwość; swędzące wysypki do 30 h po spożyciu, opuchlizna warg, gardła i języka; anafilaksja
Zastosowanie w żywności: Chipsy smakowe, gotowe ciasta owocowe

Acesulfam K
(acetosulfam; syntetyczny)
☹
Kod E950
Funkcja: Substancja słodząca, wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Zanotowano przypadki raka płuc, raka piersi, białaczkę, choroby układu oddechowego i nowotwory u zwierząt
Zastosowanie w żywności: Sztuczny słodzik, niskokaloryczne artykuły spożywcze, niskokaloryczna guma do żucia
Inne zastosowania: Produkty do higieny jamy ustnej

Acetylowana skrobia
(syntetyczna; zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)
😐?
Kod E1420

Funkcja Zagęstnik, środek żelujący, stabilizator
Potencjalne skutki Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności Marynaty, sos chutney, desery, sery, wypieki, wyroby cukiernicze

Acetylowana skrobia utleniona

(skrobia modyfikowana; zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)

😐?

Kod E1451
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Owoce konserwowe dla niemowląt i wyroby cukiernicze dla dzieci

Acetylowany adypinian diskrobiowy

(skrobia modyfikowana; zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)

😐?

Kod E1422
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Sosy, marynaty, jogurty, ciasta w proszku, owoce konserwowe, owocowe nadzienia do ciast

Acetylowany fosforan diskrobiowy

(syntetyczny; zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)

😐?

Kod E1414
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Sosy, marynaty, jogurty, ciasta w proszku, owoce konserwowe, owocowe nadzienia do ciast

Adypinian potasu

(sól potasowa kwasu adypinowego)
☺
Kod E357
Funkcja: Regulator kwasowości, środek buforujący
Potencjalne skutki: Zobacz Kwas adypinowy (E355)
Zastosowanie w żywności: Produkty o niskiej zawartości soli
Inne zastosowania: Woda kotłowa

Adypinian sodu
(sól sodowa kwasu adypinowego)
☺☺
Kod E356
Funkcja: Regulator kwasowości, utwardzacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Napoje gazowane, wypieki, sery topione, przekąski

Agar
(uzyskiwany z krasnorostów)
☺
Kod E406
Funkcja: Zagęstnik, substancja żelująca, stabilizator, emulgator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; słabo toksyczny przy połknięciu; reakcje alergiczne
Zastosowanie w żywności: Lody, wypieki, desery, wędliny, galaretki
Inne zastosowania: Kosmetyki, środki przeczyszczające

Alfa-tokoferol
(witamina E; może być syntetyczna lub GM)
☺
Kod E307
Funkcja: Przeciwutleniacz, składnik pokarmowy
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podczas zamrażania ulega zniszczeniu
Zastosowanie w żywności: Biała mąka, białe pieczywo, biały ryż, margaryny

Alginian amonu
(sól amonowa kwasu alginowego z glonów morskich)

☺

Kod E403
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator, substancja żelująca
Potencjalne skutki: Alginiany mogą korzystnie wpływać na zdrowie; w niektórych testach na zwierzętach hamowały wchłanianie podstawowych składników odżywczych
Zastosowanie w żywności: Desery i budynie w proszku, lody, jogurty
Inne zastosowania: Kosmetyki, woda kotłowa

Alginian glikolu propylenowego

(alginian 1, 2 propanodiolu; ester kwasu alginowego z glikolem propylenowym)
😐?

Kod E405
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator, amulgator, substancja żelująca
Potencjalne skutki: Może powodować reakcje alergiczne; zmniejszony wzrost i luźne stolce w badaniach na zwierzętach; w niektórych testach na zwierzętach alginiany hamowały wchłanianie podstawowych składników odżywczych
Zastosowanie w żywności: Mrożone desery kremowe, sosy do sałaty, lody, owocowe oranżady w proszku
Inne zastosowania: Kosmetyki

Alginian potasu

(sól potasowa kwasu alginowego)
☺

Kod E402
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator, substancja żelująca
Potencjalne skutki: Alginiany mogą korzystnie wpływać na zdrowie; w niektórych testach na zwierzętach hamowały wchłanianie podstawowych składników odżywczych
Zastosowanie w żywności: Lody, jogurty, budynie w proszku

Alginian sodu

(sól sodowa kwasu alginowego)
☺

Kod E401
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator, rozpuszczalnik, substancja klarująca
Potencjalne skutki: Alginiany mogą korzystnie wpływać na zdrowie; w niektórych testach na zwierzętach hamowały wchłanianie podstawowych składników odżywczych
Zastosowanie w żywności: Mrożone desery, dżemy, konserwowe galaretki

owocowe
Inne zastosowania: Mleczka kosmetyczne dla niemowląt, zestawy do trwałej ondulacji, kremy do golenia

Alginian wapnia
(sól wapniowa kwasu alginowego)
☺
Kod E404
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Alginiany mogą korzystnie wpływać na zdrowie; w niektórych testach na zwierzętach hamowały wchłanianie podstawowych składników odżywczych
Zastosowanie w żywności: Lody, sery miękkie, twarogi, przekąski serowe, desery błyskawiczne
Inne zastosowania: Mydła w płynie, kremy do rąk, szampony, zestawy do układania włosów

Aluminium
(glin; uzyskiwany z boksytów)
☹
Kod E173
Funkcja: Barwnik (metaliczny)
Potencjalne skutki: Połknięcie lub inhalacja może nasilić choroby nerek i płuc; toksyczne dla układu krwionośnego, rozrodczego i nerwowego; udowodniono związek z chorobą Alzheimera; Parlament Europejski uznał, że dodawanie aluminium powinno być zakazane
Zastosowanie w żywności: Zewnętrzne dekoracje ciast itp.
Inne zastosowania: Kosmetyki, garnki i patelnie, antyperspiranty, srebrne wykończenie pigułek i tabletek

Amarant
(czerwień FD&C 2; syntetyczny związek chemiczny, nieziarnisty; barwnik smołowy i azowy; zakazany w niektórych krajach)
☹☹
Kod E123
Funkcja: Barwnik (niebiesko-czerwony)
Potencjalne skutki: Nadpobudliwość; pokrzywka; astma; nieżyt nosa; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; może wpływać na płodność, wątrobę i nerki, wywoływać wady wrodzone; kancerogenny; teratogenny
Zastosowanie w żywności: Ciasta w proszku, ciasto biszkoptowe w proszku,

galaretki w proszku, płatki zbożowe, kasze, napoje bezalkoholowe, przetwory z czarnej porzeczki
Inne zastosowania: Szminki, róże i inne kosmetyki

Annato, biksyna, norbiksyna

(z drzewa *Bixa orellana*; biksyna i norbiksyna są ekstraktami)
☹
Kod E160b
Funkcja: Barwnik (żółto-różowy)
Potencjalne skutki: Może powodować skłonność do irytacji i ból głowy u dzieci; pokrzywka; niedociśnienie; świąd; biksyna i norbiksyna przechodzą testy na toksyczność
Zastosowanie w żywności: Margaryny, wypieki, odłuszczone produkty do smarowania pieczywa, nabiał, płatki śniadaniowe, ryby wędzone, jadalne powłoki serów i jadalne osłonki
Inne zastosowania: Sztuczne barwniki, mydła, lakiery, farby do ciała

Antocyjany

(ekstrahowane ze skórek winogron lub z czerwonej kapusty)
☺☺
Kod E163
Funkcja: Barwnik (czerwono-fioletowy)
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; sądzi się, że pełnią funkcje ochronne w organizmie
Zastosowanie w żywności: Napoje bezalkoholowe, dżemy, lody, wina, jogurty, cukierki, konserwy, wyroby cukiernicze
Inne zastosowania: Witaminy w tabletkach

Argon

(gaz szlachetny)
☺☺
Kod E938
Funkcja: Gaz do pakowania
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Pakowanie żywności
Inne zastosowania: Spawanie

Askorbinian sodu

(syntetyczny; sól sodowa kwasu askorbinowego)

☺☺

Kod E301
Funkcja: Przeciwutleniacz, regulator kwasowości, ztabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Żywność dla niemowląt, mrożone ryby, wino, ocet winny, piwo
Inne zastosowania: Kosmetyki

Askorbinian wapnia

(produkowany z kwasu askorbinowego i węglanu wapnia)
☺☺

Kod E302
Funkcja: Konserwant, przeciwutleniacz, stabilizator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Mleko zagęszczone, gotowane i wędzone przetwory mięsne

Aspartam

(produkowany z fenyloalaniny i kwasu asparaginowego; w ciele rozpada się do metanolu, następnie formaldehydu, może pochodzić z roślin GM)
☹☹

Kod E951
Funkcja: Substancja słodząca, wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Bóle głowy; depresja; niepokój; astma; zmęczenie; nadpobudliwość; symptomy jak w stwardnieniu rozsianym; ślepota; agresja; migrena; bezsenność; zawroty głowy; irytacja; epilepsja; utrata pamięci; apopleksja – ponad 92 przypadki; niezalecany dzieciom i kobietom w ciąży; teratogenny
Zastosowanie w żywności: Sztuczne słodziki, produkty spożywcze niskokaloryczne, napoje dietetyczne, guma do żucia, napoje bezalkoholowe, kawa rozpuszczalna; może występować we wszystkich produktach niezawierających cukru
Inne zastosowania: Lekarstwa, w tym leki dla dzieci

Azorubina

(karmoizyna; syntetyczny barwnik azowy; zakazany w niektórych krajach)
☹

Kod E122

Funkcja: Barwnik (czerwony)
Potencjalne skutki: Astma, nadpobudliwość; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; kancerogenny dla zwierząt
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, cukierki, marcepan, sos brązowy, galaretki w proszku

Azot

☺☺

Kod E941
Funkcja Gaz nośny, gaz do pakowania
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Zamrażanie i próżniowe pakowanie żywności
Inne zastosowania: Konserwant w kosmetykach

Azotan potasu

(sól potasowa kwasu azotowego, saletra indyjska; zakazany w niektórych krajach; zobacz Nitrates (Azotany) w części 2)

☹

Kod: E252
Funkcja: Konserwant, utrwalacz koloru
Potencjalne skutki: Astma; zapalenie nerek; problemy behawioralne; bóle i zawroty głowy; może tworzyć nitrozoaminy; niedozwolony w żywności dla dzieci poniżej 6 miesiąca życia
Zastosowanie w żywności: Szynka prosciutto, wędzone przetwory mięsne
Inne zastosowania: Tytoń, zapałki, nawozy sztuczne

Azotan sodu

(sól sodowa kwasu azotowego; zakazany w niektórych krajach; zobacz Nitrates (Azotany) w części 2)

☹

Kod: E251
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Mdłości; wymioty; zawroty i bóle głowy; migrena; może wpływać na tarczycę; niedozwolony w żywności dla dzieci poniżej 6 miesiąca życia
Zastosowanie w żywności: Szynka prosciutto, wędliny

Azotyn potasu

(zakazany w niektórych krajach; zobacz Nitrites (Azotyny) w części 2)

☹

Kod E249
Funkcja: Konserwant, utrwalacz koloru
Potencjalne skutki: Astma; zapalenie nerek; problemy behawioralne; bóle i zawroty głowy; może tworzyć nitrozoaminy; niedozwolony w żywności dla dzieci poniżej 6 miesiąca życia; hamuje przenoszenie tlenu przez krew; kancerogenny
Zastosowanie w żywności: Solone, wędzone i marynowane przetwory mięsne, wędliny, salceson

Azotyn sodu

(syntetyczny; zakazany w niektórych krajach; zobacz Nitrites (Azotyny) w części 2)
☹

Kod E250
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Mdłości; zawroty i bóle głowy; niedozwolony w żywności dla dzieci poniżej 6 miesiąca życia; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w żywności: Konserwowe i wędzone przetwory mięsne, wędliny, kiełbaski, bekon
Inne zastosowania: Środki antykorozyjne w niektórych kosmetykach

Bentonit

(uwodniony krzemian glinu)
😐**?**

Kod E558
Funkcja: Zagęstnik, środek przeciwzbrylający, substancja klarująca
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; może zatykać pory skóry, utrudniając jej prawidłowe funkcjonowanie; zobacz Aluminium (E173)
Zastosowanie w żywności: Używany do barwienia wina, do klarowania soków, moszczy, piwa, wina, miodów pitnych
Inne zastosowania: Kosmetyki, maseczki do twarzy, karma dla zwierząt i drobiu, detergenty

Benzoesan potasu

(syntetyczny; sól potasowa kwasu benzoesowego)
☹

Kod E212
Funkcja: Konserwant

Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; egzema; reakcje alergiczne; podrażnienia żołądka; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę
Zastosowanie w żywności: Niskokaloryczne dżemy i produkty do smarowania pieczywa, pasta chilli, lukrowane wiśnie
Inne zastosowania: Kosmetyki

Benzoesan sodu

(syntetyczny; sól sodowa kwasu benzoesowego)
☹
Kod E211
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; kontaktowe zapalenie skóry; katar sienny; podrażnienia jamy ustnej i skóry; nadpobudliwość; anafilaksja; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę
Zastosowanie w żywności: Napoje bezalkoholowe, soki owocowe, dżemy, marynaty, przyprawy, wypieki, koncentrat pomidorowy
Inne zastosowania: Pasty do zębów, kremy do oczu, pomocnicze środki diagnostyczne do badania wątroby

Benzoesan wapnia

(sól wapniowa kwasu benzoesowego)
☹
Kod E213
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; anafilaksja; problemy behawioralne; egzema; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; niezalecany dzieciom
Zastosowanie w żywności: Warzone napoje bezalkoholowe, bezmleczne dipy, guma do żucia, soki owocowe, margaryny, lody

Beta-apo-8’-karotenal (C30)

(syntetyczny)
☺☺
Kod E160e
Funkcja: Barwnik, (pomarańczowo-żółty)
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Kremowe serki do smarowania pieczywa, sery w plastrach, sery topione, sosy sałatkowe

Beta-cyklodekstryna

(BCD, powstaje naturalnie podczas działania enzymów na skrobię)
☺☺
Kod E459
Funkcja: Środek pomocniczy, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Przetworzona żywność
Inne zastosowania: Pasty do zębów, kremy do ciała

Betanina
(barwnik buraka ćwikłowego)
☺
Kod E162
Funkcja: Barwnik (ciemnoczerwony/fioletowy)
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych; zawiera azotany, więc niezalecana dzieciom
Zastosowanie w żywności: Desery, galaretki, dżemy, lukrecja, cukierki, napoje i zaprawy do napojów bealkoholowych
Inne zastosowania: Kosmetyki

Bifenyl
(difenyl; pochodna benzenu; zakazany w niektórych krajach)
☹☹
Kod E230
Funkcja: Środek grzybobójczy, konserwant
Potencjalne skutki: Kontakt może wywołać podrażnienie oczu i nosa; nudności i wymioty; depresja centralnego układu nerwowego; toksyczny dla układu wątroby, nerek, układu oddechowego, krwionośnego i nerwowego
Zastosowanie w żywności: Odkażanie niektórych owoców (na skórce owoców zostają resztki), pakowanie żywności w papier impregnowany difenylem, skórka cytrynowa, marmolada

Błękit brylantowy FCF
(niebieski FD&C 1; zakazany w niektórych krajach)
☹☹
Kod E133
Funkcja: Barwnik (zielonkawo-niebieski)
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; katar sienny; reakcje alergiczne; niezalecany dzieciom; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; kancerogenny

Zastosowanie w żywności: Żelatyna, groszek konserwowy, napoje bezalkoholowe, nabiał, płatki zbożowe, kasze, desery, kremy do wyrobów ciastkarskich
Inne zastosowania: Pasty do zębów, kosmetyki, farby do włosów, dezodoranty

Błękit patentowy V

(barwnik smołowy lub azowy; zakazany w niektórych krajach)
☹

Kod E131
Funkcja: Barwnik (niebiesko--fioletowy)
Potencjalne skutki: Astma; problemy żołądkowo-jelitowe; anafilaksja; pokrzywka; nadpobudliwość; reakcje alergiczne; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę
Zastosowanie w żywności: Półprodukty żelujące do dekoracji
Inne zastosowania: Medyczne barwniki diagnostyczne

Brąz FK

(mieszanka sześciu barwników azowych, innych barwników oraz chlorku sodowego i/lub siarczanu sodowego; zakazany w wielu krajach)
☹☹

Kod E154
Funkcja: Barwnik (brązowy)
Potencjalne skutki: Astma; reakcje alergiczne; pokrzywka; może wpływać na serce, nerki, wątrobę, tarczycę; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; niezalecany dzieciom
Zastosowanie w żywności: Wędzone ryby, gotowana szynka, chipsy

Brąz HT

(barwnik smołowy i azowy; zakazany w niektórych krajach)
☹

Kod E155
Funkcja: Barwnik (brązowy)
Potencjalne skutki: Astma; reakcje alergiczne; pokrzywka; może wpływać na nerki; niezalecany dzieciom; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę
Zastosowanie w żywności: Czekoladowe ciasta w proszku, czekoladowe herbatniki

Butan

(uzyskiwany z ropy naftowej)

😐?

Kod E943a
Funkcja: Rozpuszczalnik, gaz nośny
Potencjalne skutki: Kancerogenny dla zwierząt; depresja centralnego układu nerwowego; na liście niebezpiecznych substancji NIH; neurotoksyczny
Zastosowanie w żywności: Chłodziwo
Inne zastosowania: Kosmetyki w aerozolu

Butylohydroksyanizol

(BHA; uzyskiwany z ropy naftowej; zakazany w niektórych krajach)
☹☹

Kod E320
Funkcja: Przeciwutleniacz, konserwant
Potencjalne skutki: Pokrzywka; senność; katar sienny; ból głowy; świszczący oddech; zmęczenie; astma; niezalecany dzieciom; może wpływać na nerki, wątrobę, tarczycę, żołądek, płodność; kancerogenny; teratogenny
Zastosowanie w żywności: Koncentrat pomidorowy, jadalne tłuszcze i oleje, guma do żucia, produkty odtłuszczone, margaryny, przetwory mięsne, lody
Inne zastosowania: Kosmetyki

Butylohydroksytoluen

(BHT; uzyskiwany z ropy naftowej; zakazany w niektórych krajach)
☹☹

Kod E321
Funkcja: Przeciwutleniacz, konserwant
Potencjalne skutki: Przewlekła pokrzywka; zapalenie skóry; zmęczenie; astma; agresywne zachowanie; skurcze oskrzeli; niezalecany dzieciom; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w żywności: Jadalne tłuszcze i oleje, guma do żucia, przetwory rybne, suche płatki śniadaniowe, piwo i słód, folia polietylenowa do owijania żywności
Inne zastosowania: Kremy do golenia, oliwki dla dzieci, mleczka dla dzieci, szminki, kredki do oczu, opakowania, paliwo lotnicze

Celuloza

(produkowana z pulpy drzewnej)
☺☺

Kod E460
Funkcja: Środek przeciwzbrylający, środek wiążący, stabilizator, substancja wypełniająca

Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Ciasta, sosy, zupy, herbatniki, pieczywo, produkty do smarowania pieczywa, dżemy, lody
Inne zastosowania: Kremy, tabletki

Chlorek cyny

😐?

Kod E512
Funkcja: Przeciwutleniacz, środek utrwalający kolor
Potencjalne skutki: Mała toksyczność ogólnoustrojowa; podrażnienia skóry i błon śluzowych; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w żywności: Konserwowe szparagi, konserwowe soki owocowe, konserwowe napoje bezalkoholowe
Inne zastosowania: Produkcja barwników

Chlorek magnezu

(syntetyczny; uzyskiwany w wyniku reakcji kwasu solnego z tlenkiem lub wodorotlenkiem magnezu)

☺

Kod E511
Funkcja: Utwardzacz, regulator kwasowości, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może działać przeczyszczająco
Zastosowanie w żywności: Mleko modyfikowane dla niemowląt, substytuty soli, gazowane napoje bezalkoholowe

Chlorek potasu

😐?

Kod E508
Funkcja: Regulator kwasowości
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; wrzody żołądka; niezalecany dzieciom; toksyczny dla wątroby, układu krwionośnego i oddechowego
Zastosowanie w żywności: Żywność o obniżonej zawartości sodu, substytuty soli o niskiej zawartości sodu
Inne zastosowania: Kosmetyki, nawozy sztuczne

Chlorek wapnia

(sól wapniowa kwasu solnego)

☺

Kod E509
Funkcja: Utwardzacz, środek maskujący, regulator kwasowości
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia skóry i błon śluzowych; dolegliwości żołądkowe; zaburzenia rytmu serca
Zastosowanie w żywności: Twarogi, galaretki, pomidory konserwowe, substytuty soli o niskiej zawartości sodu
Inne zastosowania: Kosmetyki, płyn do zmywania oczu, gaśnice

Chlorofil i jego pochodne

(zielony barwnik roślin)

☺

Kod E140
Funkcja: Barwnik (od oliwkowego do ciemnozielonego)
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; może powodować uczulenie na światło
Zastosowanie w żywności: Zupy, sosy, olej z oliwek, olej sojowy, lody, napoje mleczne fermentowane
Inne zastosowania: Antyperspiranty, płyny do płukania jamy ustnej

Cytrynian triamonu

(sól triamonowa kwasu cytrynowego)

☺

Kod E380
Funkcja: Regulator kwasowości
Potencjalne skutki: Może wywoływać objawy u osób reagujących na glutaminian sodu
Zastosowanie w żywności: Szeroki wachlarz produktów spożywczych, w tym sery topione, serki do smarowania pieczywa

Cytrynian trietylowy

(powstaje w wyniku reakcji kwasu cytrynowego z alkoholem etylowym)

☺

Kod E1505
Funkcja: Zagęstnik, środek maskujący, substancja pianotwórcza
Potencjalne skutki: Może wywoływać objawy u osób reagujących na glutaminian sodu; cytryniany mogą fałszować wyniki badań laboratoryjnych krwi, funkcjonowania trzustki i wątroby
Zastosowanie w żywności: Przetworzone białka jajek, aromat „wędzony”

Inne zastosowania: Lakier do paznokci, perfumy

Cytryniany potasu

(sole potasowe kwasu cytrynowego)

☺

Kod E332
Funkcja: Regulator kwasowości, stabilizator, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Mogą wywoływać objawy u osób reagujących na glutaminian sodu; cytryniany mogą fałszować wyniki badań laboratoryjnych krwi, funkcjonowania trzustki i wątroby
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, galaretki, konserwy

Cytryniany sodu

(sole sodowe kwasu cytrynowego)

☺

Kod E331
Funkcja: Regulator kwasowości, emulgator, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Mogą wywoływać objawy u osób reagujących na glutaminian sodu; mogą zmienić wydalanie z moczem niektórych lekarstw, osłabiając lub wzmacniając ich działanie
Zastosowanie w żywności: Mleko modyfikowane dla niemowląt, twarogi, lody, mleko zagęszczone, dżemy, konserwy, galaretki owocowe
Inne zastosowania: Kosmetyki

Cytryniany wapnia

(sole wapniowe kwasu cytrynowego; produkowane z cytrusów)

☺

Kod E333
Funkcja: Środek buforujący, stabilizator
Potencjalne skutki: Może wywoływać objawy u osób reagujących na glutaminian sodu; cytryniany mogą fałszować wyniki badań laboratoryjnych krwi, funkcjonowania trzustki i wątroby
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, galaretki, dżemy, polepszacze właściwości mąki

Czerń brylantowa PN

(czerń PN; barwnik azowy; dozwolony w UE, zakazany w USA)

☹☹

Kod E151

Funkcja: Barwnik (czarny, niebiesko-fioletowy)
Potencjalne skutki: Astma, nadpobudliwość; może wpływać na nerki i żołądek; niezalecana dzieciom, kancerogenna
Zastosowanie w żywności: Ciasto w proszku z czarną porzeczką, sos brązowy, ajerkoniak, jogurty pitne

Czerwień 2G

(syntetyczna; barwnik azowy; zakazany w niektórych krajach)
☹
Kod E128
Funkcja: Barwnik (czerwony)
Potencjalne skutki: Astma; dolegliwości żołądkowo-jelitowe; nadpobudliwość; obrzęk naczyniowo-ruchowy; chroniczna pokrzywka; powinny jej unikać osoby uczulone na aspirynę; kancerogenna
Zastosowanie w żywności: Wyroby z gotowanego mięsa, kotlety mielone, kiełbaski

Czerwień Allura AC

(czerwień FD&C 40; barwnik smołowy; zakazany w niektórych krajach)
☹
Kod E129
Funkcja: Barwnik (pomarańczowo-czerwony)
Potencjalne skutki: Astma; nadpobudliwość; reakcje alergiczne; katar sienny; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; szkodliwy wpływ na płodność zwierząt; kancerogenny
Zastosowanie w żywności: Ciasta w proszku, ciasto biszkoptowe w proszku, galaretki w proszku, płatki zbożowe, kasze, herbatniki czekoladowe
Inne zastosowania: Kosmetyki, szminki, lekarstwa

Czerwień koszenilowa A

(pąs 4R, jasny szkarłat 4R; barwnik monoazowy; zakazany w niektórych krajach)
☹
Kod E124
Funkcja: Barwnik (czerwony)
Potencjalne skutki: Astma; katar sienny; pokrzywka; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; nadpobudliwość; kancerogenny
Zastosowanie w żywności: Ciasta w proszku, galaretki w proszku, dżemy, polewy deserowe, zupy pomidorowe

Czerwień litolowa BK

(rubin litolowy BK; syntetyczny; barwnik smołowy; zakazany w niektórych krajach)

☹

Kod E180
Funkcja: Barwnik (czerwonawy)
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; katar sienny; problemy żołądkowo-jelitowe; bezsenność; nadpobudliwość
Zastosowanie w żywności: Jadalne powłoki serów dojrzewających, takich jak Edam
Inne zastosowania: Kosmetyki, środki farmaceutyczne

Delta-tokoferol

(witamina E; może być GM)

☺☺

Kod E309
Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Pełni funkcję ochronną w organizmie
Zastosowanie w żywności: Oleje do sałatek, odtłuszczone serki do smarowania pieczywa, napoje mleczne, margaryny

Difosforany

☺

Kod E450
Funkcja: Środek buforujący, środek maskujący, substancja klarująca, substancja spulchniająca, stabilizator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może spowodować uszkodzenie nerek, zmniejszenie gęstości kości; osteoporoza
Zastosowanie w żywności: Mięso i ryby konserwowe, sery topione, proszek do pieczenia

Diglutaminian magnezu

(zawiera glutaminian sodu, może pochodzić z roślin GM)

☺

Kod E625
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; zawiera glutaminian sodu; nadmiar może działać przeczyszczająco

Zastosowanie w żywności: Substytuty soli o niskiej zawartości sodu

Diglutaminian wapnia

(sól wapniowa kwasu glutaminowego; zawiera glutaminian sodu; może pochodzić z roślin GM)

😐?

Kod E623
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Astma; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; prawdopodobnie efekty podobne jak po glutaminianie sodu
Zastosowanie w żywności: Substytuty soli o niskiej zawartości sodu

Dimetylopolisiloksan

😐?

Kod E900
Funkcja: Środek przeciwpieniący
Potencjalne skutki: Ostre lub opóźnione reakcje nadwrażliwości; nudności; biegunka
Zastosowanie w żywności: Guma do żucia, napoje bezalkoholowe, dżemy, kawa rozpuszczalna, syropy
Inne zastosowania: Podłoże maści, lekarstwa miejscowe, kosmetyki ochronne dla skóry

Disiarczyn potasu

(pirosiarczyn potasu;
zobacz Sulphites (Siarczyny) w części 2)

☹

Kod E224
Funkcja: Konserwant, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; problemy behawioralne; podrażnienia żołądka; anafilaksja
Zastosowanie w żywności: Sery i ich przetwory, zestawy do produkcji wina w domu
Inne zastosowania: Wybielana słoma na kapelusze

Disiarczyn sodu

(pirosiarczyn sodu; syntetyczny; sól sodowa kwasu siarkawego; zobacz Sulphites (Siarczyny) w części 2)

☹

Kod E223
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma (ataki zagrażające życiu); katar sienny; chroniczna pokrzywka; atopowe zapalenie skóry; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w żywności: Pieczywo, produkty mączne, galaretki, suszone owoce, koncentrat pomidorowy, wiśnie maraskino
Inne zastosowania: Produkty do pielęgnacji włosów, preparaty do kąpieli, dezodoranty

Dwutlenek krzemu
(krzemionka)
☺☺
Kod E551
Funkcja: Środek przeciwzbrylający, substancja klarująca
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; korzystny wpływ na zdrowie
Zastosowanie w żywności: Produkty zawierające suszone jajka, wybielanie napojów gazowanych, substytuty soli
Inne zastosowania: Produkcja piwa, karma dla zwierząt, produkcja papieru i kartonu

Dwutlenek siarki
(powstaje przy spalaniu siarki)
☹
Kod E220
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; skurcze oskrzeli; zwężenie oskrzeli; obniżone ciśnienie; anafilaksja; zapalenie oskrzeli; niszczy witaminy A i B1 w pokarmach; mutagenny dla zwierząt
Zastosowanie w żywności: Suszone owoce, piwo, jabłecznik, soki owocowe, żelatyna, wina, marynaty, napoje bezalkoholowe, wiórki kokosowe, ocet winny

Dwutlenek tytanu
(występuje naturalnie; może zawierać nanocząsteczki)
😐?
Kod E171
Funkcja: Barwnik (biały), zmętniacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; kontakt ze skórą może spowodować podrażnienia; niepełne dowody wywoływania nowotworów u zwierząt; zobacz Nanoparticles

(Nanocząsteczki) w części 2
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze posypywane cukrem, słodycze, guma do żucia, lukier, dżemy, galaretki, półprodukty z czerwonych owoców
Inne zastosowania: Talk kosmetyczny, puder do twarzy, przyprawy, kremy z filtrem UV, tusze do pisaków, farby

Dwutlenek węgla
(na skalę przemysłową uzyskiwany na drodze fermentacji)
☺
Kod E290
Funkcja: Gaz do pakowania, konserwant
Potencjalne skutki: Prawdopodobnie nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; może obniżać płodność; teratogenny; neurotoksyczny
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, napoje gazowane, gazowana śmietana
Inne zastosowania: Suchy lód, dym sceniczny

Dwuwęglan dimetylu
(dimetylodiwęglan)
☺☺
Kod E242
Funkcja: Konserwant, środek grzybobójczy
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Napoje dla sportowców, napoje owocowe, herbaty błyskawiczne
Inne zastosowania: Inhibitor drożdży w winie

Ekstrakt Quillaia
(zakazany w niektórych krajach)
☺
Kod E999
Funkcja: Środek pianotwórczy, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia żołądkowo-jelitowe; duże dawki mogą spowodować uszkodzenia wątroby, niewydolność układu oddechowego, konwulsje i śpiączkę
Zastosowanie w żywności: Napoje bezalkoholowe, lody, słodycze

Enzymatycznie zhydrolizowana karboksymetyloceluloza

☹

Kod E469
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Zobacz Karboksymetyloceluloza (E466)
Zastosowanie w żywności: Lody, zupy, tłuste wyroby mięsne

Erytrozyna

(czerwień FD&C 3; barwnik smołowy; zakazany w niektórych krajach)
☹☹

Kod E127
Funkcja: Barwnik (niebiesko-różowy)
Potencjalne skutki: Astma; nadpobudliwość; pokrzywka; trudności w nauce; uczulenie na światło; może wpływać na wątrobę, serce, tarczycę, płodność, żołądek; kancerogenna
Zastosowanie w żywności: Konserwowe koktajle owocowe, herbatniki, lukrowane wiśnie, ciasto biszkoptowe w proszku, konserwowe czereśnie, wiśnie maraskino, osłonki kiełbasy
Inne zastosowania: Pasty i tabletki do zębów, róż, lekarstwa

Ester etylowy kwasu beta-apo-8’-karotenowego (C 30)

(naturalna substancja roślinna)
☺☺

Kod E160f
Funkcja: Barwnik (żółto-pomarańczowy)
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Przetworzona żywność, napoje mleczne fermentowane aromatyzowane i/lub z dodatkami smakowymi

Ester etylowy kwasu p-hydroksybenzoesowego

(p-hydroksybenzoesan etylu, etyloparaben; zobacz Parabens (Parabeny) w części 2)
☹

Kod E214
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; reakcje alergiczne; zaczerwienie, swędzenie i łuszczenie się skóry; anafilaksja
Zastosowanie w żywności: Warzone napoje bezalkoholowe, lody, jabłecznik, bezmleczne dipy, guma do żucia, soki owocowe, margaryny

Ester metylowy kwasu p-hydroksybenzoesowego

(p-hydroksybenzoesan metylu, metyloparaben; zobacz Parabens (Parabeny) w części 2)

☹

Kod E218
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; reakcje alergiczne; zaczerwienienie skóry; swędzenie i łuszczenie się skóry; anafilaksja
Zastosowanie w żywności: Galaretki, konserwy, dżemy, wypieki, soki owocowe, sosy do sałaty
Inne zastosowania: Kosmetyki, produkty do pielęgnacji skóry i włosów

Ester propylowy kwasu p-hydroksybenzoesowego

(p-hydroksybenzoesan propylu, propyloparaben; zobacz Parabens (Parabeny) w części 2)

☹

Kod E216
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; reakcje alergiczne; zaczerwienienie, swędzenie i łuszczenie się skóry; anafilaksja
Zastosowanie w żywności: Napoje gazowane, wypieki, słodycze, galaretki, konserwy, aromaty owocowe
Inne zastosowania: Kosmetyki, szampony, podkład do makijażu

Estry glicerolu i kalafonii ekstrakcyjnej roślinnej

(żywica roślinna; wytwarzana z kwasów żywicowych kalafonii ekstrakcyjnej i gliceryny spożywczej; może być pochodzenia zwierzęcego)

😐?

Kod E445
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Nie uzyskały statusu GRAS w USA ze względu na brak wystarczających danych o bezpieczeństwie
Zastosowanie w żywności: Baza gumy do żucia, olejki aromatyczne w napojach gazowanych

Estry kwasów tłuszczowych i glikolu propylenowego

(mogą być pochodzenia zwierzęcego; mogą pochodzić z roślin GM)

☺☺

Kod E477

Funkcja: Emulgator, środek spulchniający
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Ubijane desery kremowe, ciasta

Estry kwasów tłuszczowych i kwasu askorbinowego

(mogą być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Kod E304
Funkcja: Przeciwutleniacz, konserwant, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Napoje mleczne, oleje do sałatek, koncentrat pomidorowy, odtłuszczone serki do smarowania pieczywa

Estry kwasów tłuszczowych i poliglicerolu

(mogą być pochodzenia zwierzęcego; mogą pochodzić z roślin GM)
☺☺
Kod E475
Funkcja: Emulgator, zagęstnik
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Majonezy, ciasta w proszku, desery lodowe, mleczko do kawy, polewy

Estry kwasów tłuszczowych i sacharozy

(cukroestry; powstają w wyniku reakcji sacharozy z kwasami tłuszczowymi; mogą być pochodzenia zwierzęcego; mogą pochodzić z roślin GM)
☺
Kod E473
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; w dużych dawkach może wywoływać mdłości, biegunkę, gazy, wzdęcia, bóle brzucha; może ułatwiać przyswajanie alergenów z żywności
Zastosowanie w żywności: Margaryny, desery mleczne, guma do żucia, czekolady, majonezy

Estry kwasu montanowego

(uzyskiwane ze skamieniałego wosku roślinnego)

😐?

Kod E912
Funkcja: Środek pokrywający powierzchnię
Potencjalne skutki: Brak dostępu do informacji
Zastosowanie w żywności: Warstwy ochronne na skórkach owoców, pokrycie artykułów spożywczych

Etylometyloceluloza

(otrzymywana bezpośrednio z naturalnych odmian włóknistego surowca roślinnego)

😐?

Kod E465
Funkcja: Zagęstnik, emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Może powodować problemy z trawieniem; biegunka; wzdęcia; dolegliwości żołądkowo-jelitowe
Zastosowanie w żywności: Tłuszcze roślinne, chuda śmietana, desery lodowe, bita śmietana w sprayu
Inne zastosowania: Środki przeczyszczające, tytoń

Fosfatydy amonu

(mogą być syntetyczne lub pochodzenia zwierzęcego)

☺☺

Kod E442
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Pieczywo, czekolady, wyroby cukiernicze, oleje do smażenia

Fosforan diskrobiowy

(zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)

😐?

Kod E1412
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Owocowe nadzienia do ciast, budynie błyskawiczne, desery błyskawiczne, sosy, zupy w proszku
Inne zastosowania: Kosmetyki, środki zmiękczające wodę

Fosforan glinowo-sodowy

😐?

Kod E541
Funkcja: Emulgator, regulator kwasowości
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; osoby z chorymi nerkami lub sercem powinny unikać lub ograniczyć jego przyjmowanie; zobacz Aluminium (E173)
Zastosowanie w żywności: Mąka z proszkiem do pieczenia, różne sery

Fosforan monoskrobiowy

(skrobia modyfikowana; patrz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)

😐?

Kod E1410
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Różne produkty spożywcze

Fosforany magnezu

☺☺

Kod E343
Funkcja: Środek przeciwzbrylający, regulator kwasowości
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Mleko zagęszczone, mleko w proszku
Inne zastosowania: Preparaty mineralne

Fosforany potasu

☺☺

Kod E340
Funkcja: Regulator kwasowości, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Mrożone produkty na bazie jajek, produkcja szampana
Inne zastosowania: Szampony, płyny do usuwania skórek

Fosforany sodu

(sole sodowe kwasu fosforowego)
☺
Kod E339
Funkcja: Regulator kwasowości, emulgator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; kontakt może spowodować podrażnienia skóry; rumień; bąble
Zastosowanie w żywności: Mrożone desery, pierogi i makarony, serki do smarowania
Inne zastosowania: Produkcja lakierów do paznokci i detergentów

Fosforany wapnia
(sole wapniowe kwasu fosforowego)
☺
Kod E341
Funkcja: Środek buforujący, środek maskujący
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; przy bezpośrednim kontakcie mogą spowodować podrażnienia skóry i oczu
Zastosowanie w żywności: Produkty mączne, słodowe mleko w proszku, mąki pełnoziarniste, przyprawy
Inne zastosowania: Pasty do zębów, proszki do czyszczenia zębów, kosmetyki

Fosforowany fosforan diskrobiowy
(skrobia modyfikowana; zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)
😐?
Kod E1413
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Jogurty smakowe, lody, konserwowe owoce dla niemowląt

Galusan dodecylu
(ester kwasu galusowego z alkoholem dodecylowym; otrzymywany z taniny)
😐?
Kod E312
Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; niezalecany dzieciom; kontaktowe

zapalenie skóry, podrażnienia żołądka; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; w testach na szczurach powodował patologiczne zmiany śledziony, nerek i wątroby
Zastosowanie w żywności: Napoje mleczne, jadalne tłuszcze i oleje, odtłuszczone serki do smarowania pieczywa, margaryny
Inne zastosowania: Kremy kosmetyczne, atrament

Galusan oktylu
(syntetyczny; ester kwasu galusowego z alkoholem oktylowym)
😐?
Kod E311
Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Umiarkowanie toksyczny przy połknięciu; reakcje alergiczne, podrażnienia żołądka; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę
Zastosowanie w żywności: Jadalne tłuszcze i oleje, odtłuszczane serki do smarowania pieczywa, margaryny, sosy do pieczeni, oleje do sałaty

Galusan propylu
(syntetyczny ester kwasu galusowego z alkoholem propylowym)
☹
Kod E310
Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Astma; kontaktowe zapalenie skóry; podrażnienia żołądka; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; niedopuszczalny w żywności dla niemowląt i małych dzieci
Zastosowanie w żywności: Napoje mleczne, jadalne tłuszcze i oleje, odtłuszczone serki do smarowania pieczywa, guma do żucia, margaryny, olej sałatkowy, masło orzechowe
Inne zastosowania: Kremy i płyny kosmetyczne

Gamma-tokoferol
(syntetyczny; może pochodzić z roślin GM)
☺☺
Kod E308
Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Ten typ witaminy E pełni ważne funkcje ochronne w organizmie
Zastosowanie w żywności: Napoje mleczne, oleje do sałatek, margaryny, odtłuszczone serki do smarowania pieczywa

Glicerol
(gliceryna; syntetyczny; produkt uboczny produkcji mydła; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Kod E422
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, emulgator, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; brak jasności umysłu; może wpływać na żołądek, serce, płodność, poziom cukru we krwi
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, suszone owoce, produkty niskokaloryczne, pianki żelowe, wypieki, guma do żucia
Inne zastosowania: Tytoń, mydła, pasty do zębów, kremy do rąk, płyny do płukania jamy ustnej, kremy ochronne, perfumy

Glicyna i jej sól sodowa
(mogą być syntetyczne; mogą być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Kod E640
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Lekko toksyczne przy połknięciu
Zastosowanie w żywności: Używane do maskowania posmaku i zapachu sacharyny
Inne zastosowania: Preparaty mineralne, kosmetyki, środki zobojętniające kwasy

Glikol 1, 2 – propylenowy
(propan-1,2-diol; wytwarzany syntetycznie z propylenu i glicerolu)
☹

Kod E1520
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; kwasica mleczanowa; suchość skóry; toksyczny dla układu oddechowego, immunologicznego i nerwowego; depresja centralnego układu nerwowego i uszkodzenia nerek u zwierząt
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, wypieki, produkty czekoladowe, słodzone orzechy kokosowe, polewy
Inne zastosowania: Olejki do opalania, pasty do zębów, szminki, mleczka kosmetyczne dla niemowląt, pestycydy, antyzamarzacze

Glikol polietylenowy 6000

(zobacz Polyethylene Glycol (Glikol polietylenowy) w części 2)
😐?
Kod Brak numeru
Funkcja: Środek przeciwpieniący, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Zastosowany u ofiar poparzeń spowodował niewydolność nerek; problemy z sercem; mutagenny
Inne zastosowania: Antyperspiranty, produkty dla dzieci, kremy ochronne, szminki

Glukonian potasu
(sól potasowa kwasu glukonowego)
☺☺
Kod E577
Funkcja: Środek maskujący, środek buforujący,rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Woda sodowa

Glukonian sodu
(sól sodowa kwasu glukonowego)
☺
Kod E576
Funkcja: Regulator kwasowości, środek maskujący
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; osoby z chorobami serca lub wysokim ciśnieniem krwi powinny go ograniczyć lub unikać
Inne zastosowania: Środki czyszczące do metalu, zmywacze farb, odrdzewiacze, metalizowanie

Glukonian wapnia
(sól wapniowa kwasu glukonowego; produkowany z węglanu wapnia i kwasu glukonowego)
😐?
Kod E578
Funkcja: Środek buforujący, środek maskujący
Potencjalne skutki: Podrażnienia żołądka; problemy żołądkowe; problemy z sercem
Zastosowanie w żywności: Konserwy, mleko modyfikowane dla niemowląt, środek przeciwpieniący do kawy w proszku
Inne zastosowania: Kosmetyki, karma dla zwierząt

Glukonian żelazawy
(sól żelaza kwasu glukonowego (produkowany z glukonianu baru i siarczanu żelaza; może pochodzić z roślin GM)
☹
Kod E579
Funkcja: Środek utrwalający kolor, dodatek aromatyczny, stabilizator
Potencjalne skutki: Toksyczny w dużych dawkach; biegunka; wymioty; może wpływać na przewód pokarmowy, wątrobę, żołądek; wywołał guzy u myszy
Zastosowanie w żywności: Mleko modyfikowane dla niemowląt, produkty dietetyczne, konserwowe oliwki bez pestek
Inne zastosowania: Dodatek do żelaza

Glutaminian monoamonowy
(sól monoamonowa kwasu glutaminowego; zawiera glutaminian sodu; może pochodzić z roślin GM)
😐?
Kod E624
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Zawiera glutaminian sodu; reakcje alergiczne
Zastosowanie w żywności: Substytuty soli o niskiej zawartości sodu

Glutaminian monopotasowy
(sól monopotasowa kwasu glutaminowego; może pochodzić z roślin GM)
☹
Kod E622
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Zobacz Glutaminian monosodowy (E621)
Zastosowanie w żywności: Substytuty soli o niskiej zawartości sodu

Glutaminian monosodowy
(sól sodowa kwasu glutaminowego; glutaminian sodu; MSG; może pochodzić z roślin GM)
☹
Kod E621
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Skurcze oskrzeli; palpitacje serca; dolegliwości brzucha; poirytowanie; fibromialgia; mdłości; depresja; ból głowy; migrena; astma; nieostrość widzenia; zawroty głowy; upośledzenie wzroku; teratogenny; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; niezalecany dzieciom

Zastosowanie w żywności: Zupy w torebkach, zupy błyskawiczne, makarony smakowe, kotlety sojowe, ekstrakt słodowy, ekstrakt z drożdży, sos sojowy, żelatyna, aromaty (kurczaka, wołowiny, wieprzowiny, wędzony)
Inne zastosowania: Ukrytymi źródłami glutaminianu sodu są mydła, kosmetyki, szampony, odżywki do włosów, większość szczepionek zawierających żywe wirusy

Guanylan dipotasowy
(sól dipotasowa kwasu guanylowego)
☺
Kod E628
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; powinny go unikać osoby z dną moczanową lub kamieniami nerkowymi
Zastosowanie w żywności: Warzywa konserwowe

Guanylan disodowy
(sól disodowa kwasu guanylowego; często stosowany w połączeniu z glutaminianem sodu)
😐?
Kod E627
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę i osoby z dną moczanową lub kamieniami nerkowymi; niezalecany dzieciom
Zastosowanie w żywności: Konserwy, sosy, przekąski, zupy

Guanylan wapnia
(sól wapniowa kwasu guanylowego)
☺
Kod E629
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; może wywoływać dnę moczanową

Guma arabska
(guma akacjowa, guma senegalska, ekstrakt z akacji senegalskiej)
😐?
Kod E414

Funkcja: Zagęstnik, emulgator, substancja żelująca, stabilizator
Potencjalne skutki: Mało toksyczna przy spożyciu doustnym; astma; wysypka; pokrzywka; katar sienny
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, napoje bezalkoholowe, guma do żucia, galaretki, polewy
Inne zastosowania: Kosmetyki, produkty do pielęgnacji włosów, lekarstwa

Guma gellan

(guma otrzymywana na drodze fermentacji węglowodanów przez kulturę bakterii z naturalnego szczepu *Pseudomonas elodea*)
☺
Kod E418
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator, substancja żelująca
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może wywołać biegunkę
Zastosowanie w żywności: Różne produkty spożywcze

Guma guar

(uzyskiwana z nasion pewnego indyjskiego drzewa)
☺
Kod E412
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może spowodować skurcze jelit; mdłości; wzdęcia; biegunka
Zastosowanie w żywności: Wypieki, dżemy, płatki zbożowe, kasze, serki do smarowania pieczywa, galaretki, napoje gazowane, żywność dla niemowląt, polewy dekoracyjne
Inne zastosowania: Środek wiążący w tabletkach, kosmetyki, środki odchudzające (zalecana ostrożność)

Guma karaya

(jest wysuszoną wydzieliną pni i gałęzi drzew z rodziny *Sterculiaceae*
😐**?**
Kod E416
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; katar sienny; zapalenie skóry; zmniejsza wchłanianie składników odżywczych; podrażnienia żołądka
Zastosowanie w żywności: Lody, wypieki, słodycze, cukierki żelatynowe, mrożone desery mleczne

Inne zastosowania: Płyny do układania włosów w sprayu, mydła w płynie, pasty do zębów, kremy do golenia

Guma konjac

(uzyskiwana z mączki Konjac, która jest nieoczyszczonym surowcem z korzenia rośliny *Amorphophallus konjac*)

😐?

Kod E425
Funkcja: Emulgator, zagęstnik, substancja żelująca
Potencjalne skutki: Ryzyko uduszenia w postaci suchej; biegunka; bóle brzucha; problemy żołądkowe; zaburzenia odżywiania
Zastosowanie w żywności: Zupy, sosy mięsne, dżemy, majonezy, lizaki

Guma ksantanowa

(wytwarzana na drodze fermentacji węglowodanów przez szczepy bakterii *Xanthomonas campestris*)

☺☺

Kod E415
Funkcja: Zagęstnik, emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Galaretki, słodycze, produkty mleczne, śniadaniowe płatki zbożowe, kasze, sosy do sałaty
Inne zastosowania: Karma dla zwierząt, papierosy

Guma Tara

(otrzymywana ze zmielonych nasion drzewa *Caesalpinia spinosa*)

☺☺

Kod E417
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Lody, sery, wypieki, sosy

Guma tragakantowa

(wysuszona wydzielina pni i gałęzi roślin *Astragalus gummifer Labillardiere* i innych azjatyckich gatunków *Astragalus*)

😐?

Kod E413

Funkcja: Zagęstnik, emulgator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych; rzadko występują niepożądane reakcje, takie jak astma, bóle brzucha, kontaktowe zapalenie skóry, duszności, anafilaksja i zaparcia
Zastosowanie w żywności: Sosy, owocowe galaretki, sosy do sałaty, wyroby cukiernicze, lukier
Inne zastosowania: Kremy do golenia, róż, pasty do zębów, podkład do makijażu

Heksametylenoczteroamina

(heksamina, urotropina; pochodna benzenu; rozpada się na formaldehyd i amoniak; zakazana w wielu krajach)
☹
Kod E239
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; rozstrój przewodu pokarmowego; uszkodzenie nerek; mutacje genetyczne u zwierząt; podejrzana o kancerogenność
Zastosowanie w żywności: Ser Provolone
Inne zastosowania: Kosmetyki, kleje, smary powlekające

Hel

(naturalny gaz szlachetny)
☺☺
Kod E939
Funkcja: Gaz do pakowania, gaz nośny
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Inne zastosowania: Spawanie, napełnianie balonów

Hydroksypropyloceluloza

(wytwarzana z celulozy; może pochodzić z roślin GM)
☺
Kod E463
Funkcja: Zagęstnik, emulgator, wypełniacz, środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Odtłuszczona śmietana, śmietana UHT
Inne zastosowania: Kosmetyki, tytoń

Hydroksypropylofosforan diskrobiowy
(zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2; może pochodzić z roślin GM)
😐?
Kod E1442
Funkcja: Zagęstnik, emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Zupy w konserwach, mrożone desery, sosy, ciasta w proszku

Hydroksypropylometyloceluloza
(syntetyczna; wytwarzana z celulozy; może pochodzić z roślin GM)
☺
Kod E464
Funkcja: Emulgator, zagęstnik, substancja żelująca, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych; łagodne podrażnienia oczu i skóry; reakcje alergiczne
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, mleko modyfikowane dla niemowląt, lukier, polewy, lody, marynaty, zupy, suszone mieszanki owocowe
Inne zastosowania: Kosmetyki, preparaty do włosów i skóry, płyny do kąpieli, samoopalacze

Hydroksypropyloskrobia
(zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)
😐?
Kod E1440
Funkcja: Zagęstnik, guma roślinna, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Sosy, marynaty, jogurty, suche ciasta w proszku, konserwowe nadzienia owocowe do placków i pierogów

Indygotyna
(indygokarmina; niebieski FD&C 2; barwnik smołowy; zakazany w niektórych krajach)
☹
Kod E132
Funkcja: Barwnik (głęboki niebieski)

Potencjalne skutki: Astma; reakcje alergiczne; nadpobudliwość; problemy z sercem; niezalecana dzieciom; kancerogenna; zobacz Coal tar (Smoła węglowa) w części 2
Zastosowanie w żywności: Butelkowane napoje bezalkoholowe, słodycze, herbatniki, wyroby cukiernicze, lody, wypieki
Inne zastosowania: Płukanki do włosów, barwniki do przeprowadzania testów funkcjonowania nerek, tabletki i kapsułki

Inozynian dipotasowy
(sól dipotasowa kwasu inozynowego; pochodzenia zwierzęcego)
☺
Kod E632
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; może wywoływać dnę moczanową

Inozynian disodowy
(sól disodowa kwasu izonowego; pochodzenia zwierzęcego; często zawiera glutaminian sodu)
😐?
Kod E631
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Powinny go unikać osoby z dną moczanową lub kamieniami nerkowymi, problemy z nerkami; niezalecany dzieciom
Zastosowanie w żywności: Warzywa konserwowe

Inozynian wapnia
(sól wapniowa kwasu inozynowego; pochodzenia zwierzęcego)
☺
Kod E633
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; może wywoływać dnę moczanową

Inwertaza
(enzym z drożdży; prawdopodobnie z drożdży GM)
😐?
Kod E1103
Funkcja: Środek pomocniczy

Potencjalne skutki: Zmodyfikowane genetycznie enzymy są podejrzewane o wywoływanie poważnych problemów zdrowotnych, a nawet śmierci
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze z miękkim środkiem

Izoaskorbinian sodu
(sól sodowa kwasu izoaskorbinowego)
☺
Kod E316
Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; nie został przetestowany pod kątem efektów mutagennych i teratogennych
Zastosowanie w żywności: Jabłecznik, mrożone owoce, przetwory mięsne, wypieki, napoje gazowane
Inne zastosowania: Kosmetyki, zmiękczacz do wody, detergenty

Izobutan
(jeden ze składników ropy naftowej)
😐?
Kod E943b
Funkcja: Gaz nośny
Potencjalne skutki: Zobacz Butan (E943a)
Zastosowanie w żywności: Środki do natłuszczania patelni w sprayu
Inne zastosowania: Kosmetyki w sprayu, chłodzenie

Izomaltoza
(produkowana z cukru; może być ulepszana Acesulfamem K (E950))
☺
Kod E953
Funkcja: Substancja słodząca, zagęstnik
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia żołądka
Zastosowanie w żywności: Lody, dżemy, wypieki
Inne zastosowania: Kosmetyki

Jabłczan potasu
(sól potasowa kwasu jabłkowego)
☺☺
Kod E351

Funkcja: Regulator kwasowości
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Napoje owocowe, napoje bezalkoholowe, słodzone orzechy kokosowe

Jabłczany sodu
(sole sodowe kwasu jabłkowego)
☺☺
Kod E350
Funkcja: Regulator kwasowości, środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Napoje owocowe, napoje bezalkoholowe, słodzone orzechy kokosowe
Inne zastosowania: Kosmetyki zapobiegające starzeniu się skóry

Jabłczany wapnia
(sole wapniowe kwasu jabłkowego)
☺☺
Kod E352
Funkcja: Środek buforujący, utwardzacz
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Napoje owocowe, napoje bezalkoholowe, słodzone orzechy kokosowe

Kantaksantyna
(zazwyczaj produkowany z beta-karotenu, ale może być pochodzenia zwierzęcego; zakazany w niektórych krajach)
😐?
Kod E161g
Funkcja: Barwnik (różowy)
Potencjalne skutki: Utrata nocnego widzenia; odbarwienia skóry; wrażliwość na ostre światło; nawracające pokrzywki; retinopatia „złoty pył”
Zastosowanie w żywności: Paluszki rybne, lody, ptasie mleczko, marynaty, sosy, konserwy

Kapsorubina; kapsantyna; ekstrakt papryki
(ekstrahowane z papryki)

☺☺
Kod E160c
Funkcja: Barwnik (pomarańczowo-czerwony)
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; mogą mieć korzystny wpływ na zdrowie
Zastosowanie w żywności: Sery krojone, sery topione, zapiekanki z kurczakiem, przyprawy, zupy
Inne zastosowania: Karma dla drobiu

Karagen
(naturalny; może zawierać lub tworzyć glutaminian sodu)
☹
Kod E407
Funkcja: Zagęstnik, guma roślinna, substancja klarująca
Potencjalne skutki: Może wpływać na przewód pokarmowy; niezalecany dzieciom; wrzodziejące zapalenie jelita grubego; kancerogenny dla zwierząt
Zastosowanie w żywności: Lody, desery w proszku, wyroby cukiernicze, wyroby garmażeryjne, herbatniki, wyroby czekoladowe
Inne zastosowania: Kosmetyki, lekarstwa na kaszel, pasty do zębów

Karbamid
(mocznik; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Kod E927b
Funkcja: Środek brązujący, środek odwadniający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia skóry; reakcje alergiczne; bóle głowy
Zastosowanie w żywności: Wypieki, guma do żucia, precle
Inne zastosowania: Dezodoranty w kulce, szampony, płyny do płukania jamy ustnej, farby do włosów

Karboksymetyloceluloza
(guma celulozowa; produkowana z produktów bawełnianych; może pochodzić z roślin GM)
😐**?**
Kod E466
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator, substancja wypełniająca
Potencjalne skutki: Słabo wchłaniana; wzdęcia; w dużych dawkach może powodować biegunkę i skurcze jelit; w badaniach na zwierzętach powodowała nowotwory i guzy

Zastosowanie w żywności: Mleko modyfikowane dla niemowląt, lody, lukier, wyroby cukiernicze, twarogi, serki homogenizowane
Inne zastosowania: Płyn do układania włosów, krem do rąk, lekarstwa, środki przeczyszczające, środki zobojętniające kwasy, tytoń

Karmel amoniakalno-siarczynowy

(syntetyczny; sól amonowa siarczynu karmelu; z buraka cukrowego, trzcinowy cukrowej lub skrobi kukurydzianej; wytwarzany przy użyciu amoniaku i siarczynów; może pochodzić z roślin GM)

😐?

Kod E150d
Funkcja: Barwnik (brązowy)
Potencjalne skutki: Nadpobudliwość; rozwolnienie i nasilenie ruchów robaczkowych jelit; u szczurów toksyczny dla krwi; u królików hamuje metabolizm witaminy B6; istnieją poważne wątpliwości, czy jest bezpieczny
Zastosowanie w żywności: Porter, napoje typu cola, czekolady, brązowy sos do mięs, dżemy, wyroby cukiernicze

Karmel amoniakalny

(sól amonowa karmelu; z buraka cukrowego, trzcinowy cukrowej lub skrobi kukurydzianej; wytwarzany przy użyciu amoniaku; może pochodzić z roślin GM)

☹

Kod E150c
Funkcja: Barwnik (brązowy), dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Nadpobudliwość; może wpływać na wątrobę, żołądek, płodność; w niektórych testach na zwierzętach wywoływał konwulsje, toksyczny dla krwi szczurów
Zastosowanie w żywności: Sos sojowy, sos ostrygowy, herbatniki, dżemy, ciemne pieczywo, marynaty, czekolady, polewy, desery mleczne

Karmel prosty

(z buraka cukrowego, trzcinowy cukrowej lub skrobi kukurydzianej; może pochodzić z roślin GM)

😐?

Kod E150a
Funkcja: Barwnik (brązowo-czarny)
Potencjalne skutki: Dolegliwości żołądkowo-jelitowe; wymaga przetestowania, czy nie jest mutagenny, kancerogenny, czy nie wywołuje podostrych zapaleń i czy nie obniża płodności
Zastosowanie w żywności: Ciemne pieczywo, napoje typu cola, czekolady,

lody, dżemy, słodycze, jogurty

Karmel siarczynowy

(sole siarczynu karmelu; może być z buraków cukrowych, trzciny cukrowej lub skrobi kukurydzianej; może pochodzić z roślin GM)

😐?

Kod E150b
Funkcja: Barwnik (brązowy), dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Nadpobudliwość; może wpływać na wątrobę; problemy żołądkowe
Zastosowanie w żywności: Whisky, brandy, lody, napoje mleczne fermentowane

Karoteny

(w większości naturalne i pochodzenia roślinnego; mogą być pochodzenia zwierzęcego)

☺☺

Kod E160a
Funkcja: Barwnik (pomarańczowo-czerwony)
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Margaryny, napoje mleczne, odtłuszczone produkty do smarowania pieczywa, ciasta, dżemy, sery, lody
Inne zastosowania: Kosmetyki, karma dla zwierząt, papierosy

Kompleksy miedzi z chlorofilem i jego pochodnymi

(mogą być syntetyczne)

☺☺

Kod E141
Funkcja: Barwnik (jasnozielony)
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Zupy, sosy, naturalne owoce w zalewie, napoje mleczne niefermentowane

Krzemian glinowo-potasowy

(glinokrzemian potasu; mika)

😐?

Kod E555

Funkcja: Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Zobacz Aluminium (E173)
Zastosowanie w żywności: Sery i ich przetwory

Krzemian glinowo-sodowy
(glinokrzemian sodu; sodalit)
😐?
Kod E554
Funkcja: Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; zobacz Aluminium (E173)
Zastosowanie w żywności: Wybielanie napojów gazowanych, proszek do pieczenia, zupy w proszku
Inne zastosowania: Kremy ochronne, depilatory

Krzemian glinowo-wapniowy
(glinokrzemian wapnia; anortyt)
😐?
Kod E556
Funkcja: Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; zobacz Aluminium (E173)
Zastosowanie w żywności: Sól czosnkowa, sól stołowa, sproszkowana laska wanilii

Krzemian glinu
(kaolin)
😐?
Kod E559
Funkcja: Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; zobacz Aluminium (E173)
Zastosowanie w żywności: Produkcja piwa
Inne zastosowania: Zasypki dla dzieci, talk kosmetyczny, puder do twarzy

Krzemian magnezu; trikrzemian magnezu
☺
Kod E553a
Funkcja: Środek przeciwzbrylający

Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; kamienie nerkowe
Zastosowanie w żywności: Sproszkowana laska wanilii
Inne zastosowania: Talk kosmetyczny, szampony, środki zobojętniające kwasy

Krzemian wapnia

(powstaje z wapienia i ziemi okrzemkowej)
☺

Kod E552
Funkcja: Środek przeciwzbrylający, środek powlekający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; inhalacja może spowodować podrażnienia dróg oddechowych; astma
Zastosowanie w żywności: Proszek do pieczenia, ryż, guma do żucia, sól stołowa, sproszkowana laska wanilii
Inne zastosowania: Puder do twarzy, szkło wapienne, cement

Ksylitol

(dawniej z brzozy, obecnie produkowany z odpadów przemysłu drzewnego)
☺

Kod E967
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, stabilizator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; korzystny wpływ na zdrowie; duże dawki mogą wywoływać biegunkę i wzdęcia; u szczurów wywoływał guzy
Zastosowanie w żywności: Lody, czekolady, dżemy, wyroby cukiernicze, guma do żucia, cukierki toffi, miętusy
Inne zastosowania: Pasty do zębów

Kurkumina

(otrzymywana w wyniku ekstrakcji kurkumy rozpuszczalnikami)
☺

Kod E100
Funkcja: Barwnik (pomarańczowo-żółty), przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Korzystny wpływ na zdrowie; może powodować podrażnienia skóry; umiarkowanie toksyczny przy wstrzyknięciu
Zastosowanie w żywności: Proszek curry, ciasta, paluszki rybne, margaryny, wyroby cukiernicze, sery topione, pikantny ryż

Kwas adypinowy

(uzyskiwany podczas utleniania cykloheksanolu kwasem azotowym z uwolnieniem tlenku azotu, czyli gazu cieplarnianego)

😐?

Kod E355
Funkcja: Środek spulchniający, środek buforujący
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; umiarkowanie toksyczny przy połknięciu; podany szczurom wywołał efekty toksyczne, w tym śmierć; teratogenny
Zastosowanie w żywności: Napoje gazowane, wypieki, oleje, przekąski, sery topione
Inne zastosowania: Produkcja plastików i nylonów

Kwas alginowy

(ekstrakt z glonów morskich)

☺

Kod E400
Funkcja: Środek żelujący, zagęstnik
Potencjalne skutki: W małych dawkach bezpieczny w zastosowaniach spożywczych; w niektórych testach na zwierzętach alginaty hamowały wchłanianie podstawowych składników odżywczych
Zastosowanie w żywności: Lody, desery, budynie w proszku, mleko aromatyzowane, syropy, mleko modyfikowane dla niemowląt, jogurty
Inne zastosowania: Kosmetyki i tkaniny

Kwas askorbinowy

(witamina C)

☺

Kod E300
Funkcja: Konserwant, przeciwutleniacz, regulator kwasowości, substancja klarująca
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; witamina C ma korzystny wpływ na zdrowie; nadmierna konsumpcja może spowodować wysypkę, bolesne oddawanie moczu i biegunkę
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, płatki śniadaniowe, salceson, mięso peklowane
Inne zastosowania: Kremy, farby do włosów, odżywki do włosów

Kwas benzoesowy

(w naturze występuje w korze czereśni, malinach, anyżu i korze strączyńca; może być produkowany z benzenu)

☹

Kod E210
Funkcja: Konserwant, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; problemy behawioralne; nadpobudliwość; może wpływać na płuca; podrażnienie oczu i skóry; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę; toksyczny dla układu nerwowego
Zastosowanie w żywności: Warzone napoje bezalkoholowe, jabłecznik, bezmleczne dipy, guma do żucia, soki owocowe, margaryny, lody

Kwas borowy

(wytwarzany w reakcji kwasu siarkowego lub solnego na boraks; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹

Kod E284
Funkcja: Konserwant, środek do higieny jamy ustnej
Potencjalne skutki: Zanotowano kilka zatruć na skutek połknięcia lub zastosowania na obtartą skórę; toksyczny dla nerek, wątroby, układu krwionośnego, rozrodczego i nerwowego
Zastosowanie w żywności: Kawior, odgrzybianie cytrusów
Inne zastosowania: Zasypki dla dzieci, talk kosmetyczny, mydła, kremy do oczu, płyny do płukania jamy ustnej, kosmetyki

Kwas bursztynowy

(wytwarzany z kwasu maleinowego)
☺

Kod E363
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu, regulator kwasowości
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może wywołać wymioty i biegunkę
Zastosowanie w żywności: Substytuty soli
Inne zastosowania: Kosmetyki, płyny do higieny jamy ustnej, atrament, perfumy, lakiery, farby

Kwas cholorowodorowy

(chlorowodór, kwas solny)
☺☺

Kod E507
Funkcja: Regulator kwasowości, modyfikator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych

Zastosowanie w żywności: Twarogi, serki homogenizowane
Inne zastosowania: Rozjaśniacze do włosów, rozpuszczalniki

Kwas cyklaminowy oraz jego sole: sodowa i wapniowa

(zakazane w niektórych krajach)

☹

Kod E952
Funkcja: Substancja słodząca, wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Migreny; różne schorzenia skóry; pokrzywka; świąd; może wpływać na nerki, serce, układ krążenia, krew, układ rozrodczy, wątrobę, trzustkę; kancerogenny
Zastosowanie w żywności: Sztucznie słodzone owoce konserwowe, warzone napoje bezalkoholowe, produkty niskokaloryczne

Kwas cytrynowy

(otrzymywany z owoców cytrusowych lub kukurydzy; często zawiera glutaminian sodu; zobacz także Alpha hydroxy acids (Kwasy alfahydroksylowe) w części 2)

😐?

Kod E330
Funkcja: Regulator kwasowości, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; korzystny wpływ na zdrowie; może wywoływać symptomy u osób reagujących na glutaminian sodu; może nasilać opryszczkę; zastosowany w kosmetykach może powodować złuszczające zapalenie skóry; podrażnienia oczu i skóry
Zastosowanie w żywności: Herbatniki, sery, lody, dżemy, galaretki, sery topione, napoje bezalkoholowe, napoje owocowe, mleko modyfikowane dla niemowląt
Inne zastosowania: Kremy na piegi, płyny do mycia oczu, wybielacze do paznokci, odświeżacze do skóry, płukanki do włosów

Kwas fosforowy

(otrzymywany z pięciotlenku fosforu)

😐?

Kod E338
Funkcja: Regulator kwasowości
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może zniszczyć zęby i spowodować utratę wapnia w kościach

Zastosowanie w żywności: Produkty na bazie serów, napoje bezalkoholowe, galaretki, słodycze

Kwas fumarowy

(otrzymywany na drodze fermentacji glukozy lub melasy przez grzyby)

☺☺

Kod E297
Funkcja: Środek zakwaszający, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Warzone napoje bezalkoholowe, wyroby cukiernicze, serniki w proszku
Inne zastosowania: Kosmetyki

Kwas glukonowy

(wytwarzany syntetycznie z kukurydzy; może pochodzić z roślin GM)

☺☺

Kod E574
Funkcja: Środek przeciwzbrylający, środek maskujący
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Niestandaryzowane produkty spożywcze
Inne zastosowania: Kosmetyki, środki odtłuszczające i czyszczące do metali

Kwas glutaminowy

(izolowany z białka roślinnego; zawiera glutaminian sodu; może pochodzić z roślin GM)

😐?

Kod E620
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Astma; bóle głowy; nudności; problemy ze snem
Zastosowanie w żywności: Nadawanie produktom spożywczym smaku i zapachu mięsa, poprawianie smaku i zapachu piwa (wraz z kwasem solnym)
Inne zastosowania: Kosmetyki, płyny do trwałej ondulacji, leczenie epilepsji

Kwas guanylowy

(izolowany głównie z drożdży; często zawiera glutaminian sodu)

☺

Kod E626

Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Lekko toksyczny przy połknięciu
Zastosowanie w żywności: Konserwy, sosy, zupy, przekąski

Kwas inozynowy

(z ekstraktu mięsnego lub suszonych sardynek; pochodzenia zwierzęcego)
☺

Kod E630
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych

Kwas izoaskorbinowy

(produkowany z cukru)
☺

Kod E315
Funkcja: Przeciwutleniacz, konserwant
Potencjalne skutki: U niektórych osób może powodować reakcje alergiczne; objętościowo zawiera tylko 5% kwasu askorbinowego
Zastosowanie w żywności: Płatki śniadaniowe, napoje gazowane, produkty mączne, wyroby cukiernicze, salceson
Inne zastosowania: Kosmetyki

Kwas jabłkowy

(z owoców lub produkowany syntetycznie)
☺

Kod E296
Funkcja: Regulator kwasowości, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia skóry i błon śluzowych; może nasilać symptomy opryszczki
Zastosowanie w żywności: Słodzone orzechy kokosowe, konserwowa zupa ogonowa, napoje niskokaloryczne, wina
Inne zastosowania: Kosmetyki, lakier do włosów

Kwas karminowy; karmina; koszenila

(może być pochodzenia zwierzęcego; koszenila i kwas karminowy są zakazane w niektórych krajach)
☹

Kod E120
Funkcja: Barwnik (czerwony)
Potencjalne skutki: Astma; anafilaksja (możliwe zagrożenie życia); katar sienny; pokrzywka; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę
Zastosowanie w żywności: Niektóre napoje alkoholowe, czerwony sos jabłkowy, owocowe nadzienia do ciast, mięsa, wypieki, jogurty, polewy, sosy
Inne zastosowania: Kosmetyki, czerwone cienie do powiek, szampony, tusz do rzęs

Kwas L(+)-winowy

(produkt uboczny produkcji wina)
☺

Kod E334
Funkcja: Przeciwutleniacz, środek zakwaszający
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; nadmiar działa przeczyszczająco
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, dżemy, galaretki owocowe, napoje i soki owocowe, proszek do pieczenia, białka jajek w proszku
Inne zastosowania: Proszek do protez dentystycznych, płukanki do włosów, wybielacze do paznokci, depilatory

Kwas metawinowy

(syntetyzowany z kwasu winowego)
☺☺

Kod E353
Funkcja: Regulator kwasowości, środek maskujący
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Wina, wina musujące, soki owocowe i warzywne

Kwas mlekowy

(na skalę przemysłową produkowany z serwatki, skrobi kukurydzianej, ziemniaków i melasy; może być pochodzenia zwierzęcego; może pochodzić z roślin GM)
☺

Kod E270
Funkcja: Środek zakwaszający, konserwant
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; w kosmetykach szczypiący dla osób uczulonych; niezalecany dzieciom poniżej 3 miesiąca życia

Zastosowanie w żywności: Mleko modyfikowane dla niemowląt, sosy do sałaty, wyroby cukiernicze, napoje bezalkoholowe, sos tatarski
Inne zastosowania: Kosmetyki, odświeżacze skóry, papierosy

Kwas octowy

(występuje naturalnie w wielu owocach i roślinach)
☺
Kod E260
Funkcja: Środek zakwaszający, środek buforujący
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia skóry; pokrzywka; wysypka; podany doustnie i w zastrzykach powodował nowotwory u szczurów i myszy; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w żywności: Marynaty, sos chutney, sery, wypieki, sosy
Inne zastosowania: Karma dla zwierząt, barwniki do włosów, mydła w płynie, papierosy

Kwas propionowy

(uzyskiwany z pulpy drzewnej, ługu odpadkowego oraz na drodze fermentacji)
😐?
Kod E280
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Migrena; podrażnienia skóry; bóle głowy; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w żywności: Lody, wypieki, słodycze, sery topione
Inne zastosowania: Piekarnictwo

Kwas siarkowy

(otrzymywany z dwutlenku siarki)
☺☺
Kod E513
Funkcja: Regulator kwasowości
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Stosowany do modyfikowania skrobi
Inne zastosowania: Przemysł piwowarski, kosmetyki

Kwas sorbowy

(kwas sorbinowy; otrzymywany z jarzębiny lub syntetycznie)

😐?

Kod E200
Funkcja: Konserwant, środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; astma; kontaktowe zapalenie skóry; rumień; podrażnienia skóry; problemy behawioralne
Zastosowanie w żywności: Mrożone pizze, owocowe nadzienia do ciast, sery, serniki, serki do smarowania, syrop czekoladowy
Inne zastosowania: Kosmetyki, płyny do higieny jamy ustnej, pasty do zębów, maści, maść dentystyczna

Kwasy tłuszczowe

(pochodzenie roślinne lub zwierzęce; mogą pochodzić z roślin GM)
☺

Kod E570
Funkcja: Emulgator, środek wiążący
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; kontakt może spowodować podrażnienie skóry; reakcje alergiczne
Zastosowanie w żywności: Ekstrakty, napoje bezalkoholowe, sztuczne słodziki, aromatyzowane napoje owocowe
Inne zastosowania: Mydła w kostkach, szminki, płyny do kąpieli, smary, detergenty

Laktitol

(pochodna cukru mlekowego (laktozy); może być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺

Kod E966
Funkcja: Substancja słodząca, środek usztywniający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Wypieki, guma do żucia

Lakton kwasu glukonowego

(wytwarzany podczas utleniania glukozy; może pochodzić z roślin GM)
☺

Kod E575
Funkcja: Regulator kwasowości
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może wywołać biegunkę
Zastosowanie w żywności: Twarogi, przetwarzanie mięsa, żelatyna,

konserwowe warzywa
Inne zastosowania: Środki czyszczące, warzenie piwa

L-cysteina
(wytwarzana z sierści zwierząt i piór kurczaków; pochodzenia zwierzęcego)
☺
Kod E920
Funkcja: Ulepszacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Korzystny wpływ na zdrowie; może wywoływać objawy u osób reagujących na glutaminian sodu
Zastosowanie w żywności: Mąka do produkcji chleba, smak kurczaka
Inne zastosowania: Szampony

Lecytyny
(mogą pochodzić z soi; mogą pochodzić z roślin GM)
☺
Kod E322
Funkcja: Stabilizator, emulgator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; powinny ich unikać osoby uczulone na soję
Zastosowanie w żywności: Czekolady, mleko w proszku, margaryny, desery w proszku, wyroby cukiernicze
Inne zastosowania: Kosmetyki, szminki, kremy do rąk, środki farmaceutyczne

Likopen
(ekstrahowany z pomidorów i czerwonych grapefruitów; może być syntetyczny; może pochodzić z roślin GM)
☺☺
Kod E160d
Funkcja: Barwnik (czerwony)
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; może mieć korzystny wpływ na zdrowie
Zastosowanie w żywności: Batoniki odżywcze, zupy, jogurty, napoje gazowane, półprodukty żelujące

Lizozym
(produkowany z białka jaj kurzych; pochodzenia zwierzęcego; może być GM)
😐?
Kod E1105

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Chroniczne bóle głowy; reakcje alergiczne
Zastosowanie w żywności: Przygotowanie serów
Inne zastosowania: Kosmetyki, tabletki, pastylki do ssania, krople do oczu

Luteina

(występuje w białku jaja kurzego, komórkach tłuszczowych i zielonych liściach; może być pochodzenia zwierzęcego)

☺☺

Kod E161b
Funkcja: Barwnik (żółto-czerwony)
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Przetworzona żywność, ciasta
Inne zastosowania: Karma dla zwierząt i drobiu

Maltitol; syrop maltitolowy

(produkowany z maltozy)

☺

Kod E965
Funkcja: Substancja słodząca, stabilizator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może działać przeczyszczająco
Zastosowanie w żywności: Produkty niskokaloryczne; suszone owoce, wyroby cukiernicze
Inne zastosowania: Przemysł piwowarski

Mannitol

(izolowany z wodorostów)

☹

Kod E421
Funkcja: Substancja słodząca, środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Nadpobudliwość; mdłości; wymioty; biegunka; pokrzywka; niezalecany dzieciom i diabetykom; dysfunkcje nerek; podrażnienia żołądka; anafilaksja
Zastosowanie w żywności: Produkty spożywcze z modyfikowanymi węglowodanami lub niskokaloryczne, guma do żucia, słodycze, dżemy, galaretki
Inne zastosowania: Kremy do rąk, produkty do układania włosów

Mączka chleba świętojańskiego

(guma karobowa)
☺
Kod E410
Funkcja: Zagęstnik Emulgator
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych; może obniżać poziom cholesterolu
Zastosowanie w żywności: Mleko modyfikowane dla niemowląt, lody, marynaty, lukier, polewy, sos chutney, sery, wyroby cukiernicze
Inne zastosowania: Kosmetyki, karma dla zwierząt, detergenty, kleje

Metyloceluloza
(produkowana z pulpy drzewnej; może pochodzić z roślin GM)
☺
Kod E461
Funkcja: Zagęstnik, emulgator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może działać przeczyszczająco
Zastosowanie w żywności: Mleko modyfikowane dla niemowląt, lody, polewy, marynaty, sos chutney, wyroby cukiernicze, napoje o smaku i zapachu owocowym, zupy
Inne zastosowania: Kosmetyki, kremy i mydła w płynie, kremy do opalania, środki odchudzające

Mieszanina tokoferoli
(witamina E; uzyskiwana z olejów roślinnych; może pochodzić z roślin GM)
☺☺
Kod E306
Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; podczas zamrażania mogą ulec zniszczeniu
Zastosowanie w żywności: Napoje mleczne, margaryny, olej sałatkowy, odtłuszczone serki do smarowania pieczywa
Inne zastosowania: Dezodoranty, preparaty dla niemowląt, preparaty dietetyczne

Mleczan potasu
(sól potasowa kwasu mlekowego; może być pochodzenia zwierzęcego; może pochodzić z roślin GM)
☺
Kod E326

Funkcja: Regulator kwasowości, środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; powinny go unikać osoby z nietolerancją laktozy
Zastosowanie w żywności: Herbatniki, sery, wyroby cukiernicze, produkty dla niemowląt

Mleczan sodu
(sól sodowa kwasu mlekowego)
☺
Kod E325
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, substancja pęczniejąca
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; powinny go unikać osoby z nietolerancją laktozy
Zastosowanie w żywności: Herbatniki, niewędzone szynki
Inne zastosowania: Produkty nawilżające do włosów i skóry

Mleczan wapnia
(sól wapniowa kwasu mlekowego; może być pochodzenia zwierzęcego)
😐**?**
Kod E327
Funkcja: Środek zakwaszający, środek buforujący
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; może powodować zakłócenia pracy serca i przewodu pokarmowego; powinny go unikać osoby z nietolerancją laktozy
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, proszek do pieczenia, konserwowe kiełki fasoli, mleko skondensowane
Inne zastosowania: Doustne leki menstruacyjne (niebezpieczne), środki do czyszczenia zębów, karma dla zwierząt

Mleczan żelazawy
(sól żelaza kwasu mlekowego; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Kod E585
Funkcja: Środek utrwalający kolor
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; wywołał guzy u myszy po wstrzyknięciu pod skórę
Zastosowanie w żywności: Dodatek dietetyczny

Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych
(mogą być pochodzenia zwierzęcego; mogą pochodzić z roślin GM)

☺☺

Kod E471
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Ciasta, czekolady w proszku do picia na gorąco, budynie, margaryny, lody, budynie w proszku

Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem cytrynowym

(mogą być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Kod E472c
Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Mogą wywoływać symptomy u osób reagujących na glutaminian sodu
Zastosowanie w żywności: Mleko modyfikowane dla niemowląt, produkty spożywcze dla niemowląt i małych dzieci

Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem mlekowym

☺☺

Kod E472b
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Wypieki, lody, masło orzechowe, bita śmietana

Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem mono- i diacetylowinowym

(mogą być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺

Kod E472e
Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Pieczywo, mrożone pizze, granulowane sosy mięsne, czekolady w proszku do picia na gorąco
Inne zastosowania: Kremy kosmetyczne

Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem octowym

(pochodzenia zwierzęcego; mogą być GM)

☺☺

Kod E472a
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, lody, pieczywo, polewy do deserów, budynie i serniki w proszku

Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem winowym

(mogą być pochodzenia zwierzęcego)

☺

Kod E472d
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; bóle głowy
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, lody, pieczywo, polewy do deserów, budynie w proszku, serniki w proszku

Mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane mieszaniną kwasu octowego i winowego

(mogą być pochodzenia zwierzęcego)

☺☺

Kod E472f
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Przetworzone pieczywo
Inne zastosowania: Kremy kosmetyczne

Monolaurynian polioksyetylenosorbitolu

(polisorbat 20; syntetyczny; z sorbitolu; może być pochodzenia zwierzęcego)

☹

Kod E432
Funkcja: Emulgator, stabilizator

Potencjalne skutki: Polisorbaty mogą zawierać resztki szkodliwych związków chemicznych; mogą zwiększać wchłanianie substancji rozpuszczalnych w tłuszczach
Inne zastosowania: Kremy i płyny kosmetyczne

Monolaurynian sorbitolu

(syntetyczny; ester kwasu laurynowego z alkoholem sorbitolowym)
☺☺
Kod E493
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych

Monooleinian polioksyetylenosorbitolu

(polisorbat 80)
☹
Kod E433
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Zanieczyszczenia 1,4-dioksanem powodują nowotwory u zwierząt
Zastosowanie w żywności: Lukier, polewy, mrożone desery kremowe, oranżady w proszku, majonezy, lody, marynaty
Inne zastosowania: Preparaty witaminowe i mineralne

Monooleinian sorbitolu

(ester kwasu monooleinianowego z alkoholem sorbitolowym; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Kod E494
Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; kontaktowe zapalenie skóry; reakcje alergiczne
Inne zastosowania: Lekarstwa

Monopalmitynian polioksyetylenosorbitolu

(polisorbat 40; syntetyczny; z sorbitolu; może być pochodzenia zwierzęcego)
☹
Kod E434
Funkcja: Emulgator

Potencjalne skutki: Polisorbaty mogą zawierać resztki szkodliwych związków chemicznych; mogą zwiększać wchłanianie substancji rozpuszczalnych w tłuszczach
Zastosowanie w żywności: Ubijane desery kremowe, zupy, napoje gazowane, wyroby cukiernicze

Monopalmitynian sorbitolu

(ester kwasu monopalmitynowego z alkoholem sorbitolowym)

☺

Kod E495
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Ciasta w proszku

Monostearynian polioksyetylenosorbitolu

(polisorbat 60)

☹

Kod E435
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Zanieczyszczenia 1,4-dioksanem powodują nowotwory u zwierząt
Zastosowanie w żywności: Ciasta, ciasta w proszku, lukier, wyroby cukiernicze, napoje gazowane

Monostearynian sorbitolu

(ester kwasu stearynowego z alkoholem sorbitolowym; może być pochodzenia zwierzęcego; może być GM)

☺

Kod E491
Funkcja: Emulgator, środek nabłyszczający i powlekający
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; duże spożycie może spowodować zwłóknienie wewnątrzpłacikowe; opóźnienia wzrostu; powiększenie wątroby
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, lody, mleko aromatyzowane, wypieki, ciasta w proszku, lukier
Inne zastosowania: Toniki i mleczka kosmetyczne, samoopalacze, kremy do skóry, dezodoranty

Natamycyna

(pimarycyna; środek grzybobójczy produkowany przez szczep *Streptomyces natalensis*)

☹

Kod E235
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Umiarkowanie toksyczna przy połknięciu; mdłości; wymioty; biegunka; jadłowstręt; łagodne podrażnienia skóry
Zastosowanie w żywności: Wędzone przetwory mięsne, otoczka serów
Inne zastosowania: Lekarstwa do zwalczania infekcji grzybicznych oczu i powiek

Neohesperydyna DC

(produkowana z pomarańczy Seville)

☺☺

Kod E959
Funkcja: Substancja słodząca, wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Sery, guma do żucia, przekąski, kawy rozpuszczalne, napoje bezalkoholowe, sosy
Inne zastosowania: Napoje piwne

Nizyna

(substancja wytwarzana przez bakterie *Streptococcus lactis*)

😐**?**

Kod E234
Funkcja: Konserwant, środek przeciwdrobnoustrojowy
Potencjalne skutki: W 2003 r. Parlament Europejski odradził jej stosowanie, gdyż powoduje odporność ludzi na antybiotyki
Zastosowanie w żywności: Sery topione, owoce i warzywa konserwowe, puddingi z kaszy manny i tapioki

Octan cynku

(sól cynkowa kwasu octowego)

☺

Kod E650
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; duże dawki mogą wywoływać nudności i wymioty

Zastosowanie w żywności: Guma do żucia
Inne zastosowania: Preparaty witaminowe i mineralne, karma dla zwierząt

Octan izomaślanu sacharozy
(SAIB)
☺
Kod E444
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; w testach na zwierzętach wywołał uszkodzenia wątroby wyłącznie u psów
Zastosowanie w żywności: Cytrynowe napoje gazowane

Octan potasu
(sól potasowa kwasu octowego)
☺
Kod E261
Funkcja: Regulator kwasowości, konserwant
Potencjalne skutki: Powinny go unikać osoby z niewydolnością nerek i chorobami serca
Zastosowanie w żywności: Marynaty, sosy do sałaty, sos chutney, sos brązowy, sos owocowy
Inne zastosowania: Środki moczopędne

Octan sodu
(sól sodowa kwasu octowego)
☺
Kod E262
Funkcja: Regulator kwasowości, konserwant
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia skóry i oczu; umiarkowanie toksyczny przy połknięciu
Zastosowanie w żywności: Słodycze, dżemy, galaretki, zupy w proszku, przekąski, płatki zbożowe, kasze
Inne zastosowania: Kosmetyki, tkaniny, procesy fotograficzne i barwienie

Octan wapnia
☺
Kod E263

Funkcja: Środek zakwaszający, utwardzacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; mało toksyczny przy połknięciu
Zastosowanie w żywności: Pieczywo, marynaty, piwo, piwo angielskie (ale), sery, kremy majonezowe
Inne zastosowania: Wysuszanie i leczenie skóry, zapachy kosmetyczne

Ortofenylofenol

(syntetyzowany z wodorotlenku sodu i chlorobenzenu; zobacz Phenol (Fenol) w części 2)

☹

Kod E231
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Mdłości; konwulsje; wymioty; zapaść; bezdech; zatrzymanie akcji serca; śpiączka; kancerogenny
Zastosowanie w żywności: Wykorzystywany do produkcji wielu dodatków do żywności

Ortofenylofenolan sodu

(zobacz Phenol (Fenol) w części 2)

☹

Kod E232
Funkcja: Konserwant, środek grzybobójczy
Potencjalne skutki: Wymioty; konwulsje; podrażnienia nosa i oczu; odbarwienia skóry; uczulenie na światło
Zastosowanie w żywności: Napylany na skórki owoców, produkty zawierające skórki owoców, marmolada
Inne zastosowania: Kosmetyki, detergenty, płyny do chłodnic

Pektyny

(produkowany z resztek jabłek i białych włókien owoców cytrusowych)

☺

Kod E440
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Mogą wywoływać objawy u osób reagujących na glutaminian sodu; mogą mieć korzystny wpływ na zdrowie
Zastosowanie w żywności: Dżemy, marmolady, lody, desery w proszku, galaretki owocowe
Inne zastosowania: Lekarstwa na biegunkę

Podtlenek azotu
(gaz rozweselający)
☺☺
Kod E942
Funkcja: Gaz nośny
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Mąka (wybielana), produkty spożywcze w sprayu
Inne zastosowania: Puszyste kremy kosmetyczne

Polidekstroza
(podobna do celulozy)
☺
Kod E1200
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, stabilizator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może działać przeczyszczająco; niezalecana dzieciom
Zastosowanie w żywności: Produkty niskokaloryczne, jogurty, budynie w proszku, lody, wyroby cukiernicze

Polifosforany
(sole kwasu fosforowego)
☺☺
Kod E452
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Produkty mięsne i rybne, sery topione, proszek do pieczenia, napoje typu cola
Inne zastosowania: Nawozy sztuczne, detergenty

Polirycynoleinian poliglicerolu
(produkowany z oleju rycynowego i estrów glicerolu; może być pochodzenia zwierzęcego; może być GM)
☺☺
Kod E476
Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych

Zastosowanie w żywności: Czekolady, napoje czekoladowe, lody czekoladowe, polewy, lukier, ciasta w proszku

Poliwinylopirolidon
(PVP)
☹
Kod E1201
Funkcja: Środek klarujący, stabilizator
Potencjalne skutki: Uszkodzenia płuc i nerek; gazy; guzy; alergiczne kontaktowe zapalenie skóry od filtru UV; uczulenie skóry; kancerogenny
Zastosowanie w żywności: Piwo, produkcja wina i octu winnego
Inne zastosowania: Spraye i lakiery do włosów, szampony, filtry UV

Poliwinylopolipirolidon
(syntetyczny)
☹
Kod E1202
Funkcja: Stabilizator, nośnik
Potencjalne skutki: Zobacz Poliwinylopirolidon (E1201)
Zastosowanie w żywności: Używany do klarowania wina musującego i octu winnego
Inne zastosowania: Spraye do włosów

Propan
😐?
Kod E944
Funkcja: Gaz nośny, gaz spulchniający
Potencjalne skutki: Skoncentrowany może działać jak narkotyk; neurotoksyczny; ponownie są przeprowadzane jego testy bezpieczeństwa
Zastosowanie w żywności: Produkty spulchnione i w sprayu
Inne zastosowania: Kosmetyki w aerozolu

Propionian potasu
(sól potasowa kwasu propionowego)
😐?
Kod E283
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; trudności w nauce; bóle głowy; problemy behawioralne; migrena; zobacz także Propionian wapnia (E282)

Zastosowanie w żywności: Pieczywo, herbatniki, makarony i inne wyroby mączne
Inne zastosowania: Kosmetyki

Propionian sodu
(sól sodowa kwasu propionowego)
😐?
Kod E281
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Problemy behawioralne; podrażnienia skóry; trudności w nauce; astma; podrażnienia żołądka; bóle głowy; migreny; zobacz także Propionian wapnia (E282)
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, wypieki, mrożonki, ciasta
Inne zastosowania: Kosmetyki, lekarstwa przeciwgrzybiczne do skóry

Propionian wapnia
(sól wapniowa kwasu propionowego)
😐?
Kod E282
Funkcja: Środek przeciwpleśniowy, konserwant
Potencjalne skutki: Rozdrażnienie; astma; migrena; zmęczenie; trudności w nauce; agresja; podrażnienia żołądka; bóle głowy; uczulenie na propioniany pojawia się wraz z uczuleniem na inne chemikalia
Zastosowanie w żywności: Pieczywo, sery topione, nadzienie do drobiu, wyroby czekoladowe
Inne zastosowania: Kosmetyki, leki przeciwgrzybiczne

Przetworzone wodorosty morskie z gatunku Eucheuma
😐?
Kod E407a
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy ten dodatek jest bezpieczny
Zastosowanie w żywności: Przetworzona żywność

Ryboflawina; fosforan-5’-ryboflawiny
(witamina B2; może pochodzić z roślin GM)
☺☺
Kod E101
Funkcja: Barwnik (żółto-pomarańczowy)

Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; korzystny wpływ na zdrowie
Zastosowanie w żywności: Płatki zbożowe dla dzieci, wzbogacone pieczywo, masło orzechowe, płatki śniadaniowe, kakao, kawa
Inne zastosowania: Tabletki witaminowe

Sacharoglicerydy, cukroglicerydy

(otrzymywane z sacharozy oraz tłuszczów i olejów; mogą być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Kod E474
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Czekolady mleczne, kakao, ajerkoniak, guma do żucia, jogurty do picia

Sacharyna i jej sole: sodowa, potasowa i wapniowa

(produkowane z toluenu; zakazane lub ograniczone w niektórych krajach)
☹☹
Kod E954
Funkcja: Substancja słodząca
Potencjalne skutki: Pokrzywka; świąd; niezalecane dzieciom; egzema; mdłości; biegunka; diureza; bóle głowy; mutagenne; kancerogenne; teratogenne
Zastosowanie w żywności: Dietetyczne napoje bezalkoholowe, substytuty cukru
Inne zastosowania: Aspiryna do żucia, preparaty farmaceutyczne

Siarczan amonu

(produkowany z amoniaku i kwasu siarkowego)
☺
Kod E517
Funkcja: Dodatek do mąki, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; badania na szczurach wykazały, że jest szkodliwy w dużych dawkach
Zastosowanie w żywności: Wypieki, produkcja pączków
Inne zastosowania: Płyny do trwałej ondulacji, przemysł garbarski, nawozy

Siarczan glinowo-amonowy

(produkowany z siarczanu amonu i siarczanu glinu)

😐?

Kod E523
Funkcja: Stabilizator, środek buforujący
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; połknięcie dużych ilości może spowodować palenie w ustach i w gardle, wymioty i biegunkę; zobacz Aluminium (E173)
Zastosowanie w żywności: Proszek do pieczenia, przemysł młynarski i zbożowy
Inne zastosowania: Oczyszczanie wody pitnej, zwiększanie ognioodporności, kleje roślinne

Siarczan glinowo-potasowy

(wytwarzany z wapienia i ziemi okrzemkowej)

😐?

Kod E522
Funkcja: Środek buforujący, utwardzacz
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; połknięcie dużych ilości może spowodować palenie w ustach i w gardle; zobacz Aluminium (E173)
Zastosowanie w żywności: Zboża, mąką bielona mąka, sery
Inne zastosowania: Płyny po goleniu, grunt używany do produkcji papieru satynowanego i powlekanego

Siarczan glinowo-sodowy

😐?

Kod E521
Funkcja: Środek buforujący, utwardzacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; wysypka przy kontakcie; lekko uczulający; zobacz Aluminium (E173)
Zastosowanie w żywności: Płatki zbożowe, kasze, mąka bielona mąka, sery

Siarczan glinu

(sól glinowa kwasu siarkowego)

😐?

Kod E520
Funkcja: Modyfikator
Potencjalne skutki: Umiarkowanie toksyczny przy połknięciu; wypryski pod ramieniem; reakcje alergiczne; może wpływać na płodność; zobacz Aluminium

(E173)
Zastosowanie w żywności: Słodkie i ostre marynaty, przyprawy do marynat, modyfikator skrobi
Inne zastosowania: Antyperspiranty, dezodoranty, odświeżacze do skóry, tworzywa na opakowania

Siarczan wapnia
(po podgrzaniu zamienia się w gips sztukatorski)
☺
Kod E516
Funkcja: Utwardzacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; w dużych ilościach może spowodować zaparcia
Zastosowanie w żywności: Produkty mączne, proszek do pieczenia, mąka pełnoziarnista, pomidory konserwowe, ser Gorgonzola
Inne zastosowania: Pasty i proszki do zębów, przemysł piwowarski, środki owadobójcze

Siarczany potasu
(naturalnie występujące minerały)
☺
Kod E515
Funkcja: Regulator kwasowości
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; duże dawki mogą spowodować poważne krwawienie żołądkowo-jelitowe
Zastosowanie w żywności: Substytuty soli o niskiej zawartości sodu, przemysł piwowarski
Inne zastosowania: Kosmetyki, lekarstwa

Siarczany sodu
(sole sodowe kwasu siarkowego)
😐?
Kod E514
Funkcja: Regulator kwasowości, konserwant
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia skóry; podrażnienia żołądkowo-jelitowe; powinny ich unikać osoby z dysfunkcjami nerek lub wątroby
Zastosowanie w żywności: Baza gumy do żucia, herbatniki, tuńczyk
Inne zastosowania: Produkcja barwników, mydła, detergentów, szkła i papieru

Siarczyn sodu

(syntetyczny; sól sodowa kwasu siarkawego; zobacz Sulphites (Siarczyny) w części 2)

☹

Kod E221
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; podrażnienia żołądka; wysypka; mdłości; biegunka; niszczy witaminę B zawartą w żywności; powinny go unikać osoby z dysfunkcjami nerek lub wątroby
Zastosowanie w żywności: Krojone owoce, suszone owoce, wiśnie maraskino, owocowe nadzienia do ciast, mrożone jabłka

Siarczyn wapnia

(sól wapniowa kwasu siarkawego; zobacz Sulphites (Siarczyny) w części 2)

☹

Kod E226
Funkcja: Konserwant, utwardzacz
Potencjalne skutki: Astma; podrażnienia skóry; podrażnienia żołądka; może wpływać na nerki, przewód pokarmowy i wątrobę
Zastosowanie w żywności: Owoce i warzywa konserwowe
Inne zastosowania: Środki dezynfekujące, środki do warzenia wina w domu

Skrobia utleniona

(syntetyczna; skrobia modyfikowana; zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)

😐?

Kod E1404
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Mrożone dania gotowe na patelnię, ciasto w proszku na naleśniki lub gofry, wyroby cukiernicze

Sole magnezowe kwasów tłuszczowych

(mogą być pochodzenia zwierzęcego)

☺☺

Kod E470b
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach

spożywczych
Zastosowanie w żywności: Ciasta w proszku, mrożone frytki do smażenia

Sole sodowe, potasowe i wapniowe kwasów tłuszczowych

(mogą być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Kod E470a
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Ciasta w proszku, mrożone frytki do smażenia

Sorbinian potasu

(sól potasowa kwasu sorbowego)
😐?
Kod E202
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; astma; podrażnienia skóry; problemy behawioralne
Zastosowanie w żywności: Pieczywo, sery, wypieki, serniki, produkcja wina, czekolady
Inne zastosowania: Kosmetyki, papierosy

Sorbinian wapnia

(syntetyczny; sól wapniowa kwasu sorbowego)
😐?
Kod E203
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Kontaktowa pokrzywka; podrażnienia skóry; astma; reakcje alergiczne; problemy behawioralne
Zastosowanie w żywności: Pieczywo, sery do smarowania pieczywa, twarogi, napoje bezalkoholowe, syrop czekoladowy, serniki
Inne zastosowania: Maści, kosmetyki

Sorbitol; syrop sorbitolowy

(mogą być syntetyzowane z glukozy)
😐?
Kod E420

Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, substancja słodząca
Potencjalne skutki: Nadmierne spożycie może spowodować skurcze jelit; biegunka; dolegliwości żołądkowo-jelitowe; wzdęcia; kataraky; może zakłócać wchłanianie lekarstw, przez co stają się bardziej toksyczne lub mniej efektywne; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, suszone owoce, guma do żucia, czekolady, lizaki
Inne zastosowania: Kosmetyki, spraye do włosów, szampony, płyny do higieny jamy ustnej, pasty do zębów, balsamy, antyzamarzacze

Sól aspartamu-acesulfamu

☹

Kod E962
Funkcja: Substancja słodząca
Potencjalne skutki: Zobacz Aspartam (E951) i Acesulfam K (E950)
Zastosowanie w żywności: Budynie błyskawiczne w proszku, napoje mleczne, guma do żucia, czekolady

Sól sodowa karboksymetylocelulozy usieciowana

😐?

Kod E468
Funkcja: Środek wiążący
Potencjalne skutki: Zobacz Karboksymetyloceluloza sodowa (E466)
Zastosowanie w żywności: Słodziki

Sól sodowa oktenylobursztynianu skrobiowego

(skrobia modyfikowana; zobacz Starch-Modified (Skrobia modyfikowana) w części 2)

😐?

Kod E1450
Funkcja: Zagęstnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości, czy podawanie skrobi modyfikowanej, zwłaszcza niemowlętom, jest bezpieczne
Zastosowanie w żywności: Esencje, sosy do sałaty, wybielanie napojów gazowanych

Sól sodowa p-hydroksybenzoesanu etylu

(syntetyczna; produkowana z kwasu benzoesowego; zobacz Parabens (Parabeny) w części 2)

☹

Kod E215
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; drętwienie jamy ustnej; pokrzywka; podrażnienia żołądka; alergiczne kontaktowe zapalenie skóry; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę

Sól sodowa p-hydroksybenzoesanu metylu

(zobacz Parabens (Parabeny) w części 2)

☹

Kod E219
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; reakcje alergiczne; zaczerwienienie, swędzenie i łuszczenie się skóry; anafilaksja

Sól sodowa p-hydroksybenzoesanu propylu

(zobacz Parabens (Parabeny) w części 2)

☹

Kod E217
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; drętwienie jamy ustnej; podrażnienia żołądka; alergiczne kontaktowe zapalenie skóry; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę

Sól wapniowo-disodowa kwasu etylenodiaminotetraoctowego

(EDTA wapniowo-disodowy)

☹

Kod E385
Funkcja: Konserwant, środek maskujący
Potencjalne skutki: Skurcze mięśni; krwiomocz; dolegliwości jelitowe; uszkodzenia nerek; zakłócenia równowagi mineralnej; uszkodzenia chromosomów; może zwiększać absorpcję metali ciężkich; może wpływać na wątrobę i układ rozrodczy
Zastosowanie w żywności: Dressingi, napoje bezalkoholowe, produkty do smarowania pieczywa, piwo, piwo angielskie (ale), margaryny, herbaty błyskawiczne
Inne zastosowania: W medycynie stosowany jako odtrutka w zatruciach metalami ciężkimi

Srebro
(naturalnie występujący metal)
😐?
Kod E174
Funkcja: Barwnik (metaliczny)
Potencjalne skutki: Toksyczne w bardzo dużych dawkach; nie nadaje się do spożycia; gromadzi się w tkankach; srebrzyca (niebieskoszara skóra); uszkodzenia nerek
Zastosowanie w żywności: Zewnętrzne dekoracje ciast; „srebrne drażetki”, migdały zabarwione na srebrny kolor
Inne zastosowania: Kosmetyki, lakiery do paznokci

Stearynian polioksyetylenu (40)
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Kod E431
Funkcja: Emulgator, środek przeciwpieniący
Potencjalne skutki: Guzy skóry u myszy; może ułatwiać wnikanie kancerogennych dodatków
Zastosowanie w żywności: Przetworzona żywność; mrożone desery
Inne zastosowania: Kremy do rąk, mydła w płynie

Stearyoilomleczan sodu
(produkowany z kwasu mlekowego i kwasów tłuszczowych; może być pochodzenia zwierzęcego; może GM)
☺☺
Kod E481
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Herbatniki, pieczywo, ciasta, lukier, polewy i nadzienia do ciast

Stearyoilomleczan wapnia
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Kod E482
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach

spożywczych; podczas testów na zwierzętach pojawiły się niepożądane reakcje
Zastosowanie w żywności: Mąka do produkcji pieczywa, herbatniki, koncentrat pomidorowy, przetworzone białka kurze
Inne zastosowania: Kosmetyki w postaci pudru

Sukraloza
(syntetycznie wytwarzana z cukru i chloru)
😐?
Kod E955
Funkcja: Substancja słodząca
Potencjalne skutki: Skurczenie się grasicy; powiększenie nerek i wątroby w testach na zwierzętach
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, dżemy i marmolady, desery, wypieki

Szelak
(z żywicy produkowanej przez pluskwiaki)
☺
Kod E904
Funkcja: Substancja nabłyszczająca
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; alergiczne kontaktowe zapalenie skóry; podrażnienia skóry
Zastosowanie w żywności: Słodycze, woskowane owoce
Inne zastosowania: Kosmetyki, lakiery do włosów, tabletki, tusz do rzęs, biżuteria

Tartrazyna
(żółcień FDC 5; barwnik azowy; zakazany w niektórych krajach)
☹☹
Kod E102
Funkcja: Barwnik (żółto-pomarańczowy)
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; zapalenie skóry; bóle głowy; katar sienny; trudności z koncentracją; depresja; wysypka; trudności w nauce; problemy behawioralne; swędzenie warg i języka; nadpobudliwość; agresywność; bezsenność; dezorientacja; anafilaksja; powinny jej unikać osoby uczulone na aspirynę; niezalecana dzieciom; kancerogenna
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, kukurydza, krakersy serowe, napoje bezalkoholowe, sos miętowy, galaretki miętowe, likiery owocowe, groszek konserwowy, marcepan, marynaty, sos brązowy, polewy do deserów w proszku, dżemy, płatki zbożowe, kasze, zupy w proszku

Inne zastosowania: Kosmetyki, barwniki do wełny i jedwabiu

Taumatyna

(ekstrakt z owoców zachodnioafrykańskiej rośliny)

☺☺

Kod E957
Funkcja: Wzmacniacz smaku i zapachu, substancja słodząca
Potencjalne skutki: Uznawana za nieszkodliwą w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Guma do żucia, przyprawy japońskie

Termoutleniony olej sojowy z mono- i diglicerydami kwasów tłuszczowych

☺

Kod E479b
Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; miejscowo olej sojowy może spowodować zniszczenie włosów, reakcje alergiczne i wypryski przypominające trądzik
Zastosowanie w żywności: Margaryny, tłuste emulsje do smażenia

Tetraboran sodu

(boraks; w większości krajów zakazany lub zastępowany inną substancją)

☹

Kod E285
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Toksyczny; rzadko używany w produktach spożywczych; długotrwale działanie może spowodować obieranie się skóry, ataki i niewydolność nerek
Zastosowanie w żywności: Mięso importowane z USA
Inne zastosowania: Kremy do golenia, kremy nawilżające, podkład do makijażu, środki owadobójcze

Tlen

☺☺

Kod E948
Funkcja: Gaz do pakowania
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych

Zastosowanie w żywności: Produkcja jabłecznika

Tlenek magnezu

(otrzymywany z magnezytu)

☺☺

Kod E530
Funkcja: Środek przeciwzbrylający, utwardzacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Mrożone produkty mleczne, groszek konserwowy

Tlenek wapnia

(wapno niegaszone; silnie żrący)

😐?

Kod E529
Funkcja: Emulgator, środek usztywniający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; przy bezpośrednim kontakcie może spowodować poważne uszkodzenia skóry i błon śluzowych; oparzenia termiczne i chemiczne
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, budynie w proszku, produkty mączne, zupy, słodowe mleko w proszku, groszek konserwowy
Inne zastosowania: Kosmetyki, domowe i ogrodowe pestycydy, środki owadobójcze, tynk

Tlenki i wodorotlenki żelaza

(rdza; syntetyczne; zakazane w niektórych krajach)

😐?

Kod E172
Funkcja: Barwnik (czerwony, brązowy, czarny, pomarańczowy, żółty)
Potencjalne skutki: Prawdopodobnie żelazo jest toksyczne we wszystkich postaciach; nadmiar może zwiększać zagrożenie dla zdrowia
Zastosowanie w żywności: Pasty i kremy z łososia i krewetek, ciasta i desery w proszku, pasty mięsne
Inne zastosowania: Karma dla zwierząt domowych, barwienie skorupek jajek, puder do twarzy, cienie do powiek

Trifosforany

☺

Kod E451

Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Sery topione, przetwory mięsne i rybne, proszek do pieczenia, napoje typu cola

Trioctan glicerolu

(trójacetyna)

☺

Kod E1518
Funkcja: Rozpuszczalnik, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; wstrzykiwanie dużych dawek szczurom powodowało ich śmierć
Zastosowanie w żywności: Pokrywanie warzyw i owoców
Inne zastosowania: Farby do włosów, pasty do zębów, filtry do papierosów, perfumy

Tristearynian polioksyetylenosorbitolu

(polisorbat 65)

☹

Kod E436
Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Polisorbaty mogą zawierać resztki szkodliwych związków chemicznych; mogą zwiększać wchłanianie substancji rozpuszczalnych w tłuszczach
Zastosowanie w żywności: Lody, mrożone desery kremowe, lukier i nadzienia do ciast

Tristearynian sorbitolu

(syntetyzowany z kwasu stearynowego i alkoholu sorbitolowego; może być pochodzenia zwierzęcego; może być GM)

☺

Kod E492
Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; duże spożycie może spowodować zwłóknienie wewnątrzpłacikowe; opóźnienia wzrostu; powiększenie wątroby
Zastosowanie w żywności: Czekolady z dodatkami, polewy na bazie oleju, ciasta w proszku
Inne zastosowania: Środki owadobójcze, preparaty wzmacniające paznokcie

Utleniony wosk polietylenowy
(syntetyczny; z ropy naftowej)
😐?
Kod E914
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Kancerogenny, uszkodzenia nerek i wątroby
Zastosowanie w żywności: Używany do tworzenia warstwy ochronnej na owocach i warzywach

Uwodniony krzemian magnezu
(talk)
☹
Kod E553b
Funkcja: Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Nowotwory (żołądka i jajników); kaszel; wymioty; problemy z oddychaniem; guzy; problemy żołądkowe
Zastosowanie w żywności: Czekolady, guma do żucia, przyprawy, wyroby cukiernicze, polerowany ryż
Inne zastosowania: Cienie do powiek, talk kosmetyczny, zasypki dla dzieci, karma dla zwierząt, preparaty witaminowe

Węgiel roślinny
(zazwyczaj ze spalonych roślin, ale może być pochodzenia zwierzęcego; może pochodzić z roślin GM; zakazany w niektórych krajach)
😐?
Kod E153
Funkcja: Barwnik (czarny)
Potencjalne skutki: Umiarkowanie toksyczny przy połknięciu, kontakcie ze skórą oraz inhalacji; może być kancerogenny
Zastosowanie w żywności: Skoncentrowane soki owocowe, dżemy, żelki, sosy warzywne, lukrecja, wyroby cukiernicze
Inne zastosowania: Kosmetyki

Węglan wapnia
(kalcyt, kreda, wapień, marmur, dolomit, koral)
☺
Kod E170
Funkcja: Barwnik (biały), utwardzacz
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy

w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może spowodować ból brzucha; zaparcia
Zastosowanie w żywności: Pieczywo, herbatniki, wyroby cukiernicze, lody, ciasta, cukierki, owoce i warzywa konserwowe
Inne zastosowania: Kosmetyki, puder do twarzy, wybielacze, witaminy w tabletkach, papierosy

Węglany amonu

☺

Kod E503
Funkcja: Środek buforujący, środek zobojętniający
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; bezpośredni kontakt ze skórą może spowodować wysypkę na skórze głowy, czole i rękach
Zastosowanie w żywności: Proszek do pieczenia, czekolady, kokosy
Inne zastosowania: Płyny i kremy do trwałej ondulacji, gaśnice

Węglany magnezu

(syntetyczne; produkowane z siarczanu magnezu i węglanu sodu)

☺

Kod E504
Funkcja: Środek przeciwzbrylający, substancja zasadowa
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; nadmiar może działać przeczyszczająco
Zastosowanie w żywności: Kwaśna śmietana, lody, groszek konserwowy, sól stołowa
Inne zastosowania: Zasypki dla dzieci, puder do twarzy, rozpuszczalnik perfum

Węglany potasu

(sole potasowe kwasu węglanowego)

😐?

Kod E501
Funkcja: Regulator kwasowości, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; zapalenie skóry głowy, czoła i rąk; podrażnienia oczu; podrażnienia górnych dróg oddechowych
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, produkty kakaowe, substytuty soli o niskiej zawartości sodu, woda sodowa
Inne zastosowania: Szampony, płyny do trwałej ondulacji, proszki do prania

Węglany sodu
(głównie syntetyczne)
😐?
Kod E500
Funkcja: Regulator kwasowości, środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawane za nieszkodliwe w zastosowaniach spożywczych; kontakt może wywołać wysypkę na czole, skórze głowy i rękach; ostre wyczerpanie oddechowe; duże dawki mogą spowodować krwawienie żołądkowo-jelitowe, wymioty, biegunkę, szok i śmierć
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, budynie w proszku, produkty mączne, lody, zupy, dżemy, czekolady, słodowe mleko w proszku
Inne zastosowania: Płyny do higieny jamy ustnej, mydła, sole kąpielowe, płukanki dopochwowe, szampony, detergenty, produkcja papieru i szkła

Winian potasowo-sodowy
(sól potasowo-sodowa kwasu winowego; sól z Rochelle)
☺
Kod E337
Funkcja: Regulator kwasowości, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; powinny go unikać osoby z obrzękiem, wysokim ciśnieniem krwi, niewydolnością serca, uszkodzeniami nerek lub wątroby
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, dżemy, galaretki owocowe, konserwy, sery, produkcja proszku do pieczenia
Inne zastosowania: Srebrzenie luster, płyny do higieny jamy ustnej, środki przeczyszczające

Winian stearylu
(produkowany z kwasu winowego; może być pochodzenia zwierzęcego; zakazanych w niektórych krajach)
😐?
Kod E483
Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podejrzany o kancerogenność
Zastosowanie w żywności: Ciasta

Winian wapnia
(sól wapniowa kwasu winowego)

☺☺

Kod E354
Funkcja: Regulator kwasowości, środek maskujący
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Herbatniki, suchary
Inne zastosowania: Tytoń

Winiany potasu

(sole potasowe kwasu winowego)

😐?

Kod E336
Funkcja: Regulator kwasowości, stabilizator
Potencjalne skutki: Powinny ich unikać osoby z niewydolnością nerek lub wątroby; wysokie ciśnienie krwi; obrzęk; niewydolność serca
Zastosowanie w żywności: Zobacz Kwas winowy (E334)

Winiany sodu

(sole sodowe kwasu winowego)

☺☺

Kod E335
Funkcja: Regulator kwasowości, środek maskujący
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Sery, sztucznie słodzone galaretki, przetwory mięsne

Wodorosiarczyn potasu

(zobacz Sulphites (Siarczyny) w części 2)

☹

Kod E228
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma; reakcje skórne; anafilaksja; podrażnienia żołądka; nadpobudliwość
Zastosowanie w żywności: Dżemy niskokaloryczne, suszone owoce

Wodorosiarczyn sodu

(syntetyczny; zobacz Sulphites (Siarczyny) w części 2)

☹

Kod E222
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Astma oskrzelowa; chroniczna pokrzywka; podrażnienia skóry; mutagenny
Zastosowanie w żywności: Koncentrat pomidorowy, suszone owoce, dżemy, galaretki, soki owocowe
Inne zastosowania: Płyny do higieny jamy ustnej, farby do włosów, środki do usuwania kurzajek

Wodorosiarczyn wapnia

(zobacz Sulphites (Siarczyny) w części 2)
☹
Kod E227
Funkcja: Konserwant, utwardzacz
Potencjalne skutki: Astma; podrażnienia żołądka; może wpływać na wątrobę, nerki, płuca, żołądek
Zastosowanie w żywności: Owoce i warzywa konserwowe

Wodorotlenek amonu

(produkowany z gazowego amoniaku; zakazany w niektórych krajach)
😐**?**
Kod E527
Funkcja: Regulator kwasowości, środek zobojętniający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia oczu i błon śluzowych; niszczenie włosów; toksyczny przy połknięciu
Zastosowanie w żywności: Produkty z kakao, czekolady
Inne zastosowania: Metaliczne farby do włosów, kremy ochronne, środki do usuwania plam, karma dla zwierząt, detergenty

Wodorotlenek magnezu

(produkowany z chlorku magnezu i wodorotlenku sodu)
☺☺
Kod E528
Funkcja: Regulator kwasowości
Potencjalne skutki: W małych dawkach uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Produkcja niektórych karmelków, groszek konserwowy, produkcja sera
Inne zastosowania: Pasty i proszki do zębów, kremy do ciała

Wodorotlenek potasu
😐?
Kod E525
Funkcja: Substancja zasadowa, emulgator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; podrażnienia skóry i uszkodzenia paznokci (płyny do usuwania skórek); guzy u myszy po zastosowaniu na skórę
Zastosowanie w żywności: Ekstrahowanie barwnika z ziaren annato, produkty kakaowe
Inne zastosowania: Mydła w płynie, kremy do golenia, płyny do usuwania skórek

Wodorotlenek sodu
(uzyskiwany za pomocą elektrolizy chlorku sodu)
☺
Kod E524
Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; kontakt może wywołać zapalenie skóry; skoncentrowany jest niebezpieczny
Zastosowanie w żywności: Modyfikator skrobi, glazura precli
Inne zastosowania: Szampony, kremy do golenia, płynne środki do czyszczenia odpływów ściekowych

Wodorotlenek wapnia
(wapno gaszone)
☺
Kod E526
Funkcja: Regulator kwasowości, utwardzacz
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; w postaci skoncentrowanej toksyczny i niebezpieczny
Zastosowanie w żywności: Groszek konserwowy, przetwory owocowe, mleko modyfikowane dla niemowląt, piwo, piwo angielskie (ale)
Inne zastosowania: Depilatory, karma dla zwierząt, tynk, pestycydy

Wodór
☺☺
Kod E949
Funkcja: Gaz do pakowania

Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Utwardzanie olejów, takich jak sojowy, kukurydziany i z nasion bawełny
Inne zastosowania: Produkcja sorbitolu używanego w kosmetykach itp.

Wosk candelilla
(otrzymywany z roślin *Candelilla*)
☺
Kod E902
Funkcja: Środek nabłyszczający i powlekający, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych, ale wymaga dalszych testów
Zastosowanie w żywności: Glazura artykułów spożywczych, guma do żucia
Inne zastosowania: Szminki, atrament, kosmetyki

Wosk carnauba
(otrzymywany z liści brazylijskiej palmy)
☺
Kod E903
Funkcja: Środek nabłyszczający i powlekający, środek usztywniający
Potencjalne skutki: Rzadko wywołuje reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; podrażnienia żołądka
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, owoce woskowane, soki owocowe, sosy
Inne zastosowania: Kosmetyki, szminki, tusz do rzęs, lakiery

Wosk mikrokrystaliczny; wosk naftowy
(otrzymywany z ropy naftowej)
☺☺
Kod E905
Funkcja: Środek powlekający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Dekoracje ciast
Inne zastosowania: Warstwa powlekająca tabletki, folie i papier laminowany

Wosk pszczeli biały i żółty
(produkowany przez pszczoły; może być syntetyczny)

☺

Kod E901
Funkcja: Środek nabłyszczający i powlekający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; może powodować lekką reakcję alergiczną i kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w żywności: Wyroby cukiernicze, napoje bezalkoholowe, guma do żucia
Inne zastosowania: Tusze do rzęs, cienie do powiek, kremy dla dzieci, szminki, kosmetyki

Zieleń S

(barwnik smołowy; zakazany w niektórych krajach)
☹

Kod E142
Funkcja: Barwnik (zielony)
Potencjalne skutki: Nadpobudliwość; astma; wysypki; bezsenność; zobacz Coal tar (Smoła węglowa) w części 2
Zastosowanie w żywności: Groszek konserwowy, sos miętowy, serniki w proszku
Inne zastosowania: Przemysł tekstylny

Złoto

(naturalnie występujący metal)
☺

Kod E175
Funkcja: Barwnik (metaliczny)
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych; sporadyczne reakcje alergiczne; neurotoksyczny
Zastosowanie w żywności: Zewnętrzne dekoracje na wyrobach czekoladowych

Żelazocyjanek potasu

(produkt uboczny oczyszczania gazu koksowniczego; zakazany w USA)
😐?

Kod E536
Funkcja: Środek przeciwzbrylający, barwnik
Potencjalne skutki: Toksyczny dla nerek; podrażnienia skóry; może być szkodliwy w przypadku inhalacji, połknięcia lub wchłonięcia przez skórę
Zastosowanie w żywności: Sole i przyprawy

Żelazocyjanek sodu
(syntetyczny)
☺☺
Kod E535
Funkcja: Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Sole i przyprawy
Inne zastosowania: Produkcja wina

Żelazocyjanek wapnia
(syntetyczny)
☺☺
Kod E538
Funkcja: Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Uznawany za nieszkodliwy w zastosowaniach spożywczych
Zastosowanie w żywności: Sól stołowa

Żółcień chinolinowa
(syntetyczna; barwnik azowy; zakazany w niektórych krajach; może być pochodzenia zwierzęcego)
☹
Kod E104
Funkcja: Barwnik (zielonkawo żółty)
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; wysypka; nadpobudliwość; anafilaksja; powinny jej unikać osoby uczulone na aspirynę; kancerogenna
Zastosowanie w żywności: Napoje gazowane, przetworzona żywność
Inne zastosowania: Barwniki kosmetyczne, szminki, mydła, pasty do zębów, środki do pielęgnacji włosów, wody kolońskie

Żółcień pomarańczowa FCF
(żółcień pomarańczowa S, żółcień FD&C 6; syntetyczna; barwnik azowy; zakazany w niektórych krajach)
☹☹
Kod E110
Funkcja: Barwnik (żółto-pomarańczowy)
Potencjalne skutki: Astma; pokrzywka; katar sienny; bóle brzucha; egzema; nadpobudliwość; powinny jej unikać osoby uczulone na aspirynę; kancerogenna
Zastosowanie w żywności: Likiery owocowe, marcepan, zupy w proszku,

płatki zbożowe, kasze, wyroby cukiernicze, napoje w proszku, konserwy rybne
Inne zastosowania: Kosmetyki, płukanki do włosów

Część 2

SKŁADNIKI KOSMETYKÓW

Abietic acid (abietol)

Kwas abietynowy (żywiczny kwas z kalafonii)

😐**?**

Funkcja: Stabilizator, środek usztywniający
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne; podrażnienia skóry i błon śluzowych; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Produkcja mydła i pieniących się środków do mycia twarzy
Inne zastosowania: Produkcja winylu, lakierów i plastików

Acetal

Acetal
(1,1-dietoksyetan; pochodna aldehydu octowego)

☹

Funkcja: Dodatek aromatyczny, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Depresja centralnego układu nerwowego; trudności z oddychaniem; zapaść naczyniowo-sercowa; nieznana toksyczność dla skóry; możliwe nadciśnienie; działanie narkotyczne; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Syntetyczne perfumy
Inne zastosowania: Owocowe aromaty spożywcze, środek nasenny w medycynie

Acetaldehyde (ethanal)

Aldehyd octowy
(etanal; może być pochodzenia zwierzęcego)

☹☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, półprodukt
Potencjalne skutki: Podrażnienia błon śluzowych; uszkodzenia wątroby; toksyczny dla nerek, układu oddechowego i nerwowego; depresja centralnego układu nerwowego; podrażnienia skóry; teratogenny; kancerogenny; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Zapach kosmetyków, produkcja perfum
Inne zastosowania: Srebrzenie luster, syntetyczna guma

Acetamide MEA (N-acetyl ethanolamine)

N-2-hydroksyetyloacetamid

😐?

Funkcja: Antystatyk, środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Łagodne podrażnienia skóry; powodował nowotwory wątroby u szczurów; może zawierać DEA; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony i odżywki do włosów, kremy do skóry, toniki do włosów

Acetamidopropyl trimonium chloride

Chlorek 3-(acetylamino)-N,N,N-trimetylo-l-propanaminy

😐?

Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, mydła kąpielowe, odżywki do włosów
Inne zastosowania: Detergenty

Acetarsol (acetarsone)

Acetarsol

😐?

Funkcja: Środek przeciw drobnoustrojowy
Potencjalne skutki: Uczulenie; reakcje alergiczne; dawka śmiertelna dla myszy wynosi zaledwie 0,004 g/kg masy ciała
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do płukania jamy ustnej, pasty do zębów, produkty do higieny intymnej dla kobiet

Acetic acid

Kwas octowy

(kwas etanowy; występuje naturalnie w niektórych owocach i roślinach)

😐?

Funkcja: Rozpuszczalnik, środek rozszerzający naczynia krwionośne
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; pokrzywka; wysypka; powodował nowotwory u szczurów i myszy przy podaniu doustnym i przez iniekcję; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła w płynie, farby do włosów, kremy do rozjaśniania piegów

Acetone
Aceton
(propanon; otrzymywany na drodze utleniania lub fermentacji)
☹☹
Funkcja: Rozpuszczalnik, środek skażający
Potencjalne skutki: Łamliwość, łuszczenie się i rozdwajanie paznokci; podrażnienia płuc; wysypki; podrażnienia oczu; toksyczny dla wątroby, układu krwionośnego i nerwowego
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, zmywacze do paznokci
Inne zastosowania: Rozpuszczalnik kleju modelarskiego i celulozowego, rozcieńczalnik farb

Acetonitrile (methylacyanide)
Acetonitryl
(nitryl kwasu octowego, cyjanek metylu; prekursor cyjanku; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Uszkadza układ nerwowy; podrażnienia skóry; toksyczny dla żołądka, jelit i wątroby; teratogenny; spożycie może spowodować śmierć
Zastosowanie w kosmetyce: Sztuczne zmywacze do paznokci
Inne zastosowania: Procesy ekstrakcyjne

Acetyl tyrosine
N-acetylo-L-tyrozyna
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Funkcja: Dodatek biologiczny
Potencjalne skutki: Nieegzogenny aminokwas; przeważnie uważany za nieszkodliwy
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, kremy i olejki do opalania
Inne zastosowania: Preparaty uzupełniające dietę

Acetylated lanolin
Lanolina acetylowana
(może być pochodzenia zwierzęcego; może być skażona resztkami pestycydów)
😐?
Funkcja: Antystatyk, emulgator, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Przechodzi testy bezpieczeństwa; zobacz Lanolin

(Lanolina)
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty dla niemowląt, szminki, cienie do powiek, kremy, odżywki do włosów

Acetylated lanolin alcohol
Acetylowany alkohol lanolinowy
(zobacz Acetylated lanolin (Lanolina acetylowana))
☺
Funkcja: Antystatyk, emulgator, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Uznawany za hipoalergiczny; może wysuszać skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Cienie do powiek, kremy nawilżające, mydła kąpielowe, wody kolońskie

Acetylmethionyl methylsilanol elastinate
Elastyna, ester N-acetylometioniny z alkoholem metylosilanowym
☺☺
Funkcja: Antystatyk, środek odżywiający włosy i skórę
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów, kremy odżywcze do skóry

Acid colours e.g. acid red 14 (black, blue, brown, green, orange, red, violet, yellow)
Barwniki kwasowe, np. kwaśna czerwień 14 (syntetyczne barwniki smołowe lub azowe)
☹
Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Wiele z nich powoduje podrażnienia skóry, oczu i błon śluzowych; zobacz Azo dye (Barwnik azowy) i Coal tar (Smoła węglowa)
Zastosowanie w kosmetyce: Farby i szampony koloryzujące do włosów

Acrylamide copolymer
2-propenamid, polimer z 2-butenamidem i/ lub alkilopropenamidem
(akryloamidy są pochodnymi akrylonitrylu i kwasu siarkowego)
☹
Funkcja: Środek błonotwórczy, zagęstnik
Potencjalne skutki: Akryloamidy są toksyczne dla wątroby, układu rozrodczego i nerwowego; toksyczne przy absorpcji przez skórę; szkodliwe dla środowiska, zwłaszcza dla ryb

Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, kosmetyki

Acrylates copolymer

2-propenowy kwas, 2-metylo-polimer z etylo-2-propenianem i 2-metylo-2-propenianem metylu (syntetyczny; z ropy naftowej)

😐?

Funkcja: Antystatyk, nośnik, środek błonotwórczy
Potencjalne skutki: Akrylany silnie podrażniają
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, róże do policzków, lakiery do włosów w sprayu, tusze do rzęs

Alcohol (ethanol)

Etanol

😐?

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Podejrzewany o wywoływanie nowotworów jamy ustnej, gardła i języka; kontaktowe zapalenie skóry; w nadmiarze wysusza skórę i włosy
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do płukania jamy ustnej, produkty do mycia twarzy, perfumy, płyny po goleniu
Inne zastosowania: Gazowane napoje alkoholowe

Alkyl benzene sulfonate

Kwas alkilo (C8-C18) benzenosulfonowy

😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Uznawany za doustnie nietoksyczny; wysusza skórę; może powodować podrażnienia skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, płyny do kąpieli

Ahnfeltia concinna extract

Wyciąg z alg Ahnfeltia concinna

☺☺

Funkcja: Środek żelujący, dodatek roślinny
Potencjalne skutki: Nie zanotowano przypadków szkodliwości
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy odżywcze do skóry, pomocnicze preparaty kosmetyczne

Allantoin

Alantoina
(może być uzyskiwana z kwasu moczowego występującego w korzeniach roślin; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Funkcja: Środek przeciwdrobnoustrojowy, środek do higieny jamy ustnej
Potencjalne skutki: Może przyspieszać wzrost komórek, ułatwiając gojenie się złamań, blizn i ran; może łagodzić objawy łuszczycy
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające, mydła w płynie, lotiony do włosów, płyny po goleniu, odżywki do włosów

Aloe vera
Wyciąg i sok z aloesu zwyczajnego
☺☺
Funkcja: Dodatek roślinny
Potencjalne skutki: Nie zanotowano przypadków szkodliwości; uznawane za lecznicze i korzystne dla zdrowia
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy, dezodoranty, mydła, kremy do golenia

Alpha hydroxy acids (AHA; glycolic acid, lactic acid, tartaric acid, malic acid, citric acid, salicylic acid, L-alpha hydroxy acid, mixed fruit acid etc.)
Kwasy alfahydroksylowe (AHA; kwas hydroksy octowy, kwas mleczny, kwas winowy, kwas alfa hydroksy butenodiowy, kwas cytrynowy, kwas salicylowy, L-alfahydroksy kwas, różne kwasy owocowe itd.; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹
Funkcja: Środek buforujący, środek złuszczający
Potencjalne skutki: Długotrwałe uszkodzenia skóry; spuchnięcie i odbarwienia skóry, zwłaszcza wokół oczu; pęcherze na skórze; swędzenie; wysypki; toksyczne dla wątroby; duże ryzyko nowotworów skóry; uczulenie na światło; nie należy stosować u dzieci i niemowląt
Zastosowanie w kosmetyce: Peelingi do skóry, pigmenty do skóry, kremy do twarzy i ciała, preparaty zmiękczające naskórek, preparaty do czyszczenia skóry i usuwania niedoskonałości; szampony

Aluminium acetate
Octan glinu
☹
Funkcja: Środek przeciwdrobnoustrojowy

Potencjalne skutki: Wysypki; rozwarstwianie się skóry; spożycie dużych dawek może spowodować biegunkę, mdłości, wymioty i krwawienie; zobacz także Aluminium (E173) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Antyperspiranty, dezodoranty, kremy ochronne
Inne zastosowania: Nadawanie tkaninom wodoodporności, farbowanie futer

Aluminium chloride

Chlorek glinu
(sól glinowa kwasu solnego)
☹

Funkcja: Środek dezodoryzujący
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; reakcje alergiczne; toksyczny dla układu rozrodczego i nerwowego; teratogenny; szkodliwy dla organizmów wodnych; zobacz także Aluminium (E173) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, antyperspiranty

Aluminium chlorohydrate

Pentawodorotlenek chlorku diglinu
☹

Funkcja: Środek dezodoryzujący
Potencjalne skutki: Kontaktowe reakcje alergiczne; infekcje mieszków włosowych; podrażnienia obtartej skóry; zobacz także Aluminium (E173) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Antyperspiranty, dezodoranty

Aluminium zirconium octachlorohydrate

Oktaglinocyrkonowy oktachlorek ikozawodorotlenek
☹

Funkcja: Środek dezodoryzujący, środek ściągający
Potencjalne skutki: Szkodliwy; kontaktowe reakcje alergiczne; podrażnienia skóry; uszkodzenia płuc; ziarniaki; zobacz także Aluminium (E173) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Antyperspiranty nie w aerozolu, dezodoranty

Ambergris

Ambra
(uzyskiwana ze spermy waleni; pochodzenia zwierzęcego)
☺☺

Funkcja: Utrwalacz, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: W 80% składa się z cholesterolu; nie zanotowano

przypadków szkodliwości dla ludzi
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy
Inne zastosowania: Aromaty do napojów i artykułów spożywczych, papierosy

Aminomethyl propanol

2-amino-2-metylopropanol
(alkohol wytwarzany ze związków azotowych)
☺

Funkcja: Emulgator, środek buforujący
Potencjalne skutki: W stężeniu do 1% uważany za nieszkodliwy w zastosowaniach kosmetycznych; może wywoływać podrażnienia skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Spraye do włosów, kremy do golenia, kremy kosmetyczne, dezodoranty

2-amino-4-nitrophenol & 4-amino-2-nitrophenol

2-amino-4-nitrofenol i 4-amino-2-nitrofenol (na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Na liście substancji zakazanych przez UE; oczekiwanie na dane o bezpieczeństwie; toksyczne dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Pomarańczowo-czerwone i brązowe farby do włosów

Aminophenol (m-, o-, p-)

Aminofenol (m-, o-, p-)
☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Zobacz 2-amino-4-nitrophenol (2-amino-4-nitrofenol)
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów

Ammonium carbonate

Węglan amonu
😐**?**

Funkcja: Środek zobojętniający, środek buforujący
Potencjalne skutki: Wysypki na skórze głowy, twarzy i rąk; kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny i kremy do trwałej ondulacji
Inne zastosowania: Gaśnice

Ammonium chloride
Chlorek amonu
😐?
Funkcja: Środek zakwaszający, środek buforujący
Potencjalne skutki: U niektórych osób możliwe podrażnienia skóry i oczu; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do kąpieli, utleniacze do włosów, szampony
Inne zastosowania: Baterie, barwniki, lekarstwa

Ammonium cocoyl isethionate
Sole amonowe N-kokoacylowych pochodnych kwasu 2-hydroksyetanosulfonowego
☺
Funkcja: Środek oczyszczający, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Uważane za bezpieczne w zastosowaniach kosmetycznych; mogą powodować wysypki
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, szampony

Ammonium cocoyl sarcosinate
N-metylo-N-kokoacylo glicynian amonu (mogą być pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Mogą być skażone kancerogennymi nitrozoaminami; zobacz Sarcosines (Sarkozyny)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, proszki do mycia zębów

Ammonium hydroxide
Wodorotlenek amonu
(wodny roztwór amoniaku)
😐?
Funkcja: Środek buforujący, środek skażający
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu i błon śluzowych; może powodować łamanie się włosów; toksyczny w przypadku spożycia; szkodliwy dla środowiska
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, preparaty do prostowania włosów, kremy ochronne, tusze do rzęs
Inne zastosowania: Papierosy, środki do usuwania plam, detergenty

Ammonium laureth sulphate
Siarczan polietyleno (oksydodecylo) amonowy

😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Może być skażony kancerogennymi nitrozoaminami
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, płyny do kąpieli, mydła w płynie
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń, detergenty

Ammonium lauroyl sarcosinate

N-(1-oksododecylo) sarkozynian amonu (może być pochodzenia zwierzęcego)
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny

😐?

Potencjalne skutki: Może być skażony kancerogennymi nitrozoaminami; zobacz Sarcosines (Sarkozyny)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, proszki do mycia zębów

Ammonium lauryl sulphate

Dodecylosiarczan amonu

😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, środek pianotwórczy, środek oczyszczający
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu i skóry; wielokrotny kontakt może doprowadzić do wysuszenia skóry; może spowodować zatrucie nitrozoaminami
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, płyny i żele do kąpieli, mydła w płynie, żele pod prysznic, pasty do zębów
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń, detergenty do mycia samochodów

Ammonium persulphate

Peroksodisiarczan diamonu
(sól amonowa)

😐?

Funkcja: Konserwant, utleniacz
Potencjalne skutki: Astma; podrażnienia błon śluzowych i skóry; łamliwość włosów
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, farby, rozjaśniacze do skóry, mydła
Inne zastosowania: Detergenty

Ammonium sulphate

Siarczan amonu
(sól amonowa)

☹

Funkcja: Środek redukujący, środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Toksyczny dla wątroby, układu nerwowego i oddechowego; suche i zniszczone włosy
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do trwałej ondulacji
Inne zastosowania: Garbniki, wypełniacze w szczepionkach

Ammonium thioglycolate

Merkaptooctan amonu
(sól amonowa kwasu tioglikolowego; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Poważne oparzenia i pęcherze na skórze; łamliwość włosów; narastające rozdrażnienie; poważne reakcje alergiczne; przy wstrzyknięciu dużych dawek śmiertelny dla myszy
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty do prostowania włosów, depilatory, płyny do trwałej ondulacji

Amyl acetate

Octan pentylu
(olej bananowy; otrzymywany z alkoholu amylowego, czyli pentanolu)
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Bóle głowy; zmęczenie; bóle klatki piersiowej; depresja centralnego układu nerwowego; toksyczny dla układu nerwowego i oddechowego; podrażnienia błon śluzowych
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, lakiery do paznokci, zmywacze do paznokci
Inne zastosowania: Bananowy aromat spożywczy, zapach pasty do butów

Amyl dimethyl PABA (Padimate A)

4-(N, N-dimetyloamino) benzoesan pentylu (Padymat A)
☹

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Może powodować uczulenie; przyspiesza dzielenie się komórek nowotworów piersi; estrogenny; zaburzenia endokrynologiczne; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty do opalania z filtrem UV

Anethole

Anetol
(p-propenyloanizol; z olejku anyżkowego i innych)
😐?
Funkcja: Dodatek aromatyczny, środek skażający
Potencjalne skutki: Pokrzywka; pęcherze i łuskowacenie skóry; podrażnienia dziąseł i gardła
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, pasty do zębów, płyny do płukania jamy ustnej

Aqua
Woda
☺☺
Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Nieszkodliwa; oczyszczana, aby nie zawierała chloru, fluorku sodu itp.
Zastosowanie w kosmetyce: Wiele kosmetyków i środków do higieny osobistej
Inne zastosowania: Puszkowane i butelkowane artykuły spożywcze i napoje gazowane

Ascorbic acid
Kwas askorbinowy (witamina C)
☺☺
Funkcja: Przeciwutleniacz, konserwant
Potencjalne skutki: Korzystny wpływ na zdrowie
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy, produkty przeciwzmarszczkowe

Ascorbyl palmitate
Palmitynian askorbylu
(kwas 6-O-palmitoiloaskorbinowy; pochodna kwasu askorbinowego)
☺
Funkcja: Konserwant, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Niektóre palmityniany mogą wywoływać kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy i płyny kosmetyczne

Azo dye
Barwnik azowy
(ekstrakt ze smoły węglowej lub ropy naftowej; zobacz Coal tar (Smoła

węglowa))
☹☹
Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Kontakt ze skórą może spowodować pokrzywkę i astmę; katar sienny, reakcje alergiczne; nowotwory pęcherza; może się wchłaniać przez skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Zmywalne farby i płukanki do włosów
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze i napoje gazowane

Balsam peru

Balsam peruwiański
(ekstrakt z południowoamerykańskiego drzewa *Myroxylon balsamum*)
😐?
Funkcja: Środek bakteriobójczy
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; niedrożność nosa; kontaktowe zapalenie skóry; często wywołuje uczulenie; może wchodzić w reakcję z kwasem benzoesowym i innymi
Zastosowanie w kosmetyce: Kremowe płukanki do włosów, maseczki do twarzy, perfumy
Inne zastosowania: Papierosy

Barium sulphate

Siarczan baru
😐?
Funkcja: Środek zmętniający
Potencjalne skutki: Często powoduje reakcje skórne; trujący w przypadku spożycia
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Barium sulphide

Siarczek baru
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹
Funkcja: Zmętniacz, środek depilujący
Potencjalne skutki: Wysypki; poparzenia chemiczne; nie wolno stosować na stany zapalne skóry; trujący w przypadku spożycia
Zastosowanie w kosmetyce: Depilatory, preparaty do prostowania włosów, kosmetyki

Beeswax
Wosk pszczeli
(może być pochodzenia syntetycznego lub zwierzęcego, wytwarzany przez pszczoły)
☺

Funkcja: Emulgator, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; może wywoływać łagodne reakcje alergiczne i kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, tusze do rzęs, kremy dla dzieci, cienie do powiek, podkład do makijażu
Inne zastosowania: Wyroby cukiernicze, napoje bezalkoholowe, gumy do żucia

Behentrimonium chloride
Chlorek dokozylotrimetyloamoniowy
😐?

Funkcja: Konserwant, środek odżywiający włosy
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Bentonite
Bentonit (glina koloidalna)
😐?

Funkcja: Regulator lepkości, środek wchłaniający
Potencjalne skutki: Obojętny i na ogół nietoksyczny; może zatykać pory skóry, uniemożliwiając skórze poprawne funkcjonowanie; podany dożylnie powoduje zakrzepy krwi i prawdopodobnie guzy
Zastosowanie w kosmetyce: Maseczki do twarzy, produkty do makijażu

Benzaldehyde
Benzaldehyd
(syntetyczny olejek migdałowy)
☹☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Toksyczny; podrażnienia oczu i skóry; reakcje alergiczne; wpływa na centralny układ nerwowy; konwulsje; toksyczny dla nerek, wątroby, układu oddechowego i nerwowego; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków

chemicznych; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy i płyny kosmetyczne, mydła, perfumy, barwniki
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze do słodyczy, syropów i lodów, papierosy

Benzalkonium chloride (BAK)

Chlorek benzalkoniowy
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹
Funkcja: Konserwant, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Toksyczny; podrażnienia oczu i skóry; kontaktowe zapalenie skóry; zapalenie spojówek; spożycie może spowodować śmierć
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów, płyny do płukania jamy ustnej, mleczka do oczu
Inne zastosowania: W medycynie stosowany jako środek antyseptyczny i detergent

Benzene

Benzen
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Silnie toksyczny; toksyczny dla wątroby, układu dokrewnego, immunologicznego, oddechowego i nerwowego; wysypki i swędzenie skóry; teratogenny; kancerogenny; bardzo toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Zmywacze do paznokci
Inne zastosowania: Detergenty, nylony, sztuczne skóry, pokosty, lakiery, środki do czyszczenia piekarników, farby

Benzethonium chloride

*Chlorek benzetoniowy (*diizobutylo-fenoksy-etoksy-etylodimetylo-benzyloamoniowy chlorek)
😐**?**
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Toksyczny dla układu dokrewnego; toksyczny dla organizmów wodnych; zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, produkty do higieny intymnej dla

kobiet

Benzophenones (1-12)

Benzofenony (1-12)
(istnieje co najmniej tuzin różnych związków)
☹

Funkcja: Dodatek aromatyczny, środek utrwalający, środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Pokrzywka; reakcje alergiczne na światło; kontaktowe uczulenie; toksyczny w przypadku wstrzyknięcia; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Środki do pielęgnacji włosów w sprayu, mydła, kremy z filtrem UV

Benzoyl peroxide

Nadtlenek benzoilu
(z kwasu benzoesowego; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Środek wybielający i wysuszający
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; toksyczny w przypadku inhalacji; reakcje alergiczne; żrący; należy unikać kontaktu ze skórą
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, zestawy sztucznych paznokci

Benzyl acetate

Octan benzylu
(uzyskiwany z roślin, zwłaszcza jaśminu)
☹

Funkcja: Dodatek aromatyczny, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Wymioty; biegunka; podrażnienia oczu i skóry; toksyczny dla wątroby i skóry; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, mydła
Inne zastosowania: Lody, wypieki, gumy do żucia

Benzyl alcohol

Alkohol benzylowy
(występuje w jaśminach, hiacyntach i innych roślinach; syntetycznie otrzymywany z ropy naftowej lub smoły węglowej)
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, konserwant, środek skażający

Potencjalne skutki: Bóle głowy; podrażnienia skóry i błon śluzowych; toksyczny dla wątroby i układu nerwowego; kontaktowe zapalenie skóry; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, farby do włosów, szampony, zmywacze do paznokci
Inne zastosowania: Owocowe aromaty spożywcze, środki zmiękczające do tkanin, papierosy

Benzyl carbinol (phenethyl alcohol)

Benzylokarbinol (1-fenylo-2-etanol)

😐**?**

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu; toksyczny w przypadku spożycia; uczulający; wywołuje wady wrodzone u szczurów i uszkodzenia centralnego układu nerwowego u myszy
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, większość perfum różanych
Inne zastosowania: Syntetyczne owocowe aromaty spożywcze

Benzyl cinnamate

Cynamonian benzylu
(słodki zapach balsamu peruwiańskiego)

😐**?**

Funkcja: Środek maskujący
Potencjalne skutki: U niektórych osób cynamoniany mogą powodować uczucie pieczenia; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, perfumy
Inne zastosowania: Papierosy, pestycydy

Benzylhemiformal

Fenylometoksymetanol

😐**?**

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Długotrwały kontakt ze skórą może być szkodliwy
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Benzyl salicylate

Salicylan benzylu
(syntetyczny)

😐?

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Wysypka i swędzenie skóry po wystawieniu na światło słoneczne
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV, perfumy
Inne zastosowania: Papierosy

Betaglucans

Beta-glukan
(homopolimer beta–d-glukozy; występuje w owsie i jęczmieniu)
☺☺

Funkcja: Środek odżywiający skórę, środek zwiększający objętość
Potencjalne skutki: Nie zanotowano przypadków szkodliwości; może działać korzystnie
Zastosowanie w kosmetyce: Pudry do twarzy; kremy odżywcze do skóry

Beta-naphthol

Beta-naftol
(z naftalenu pochodzącego ze smoły węglowej; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Uszkodzenia nerek i oczu; konwulsje; doustnie powoduje anemię i śmierć; uszkodzenia skóry; kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Toniki do włosów, farby do włosów, peelingi do skóry, perfumy

Beta hydroxy acids (BHA; salicylic acid, beta hydroxy butanoic acid, tropic acid, trethocanic acid)

Kwasy betahydroksylowe (BHA; kwas salicylowy, betahydroksy kwas masłowy, 2-fenylo-3-hydroksypropionowy i tretokanowy)
😐?

Funkcja: Środek złuszczający
Potencjalne skutki: Uczulenie na światło; reakcje skóry, zwłaszcza gdy jest sucha lub uczulona; zmiany odczynu skóry; nie należy stosować u dzieci
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy złuszczające, peelingi, maseczki, preparaty nawilżające

BHA

BHA
☹☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Zobacz Butylohydroksyanizol (E320) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze

BHT
BHT
☹☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Zobacz Butylohydroksytoluen (E321) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, szminki, kredki do oczu, oliwki dla dzieci
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze, opakowania

Biotin
Biotyna
(rozpuszczalna w wodzie witamina H)
☺☺
Funkcja: Środek usztywniający, środek odżywiający włosy
Potencjalne skutki: Nie zanotowano przypadków szkodliwości; korzystny wpływ na zdrowie
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy kosmetyczne, odżywki do włosów

Bismuth compounds (bismuth citrate, bismuth oxychloride etc.)
Związki bizmutu (cytrynian bizmutu, tlenochlorek bizmutu itd.)
☹
Funkcja: Różne funkcje
Potencjalne skutki: Toksyczny wpływ, w tym utrata pamięci, konwulsje, dezorientacja, upośledzenie umysłowe; toksyczne dla wątroby i układu krwionośnego
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy wybielające i usuwające piegi, lakiery do paznokci, farby do włosów

Bisphenol A
Bisfenol A

☹

Funkcja: Utwardzacz
Potencjalne skutki: Choroby neurologiczne; trudności w nauce; wady wrodzone u myszy; imitator estrogenu
Inne zastosowania: Niektóre plastikowe pojemniki na żywność i kosmetyki

Borax (sodium tetraborate)

Boraks (tetraboran sodu)

😐**?**

Funkcja: Emulgator, środek usztywniający
Potencjalne skutki: Zobacz Tetraboran sodu (E285) w części 1; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające
Inne zastosowania: Środki zmiękczające wodę, środki owadobójcze

Boric acid

Kwas borowy
(kwas borny; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

☹☹

Funkcja: Środek przeciwdrobnoustrojowy
Potencjalne skutki: Toksyczny dla przewodu pokarmowego, wątroby, nerek, krwi, układu rozrodczego i nerwowego; zanotowano poważne zatrucia po spożyciu i zastosowaniu na obtartą skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Zasypki dla niemowląt, talk kosmetyczny, kremy do oczu, płyny do płukania jamy ustnej, mydła
Inne zastosowania: Kontrola grzybów na skórkach cytrusów

Bromates (calcium, potassium, sodium bromate)

Bromiany (bromian wapniowy, potasowy i sodowy)

☹

Funkcja: Czynnik utleniający
Potencjalne skutki: Trudności z oddychaniem; wykwity skórne; dysfunkcje i niewydolność nerek; wpływ na centralny układ nerwowy
Zastosowanie w kosmetyce: Środek zobojętniający preparaty do trwałej ondulacji
Inne zastosowania: Produkcja pieczywa

Bromochlorophene

2,2’-metylenobis (6-bromo-4-chlorofenol)

Bromochlorofen (związek fenolowy)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Silnie toksyczny w przypadku połknięcia; zobacz Hexachlorophene (Heksachlorofen)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

2-bromo-2-nitropropane e1,3-diol (Bronopol(tm), BNPD)
2-bromo-2-nitro-1,3-propandiol (Bronopol(tm), BNPD)
☹
Funkcja: Konserwant, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu i skóry; toksyczny dla wątroby; kontaktowe zapalenie skóry; może tworzyć toksyczne nitrozoaminy i formaldehyd
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, tusze do rzęs, cienie do powiek, mydła w płynie, lakiery do paznokci, kremy do twarzy

5-bromo-5-nitro-1,3-dioxane (Bronidox L)
5-bromo-5-nitro-1,3-dioksan (Bronidox L)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry i oczu; może uwalniać formaldehyd; może tworzyć nitrozoaminy
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, tusze do rzęs, cienie do powiek, mydła w płynie

Butane
Butan (uzyskiwany z ropy naftowej)
😐**?**
Funkcja: Gaz nośny
Potencjalne skutki: Zobacz Butan (E943a) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki w aerozolu
Inne zastosowania: Chłodziwo

Butyl acetate
Octan n-butylu (syntetyczny)
☹
Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Toksyczny; może powodować podrażnienia skóry i oczu;

zapalenie spojówek; podrażnienia dróg oddechowych
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, zmywacze do paznokci, cienie do powiek, mydła
Inne zastosowania: Syntetyczne aromaty spożywcze, papierosy

Butyl alcohol

Alkohol butylowy
(butanol; syntetyczny; otrzymywany z butanu)
☹
Funkcja: Rozpuszczalnik, środek klarujący
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; wysuszanie skóry; spożycie może spowodować podrażnienie błon śluzowych; ospałość, bóle i zawroty głowy
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, lakiery do paznokci, zmywacze do paznokci
Inne zastosowania: Syntetyczne aromaty spożywcze, woski, szelak, żywice, papierosy

Butylated hydroxyanisole

Butylohydroksyanizol
☹☹
Funkcja: Konserwant, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Zobacz Butylohydroksyanizol (E320) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze

Butylated hydroxytoluene

Butylohydroksytoluen
☹☹
Funkcja: Konserwant, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Zobacz Butylohydroksytoluen (E321) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, kredki do oczu, oliwki i mleczka dla dzieci
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze

Butylene glycol

Butan 1,3-diol
(glikol 1,3-butylenowy; syntetyczny)
😐**?**
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, rozpuszczalnik

Potencjalne skutki: Nie występuje na liście GRAS Agencji ds. Żywności i Leków; spożycie może spowodować uszkodzenie nerek, wymioty, ospałość, depresję, śpiączkę i śmierć; może być szkodliwy dla środowiska
Zastosowanie w kosmetyce: Spraye do włosów, preparaty do układania włosów

Butyl myristate

Mirystynian butylu
(z kwasu mirystynowego i alkoholu butylowego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Może wywoływać podrażnienia skóry; niektóre mirystyniany przyczyniają się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, kremy do twarzy, lakiery do paznokci, zmywacze do paznokci

Butylparaben

Butyloparaben
(syntetyczny; ester kwasu p-hydroksybenzoesowego z alkoholem butylowym)
☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; podrażnienia skóry; zobacz Parabens (Parabeny)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, szampony

Butyrolactone

Gamma-butyrolakton
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Toksyczny; prawdopodobnie kancerogenny dla ludzi; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, zmywacze do paznokci, kosmetyki
Inne zastosowania: Produkcja poliwinylopirolidonu

C13-14 isoparaffin

Izoparafina C13-14
☺

Funkcja: Rozpuszczalnik

Potencjalne skutki: Czysta parafina jest uznawana za nieszkodliwą dla skóry; zanieczyszczenia mogą powodować egzemę i podrażnienia
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające, mydła, produkty do golenia, kremy z filtrem UV

Caffeine
Kofeina
(otrzymywana jako produkt uboczny przy produkcji kawy bezkofeinowej)
☹
Funkcja: Środek odżywiający skórę
Potencjalne skutki: Toksyczna dla wątroby, nerek, przewodu pokarmowego, układu nerwowego i mięśniowo-szkieletowego; teratogenna; niezalecana dzieciom; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Aromat szminek, ułatwia innym składnikom wnikanie w skórę
Inne zastosowania: Likiery, napoje typu cola, czekolady, papierosy

Calcium acetate
(Di)octan wapnia
(syntetyczny; sól kwasu octowego)
😐?
Funkcja: Środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Zapachy kosmetyków
Inne zastosowania: Środki barwiące, garbujące i konserwujące skórę

Calcium myristate
Mirystynian wapnia
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; niektóre mirystyniany przyczyniają się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Calcium silicate
Krzemian wapnia
😐?

Funkcja: Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Praktycznie nietoksyczny przy podaniu doustnym; podrażnienia płuc i dróg oddechowych; reakcje alergiczne skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Pudry do twarzy
Inne zastosowania: Proszek do pieczenia, szkło wapniowe

Calcium stearate

Distearynian wapnia
(wytwarzany z wody wapiennej)
☺

Funkcja: Środek przeciwzbrylający, barwnik
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; poddawany testom bezpieczeństwa
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów
Inne zastosowania: Farby, farby drukarskie, pestycydy

Calcium sulfide

Siarczek wapnia
(powstaje podczas podgrzewania gipsu z węglem drzewnym)
☹

Funkcja: Środek depilujący
Potencjalne skutki: Toksyczny; podrażnienia skóry i oczu; może powodować reakcje alergiczne; żrący
Zastosowanie w kosmetyce: Depilatory
Inne zastosowania: Farby luminescencyjne

Calcium thioglycolate

Bis(merkaptooctan) wapnia
☹

Funkcja: Środek depilujący
Potencjalne skutki: Szkodliwy; problemy ze skórą na rękach i głowie; wylewy podskórne; poważne reakcje alergiczne; w testach laboratoryjnych na zwierzętach wywoływał problemy z tarczycą
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do trwałej ondulacji
Inne zastosowania: Garbowanie skóry

Calomel

Kalomel (chlorek rtęci; w UE i USA zakazany w kosmetykach)
☹☹

Funkcja: Środek wybielający
Potencjalne skutki: Teratogenny; zatrucia rtęcią; pozostaje w środowisku; bardzo toksyczny dla organizmów wodnych; patrz Mercury Compounds (Związki rtęci)
Zastosowanie w kosmetyce: Wybielacze skóry, kremy przeciw piegom, „kremy upiększające”

Camphor oil

Olejek kamforowy
(w USA zakazany w maściach)
☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Skurcze; konwulsje; zawroty głowy; toksyczny dla wątroby i układu nerwowego; kontaktowe zapalenie skóry; problemy z oddychaniem; śmierć płodu
Zastosowanie w kosmetyce: Toniki do włosów; płyny przed i po goleniu
Inne zastosowania: Ostry smak artykułów spożywczych, balsamy, kulki naftaliny

Canthaxanthin

Kantaksantyna
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐**?**

Funkcja: Barwnik (różowy)
Potencjalne skutki: Spożycie może spowodować utratę nocnego widzenia; zobacz także Kantaksantyna (E161g)
Zastosowanie w kosmetyce: Sztuczne środki pomocnicze do barwienia
Inne zastosowania: Karma dla kurczaków nadająca odpowiedni kolor żółtkom jajek

Caprylic/capric/lauric triglyceride

Kwas dodekanowy, mieszanina triesterów z kwasami oktanowym, dekanowym i 1,2,3-propanotriolem (może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Mała toksyczność, delikatne podrażnienia oczu i skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, olejki do kąpieli, perfumy, mydła, spraye do włosów

Captan

Kaptan (otrzymywany z fenolu)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Toksyczny dla układu immunologicznego i nerwowego; zaburzenia układu rozrodczego; teratogenny; może być niebezpieczny dla organizmów wodnych i ziemnych
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, szampony, kosmetyki
Inne zastosowania: Środek grzybobójczy w rolnictwie

Carbitol
Karbitol
(eter dibutylowy glikolu dietylenowego)
☹
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Niebezpieczny w stężeniu powyżej 5%; bardziej toksyczny od glikolu polietylenowego (zobacz Polyethylene glycols (Glikole polietylenowe))
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV, lakiery do paznokci

Carbomer 934, 940, 941
Karbomer 934, 940, 941
😐?
Funkcja: Zagęstnik, emulgator
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; podrażnienia oczu; poddawane testom bezpieczeństwa
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, pasty do zębów
Inne zastosowania: Zastosowania w przemyśle

Carboxymethyl cellulose
Karboksymetyloceluloza
(otrzymywana z produktów bawełnianych; może pochodzić z roślin GM)
😐?
Funkcja: Stabilizator, emulgator
Potencjalne skutki: Brak danych o toksyczności w kosmetykach; w niektórych badaniach na zwierzętach powodowała nowotwory i guzy
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, kremy do rąk, kremy do golenia, środki pomocnicze do pielęgnacji włosów
Inne zastosowania: Lody, napoje gazowane, środki przeczyszczające

Castor oil

Olej rycynowy
(otrzymywany z nasion rącznika pospolitego)
😐?
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; spożycie może spowodować przekrwienie miednicy i poronienie
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, olejki do kąpieli, kremy do golenia, lakiery do paznokci, maseczki do twarzy
Inne zastosowania: Balsamy, środki przeczyszczające, olej do lampek

Catechol
Katechina
(alkohol fenylowy występujący w czerni katechu otrzymywanej z palmy kateszowej, zwanej areką)
☹
Funkcja: Modyfikator
Potencjalne skutki: Toksyczna dla wątroby, układu krwionośnego, nerwowego i immunologicznego; kontaktowe zapalenie skóry; teratogenna; kancerogenna; toksyczna dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, preparaty do pielęgnacji skóry

Ceresin wax
Cerezyna
(rafinowany wosk ziemny otrzymywany z ozokerytu)
☺
Funkcja: Zagęstnik, antystatyk, emulgator
Potencjalne skutki: Uznawana za bezpieczną w zastosowaniach kosmetycznych; u niektórych osób może wywoływać uczulenie
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy ochronne, odżywki do włosów, róże w kremie, szminki
Inne zastosowania: Odzież i papier woskowany, stomatologia

Cetalkonium chloride
Chlorek cetalkoniowy
(otrzymywany z amoniaku)
😐?
Funkcja: Konserwant, środek przeciwbakteryjny
Potencjalne skutki: Alergie kontaktowe; suche i łamliwe włosy; spożycie może mieć skutki śmiertelne; zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów, dezodoranty, antyperspiranty

Ceteareths -3, -6, -12, -20, -25, -30, -33

Ceteareth -3, -6, -12, -20, -25, -30, -33 (polioksyetylowane etery cetostearylowe; mogą być pochodzenia zwierzęcego)

😐?

Funkcja: Emulgator, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Wysuszenie skóry; reakcje alergiczne; mogą być skażone kancerogennym 1,4-dioksanem i tlenkiem etylenowym
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, produkty do opalania, szampony, kremy nawilżające, odżywki do włosów

Cetearyl alcohol

Alkohol cetostearylowy
(mieszanina alkoholi cetylowego i stearylowego; może być naturalny lub syntetyczny; może być pochodzenia zwierzęcego)

☺

Funkcja: Emulgator, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: U niektórych osób może wywoływać kontaktowe zapalenie skóry i kontaktowe uczulenie
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, szminki, szampony, preparaty do opalania

Cetearyl glucoside

d-glukozyd alkoholu cetostearylowego (syntetyczny olejowy związek chemiczny z orzechów kokosowych i kukurydzy; może pochodzić z roślin GM)

☺

Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Zobacz Cetearyl alcohol (Alkohol cetostearylowy)
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny kosmetyczne do mycia rąk i ciała

Cetearyl palmitate

Palmitynian **cetostearylu**
(może być pochodzenia zwierzęcego)

☺

Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Niektóre palmityniany mogą wywoływać kontaktowe zapalenie skóry

Zastosowanie w kosmetyce: Płyny kosmetyczne do mycia rąk

Ceteth -1, -2, -4, -6, -10, -20, -30

Ceteth -1, -2, -4, -6, -10, -20, –30 (polioksyetylowane etery cetylowe)

😐?

Funkcja: Emulgator, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Mogą być skażone kancerogennym 1,4-dioksanem i tlenkiem etylenowym
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty do włosów, preparaty do pielęgnacji skóry, kremy nawilżające
Inne zastosowania: Detergenty

Cetrimonium bromide

Bromek cetrymonu (bromek heksadecyltrimetylamonu; syntetyczny)

☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Spożycie może mieć skutki śmiertelne; może wywoływać podrażnienia oczu i skóry; wpływa na płodność; teratogenny; toksyczny dla embrionów myszy
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, dezodoranty, produkty do czyszczenia skóry

Cetrimonium chloride

Chlorek cetrymonu
(chlorek heksadecyltrimetylamonu)

😐?

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów

Cetyl alcohol

Alkohol cetylowy
(heksadekan-1-ol; syntetyczny olejowy związek chemiczny; może być pochodzenia roślinnego, zwierzęcego lub z ropy naftowej)

☺

Funkcja: Środek zmiękczający, emulgator, zmętniacz
Potencjalne skutki: Uznawany za mało toksyczny w przypadku spożycia i dla skóry; może wywoływać pokrzywkę i kontaktowe zapalenie skóry; dolegliwości

skórne
Zastosowanie w kosmetyce: Mleczka dla niemowląt, tusze do rzęs, podkłady do makijażu, dezodoranty, antyperspiranty, szampony
Inne zastosowania: Środki przeczyszczające

Cetyl lactate

Mleczan alkoholu cetylowego
(może być syntetyczny; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Nieznane są przypadki toksyczności lub niepożądanych reakcji
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Preparaty farmaceutyczne

Cetyl myristate

Mirystynian alkoholu cetylowego
(może być syntetyczny; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Brak danych o toksyczności; niektóre mirystyniany przyczyniają się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Cetyl octanoate

2-etyloheksanian heksadecylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Zobacz Cetyl alcohol (Alkohol cetylowy)
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy kosmetyczne, szminki
Inne zastosowania: Pestycydy

Cetyl palmitate

Palmitynian heksadecylu
(może być syntetyczny; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach

kosmetycznych; niektóre palmityniany mogą powodować kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Cienie do powiek, preparaty do pielęgnacji skóry
Inne zastosowania: Produkcja smarów

Cetyl ricinoleate
R-12-hydroksyoleinian heksadecylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Funkcja: Środek zmiękczający, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; może wywoływać podrażnienia oczu
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty samoopalające

Cetyl stearate
Stearynian heksadecylu
(może być syntetyczny; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Nieznane są przypadki toksyczności lub niepożądanych reakcji
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki dla skóry w produktach kosmetycznych

Chloramine-t
Tosylochloramid sodu
(syntetyczna)
😐?
Funkcja: Konserwant, środek bakteriobójczy
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do higieny jamy ustnej, wybielacze do paznokci

Chlorhexidine
Chloroheksydyna
(syntetyczna; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹
Funkcja: Konserwant, miejscowy środek bakteriobójczy
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; toksyczna dla układu oddechowego i immunologicznego; zanotowano przypadki szoku

anafilaktycznego
Zastosowanie w kosmetyce: Płynne kosmetyki, spraye do higieny intymnej dla kobiet, dezodoranty

Chloroacetamide
2-chloroacetamid
(syntetyczny; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; immunotoksyczny; zobacz Acetamide (Acetamide) i Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Chlorobutanol
Chlorobutanol
☹
Funkcja: Konserwant, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Silnie toksyczny w przypadku spożycia; depresja centralnego układu nerwowego; reakcje alergiczne; szkodliwy w przypadku inhalacji; może być wchłaniany przez skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do mycia oczu, oliwki dla dzieci
Inne zastosowania: Leczenie zapalenia gruczołu mlecznego u krów

p-chloro-m-cresol
Chlorokrezol
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Powodował uszkodzenia nerek i guzy nerek u samców szczura; niebezpieczny w produktach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do pielęgnacji skóry i do opalania

2-chloro-p-phenylene-diamine
2-chloro-p-fenylenodiamina
☹☹
Funkcja: Półprodukt
Potencjalne skutki: Zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów

Chlorothymol
Chlorotymol
(pochodna tymolu; związek fenylowy)
😐?
Funkcja: Środek do higieny jamy ustnej, środek dezodoryzujący
Potencjalne skutki: W połączeniu z chlorem może powodować podrażnienia błon śluzowych; może być wchłaniany przez skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do higieny jamy ustnej, toniki do włosów, oliwki dla niemowląt
Inne zastosowania: Miejscowe leki antybakteryjne

Chloroxylenol
Chloroksylenol
(p-chloro-3,5-dimetylofenol; syntetyczny)
☹
Funkcja: Konserwant, środek przeciwbakteryjny
Potencjalne skutki: Toksyczny w przypadku spożycia; toksyczny dla wątroby i układu immunologicznego; podrażnienia skóry; może być wchłaniany przez skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do golenia w sprayu, szampony, dezodoranty
Inne zastosowania: Środki bakteriobójcze i przeciwgrzybiczne

Choleth –10, -24
Choleth –10, -24
(polioksyetylowane etery cholesterolu)
☺
Funkcja: Emulgator, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Nie są znane przypadki niepożądanych reakcji; poddany testom bezpieczeństwa
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do rąk

Chromium compounds
Związki chromu
☹
Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Inhalacja pyłu może spowodować podrażnienia i owrzodzenia; nowotwory płuc wiele lat po ekspozycji; reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Zielone cienie do powiek; zielone tusze do rzęs

CI (liczba) e.g. CI 12085

CI (liczba), np. CI 12085
(europejska lista nieorganicznych barwników, głównie syntetycznych smołowych i azowych)
😐?

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Mogą być szkodliwe i powodować podrażnienia skóry, oczu i błon śluzowych; zobacz Azo dye (Barwnik azowy) i Coal tar (Smoła węglowa)
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów

Cinnamyl alcohol

Alkohol cynamolowy
(syntetyczny)
☺

Funkcja: Dodatek aromatyczny, zapach
Potencjalne skutki: Może powodować reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Syntetyczne perfumy, dezodoranty
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, papierosy

Cinoxate

Cynoksat
😐?

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Alergiczne wysypki; reakcje fotoalergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV, perfumy

Citronella oil

Olejek cytronelowy (ekstrakt ze świeżej trawy *Cymbopogon nardus* lub *Cymbopogon winterianus*)
😐?

Funkcja: Dodatek aromatyczny, zapach
Potencjalne skutki: Astma; wysypki; katar sienny; niedrożność nosa
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, kosmetyki, perfumy
Inne zastosowania: Środki odstraszające owady, aromaty spożywcze

Coal tar

Smoła węglowa
(zawiera kreozol, chinolinę, ksylen, fenol, benzen, naftalen i inne)

☹☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; łuszczyca; pokrzywka; fototoksyczna; trądzik; wysypki; nowotwory piersi, pęcherza moczowego i wątroby; szkodliwa dla środowiska
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, farby do włosów, kosmetyki do twarzy, płyny do mycia rąk i ciała, pasty do zębów
Inne zastosowania: Taśmy przylepne, insektycydy, kreozoty (rodzaj impregnatów), fenole

Cocamide DEA

Dietanolamina kokosowego kwasu tłuszczowego
(półsyntetyczna)
☹

Funkcja: Emulgator, środek powierzchniowo czynny, środek pianotwórczy
Potencjalne skutki: Alergiczne wysypki; może zawierać DEA; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, płyny do kąpieli, żele pod prysznic
Inne zastosowania: Szampony dla zwierząt domowych

Cocamide MEA

Monoetanolamina kokosowego kwasu tłuszczowego
(syntetyczna)
😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, emulgator
Potencjalne skutki: U niektórych osób łagodne reakcje skórne; opary są silnie toksyczne; może zawierać nitrozaminy; szkodliwa dla środowiska
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów

Cocamidopropyl betaine

Kokamidopropylobetaina
(betaina kokoamidopropylowa; syntetyczna)
😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; reakcje alergiczne; wysypka powiek
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, toniki do zmywania makijażu oczu, szampony

Cocamidopropyl dimethylamine
Dimetyloamina kokoamidopropylowa
😐?
Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Alergie kontaktowe; u niektórych osób kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów

Cocamidopropyl hydroxysultaine
Hydroksysultaina kokamidopropylowa
☺
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, zagęstnik
Potencjalne skutki: Może wywoływać alergiczną wysypkę; może zawierać nitrozaminy
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, kremy do włosów i ciała

Cocoa butter (Theobroma oil)
Masło kakaowe
(otrzymywane z prażonych ziaren kakaowca właściwego (Theobroma cacao))
☺
Funkcja: Środek zmiękczający, emulgator
Potencjalne skutki: Zmiękcza i natłuszcza skórę; może powodować reakcje alergiczne i trądzik kosmetyczny
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, odżywki do rzęs, róże, wybielacze paznokci, szminki
Inne zastosowania: Słodkie sosy, wyroby cukiernicze, czopki

Coco-betaine
Betaina kokosowa
(syntetyczna z oleju kokosowego)
☺
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: U osób uczulonych może wywoływać wysypkę
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, żele do twarzy i rąk

Coco-polyglucose
Produkty reakcji glukozy z olejem kokosowym

(syntetyzowane; mogą pochodzić z roślin GM)
☺

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: U osób uczulonych mogą wywoływać podrażnienia skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Coconut acids, oil and alcohols

Kwasy, oleje i alkohole kokosowe (otrzymywane z miąższu orzechów kokosowych)
☺

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, środek zmiękczający, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Mogą łagodzić suchość skóry; mogą powodować wysypki alergiczne; podrażnienia oczu i skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, mydła dla dzieci, kremy do masażu
Inne zastosowania: Margaryny, czekolady, papierosy

Collagen

Kolagen
(pochodzenia zwierzęcego)
😐**?**

Funkcja: Środek nawilżający
Potencjalne skutki: Może tworzyć warstwę utrudniającą prawidłowe funkcjonowanie skóry; reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do rąk, kremy nawilżające, kosmetyki

Corn flour

Mąka kukurydziana
(może pochodzić z roślin GM)
☺

Funkcja: Środek wchłaniający
Potencjalne skutki: Stosowana jako bezpieczny zamiennik talku; zawilgocona może ułatwiać rozwój grzybów i bakterii
Zastosowanie w kosmetyce: Zasypki dla niemowląt, pudry do twarzy, talk kosmetyczny

Corn oil

Olej kukurydziany
(może pochodzić z roślin GM)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: U niektórych osób może wywoływać reakcje alergiczne skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy kosmetyczne, pasty do zębów

Corn starch

Skrobia kukurydziana
(może pochodzić z roślin GM)
😐?
Funkcja: Zasypka
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne skóry; wysypki; astma; zobacz Corn flour (Mąka kukurydziana)
Zastosowanie w kosmetyce: Brokat
Inne zastosowania: Środki łagodzące

Coumarins

Kumaryny
(otrzymywane z fasoli tonkijskiej (*Dipteryx odorata*) lub wytwarzane syntetycznie; w USA zakazane w żywności)
☹
Funkcja: Zapach, dodatek
Potencjalne skutki: Alergiczne kontaktowe zapalenie skóry; uczulenie na światło; toksyczne w przypadku spożycia; kancerogenne; teratogenne; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty przeciwtrądzikowe, mydła, dezodoranty, farby do włosów; szampony, kremy z filtrem UV, perfumy
Inne zastosowania: Detergenty

p-Cresol

p-krezol
(otrzymywany ze smoły węglowej)
☹
Funkcja: Konserwant, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Poparzenia skóry; zapalenie skóry; niewydolność układu oddechowego; toksyczny dla krwi, nerek, wątroby, układu dokrewnego i immunologicznego; mniej toksyczny niż fenol; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do płukania jamy ustnej, kosmetyki
Inne zastosowania: Syntetyczne spożywcze aromaty waniliowe i orzechowe

Crystalline silica
Krzemionka krystaliczna
☹
Funkcja: Materiał ścierający
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu, skóry i płuc, jeśli stosuje się ją w postaci suchej; kancerogenna
Zastosowanie w kosmetyce: Róże do policzków, kredki do ust, pudry do twarzy
Inne zastosowania: Granulowana podściółka dla kotów, zmywacze, farby

Crystallins
Krystaliny
(mogą być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Funkcja: Dodatek biologiczny
Potencjalne skutki: Aktualnie brak danych o niepożądanych skutkach w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty pielęgnacyjne do włosów i skóry

Cyclohexamine
Cykloheksyloamina
(syntetyczna)
☹
Funkcja: Dodatek, środek buforujący
Potencjalne skutki: Toksyczna dla układu krwionośnego, oddechowego, rozrodczego, immunologicznego i nerwowego; oparzenia skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Spraye do włosów

Cyclomethicone
Oktametylocyklotetrasiloksan
(silikonowa pochodna krzemionki)
😐?
Funkcja: Środek zmiękczający, rozpuszczalnik, antystatyk
Potencjalne skutki: Brak danych o toksyczności, ale tworzy na skórze warstwę, która może utrudniać jej prawidłowe funkcjonowanie
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów, szminki, dezodoranty, odświeżacze do skóry
Inne zastosowania: Impregnaty, smary

D & C colours e. g. D & C red no. 6 (blue, brown, green, red, orange, violet, yellow)

Barwniki D i C, np. *D i C czerwony nr 6* (niebieski, brązowy, zielony, czerwony, pomarańczowy, fioletowy, żółty)

😐**?**

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Większość może wywoływać niekorzystny wpływ na zdrowie, w tym wysypkę, reakcje alergiczne, astmę
Zastosowanie w kosmetyce: Większość kosmetyków, w tym mydła, błyszczyki do ust, lakiery do paznokci

DEA (diethanolamine)

DEA (dietanolamina)

☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, emulgator
Potencjalne skutki: Zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)

DEA cetyl phosphate

Związek 1-heksadekanolu z fosforanem i 2,2'-iminobis[etanolem] (może być pochodzenia zwierzęcego)

☹

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, emulgator
Potencjalne skutki: Może zawierać DEA; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)

DEA cocamide

Amid dietylanolaminy z kwasem tłuszczowym z olejku kokosowego

☹

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Zobacz Cocamide DEA (Dietanolamina kokosowego kwasu tłuszczowego)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Cocamide DEA (Dietanolamina kokosowego kwasu tłuszczowego)

DEA laureth sulphate

Dodekanol, etoksylowane siarczany, bis (2-hydroksyetylo) sole amonowe (syntetyczne lub półsyntetyczne)

☹

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, środek pianotwórczy
Potencjalne skutki: Szkodliwe dla organizmów wodnych; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina) i Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, mydło w płynie, szampony, odżywki do włosów

DEA lauryl sulphate

Siarczan bis (2-hydroksyetylo) amoniowy decylu (syntetyczny lub półsyntetyczny)

☹

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Szkodliwe dla organizmów wodnych; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina) i Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, mydło w płynie, szampony, odżywki do włosów

Decyl alcohol

Alkohol decylowy
(1-dekanol; pochodna płynnej parafiny)

☺

Funkcja: Środek przeciwpieniący, utrwalacz
Potencjalne skutki: W testach na zwierzętach wykazał małą toksyczność dla skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, perfumy
Inne zastosowania: Owocowe aromaty spożywcze

Decyl myristate

Mirystynian decylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)

☺

Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Mirystiany mogą przyczyniać się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki dla skóry w kosmetykach

Decyl oleate

Oleinian decylu

(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający, emulgator
Potencjalne skutki: U niektórych osób może wywoływać trądzik; poddawany testom bezpieczeństwa
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do rąk, produkty do opalania

Decyl polyglucose

D-glukozyd decylu
(z alkoholu decylowego i D-glukozy)
☺

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: U osób uczulonych może wywoływać podrażnienia skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Dexpanthenol

D-pantenol
(dekspantenol; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺

Funkcja: Antystatyk, środek odżywiający skórę i włosy
Potencjalne skutki: Zobacz Panthenol (Pantenol)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Panthenol (Pantenol)

2,4-Diaminoanisole

2,4-diaminoanizol
(syntetyczny)
☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Alergiczne kontaktowe zapalenie skóry; mutagenny; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów

2,4-Diaminophenol

2,4-diaminofenol (syntetyczny)
☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów

Diazolidinyl urea (Germall II)
Diazolidynylan mocznika
(pochodzenia zwierzęcego)
☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Uczulający; kontaktowe zapalenie skóry; podrażnienia oczu i skóry; może uwalniać formaldehyd; z trudem ulega biodegradacji
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów, żele do golenia, kremy nawilżające
Inne zastosowania: Pestycydy, przemysł włókienniczy

Dibehenyldimonium chloride
1-dokozanaminium, N-dokozylo-N,N-dimetylo-chlorek (syntetyczny)
😐**?**

Funkcja: Antystatyk, emulgator
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Dibenzothiophene
Dibenzotiofen
(pochodna thioxanthronu; we Włoszech zakazany w kosmetykach)
☹

Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Dolegliwości centralnego układu nerwowego; problemy z krwią i jej ciśnieniem
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony przeciwłupieżowe, produkty przeciwtrądzikowe
Inne zastosowania: Psychofarmaceutyki

Dibenzoylmethanes
Dibenzoilometany
😐**?**

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Fotoalergia; kontaktowa alergia
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV

Dibromofluorescein

D & C pomarańcz nr 5
(CI 45370; otrzymywany przez ogrzewanie rezorcyny z pochodną naftalenu)
☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Uczulenie na światło; wysypki; zapalenia skóry i oczu; problemy z układem oddechowym i przewodem pokarmowym
Zastosowanie w kosmetyce: Nieścierające się szminki

Dibromosalan

Dibromosalan
(w USA zakazany w kosmetykach)
☹

Funkcja: Środek bakteriobójczy, środek grzybobójczy
Potencjalne skutki: Lekkie uczulenia objawiające się wysypką i obrzękiem skóry

Dibucaine

Dibukaina
😐?

Funkcja: Miejscowy środek znieczulający
Potencjalne skutki: Silnie toksyczna dla szczurów po wstrzyknięciu do brzucha
Zastosowanie w kosmetyce: Depilatory woskowe

Dibutyl oxalate

Szczawian dibutylu
(syntetyczny)
😐?

Funkcja: Środek chelatujący, plastyfikator
Potencjalne skutki: Szczawiany są toksyczne
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty przeznaczone do profesjonalnego użytku

Dibutyl phthalate

Ftalan dibutylu
(z kwasu ftalowego izolowanego z grzybów; w UE zakazany w lakierach do paznokci)
☹☹

Funkcja: Środek błonotwórczy, rozpuszczalnik

Potencjalne skutki: Toksyczny dla wątroby, nerek, układu rozrodczego i nerwowego; bóle brzucha; mdłości; zawroty głowy; kontaktowe reakcje alergiczne; teratogenny; kancerogenny; ksenoestrogen; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, lakiery do paznokci, dezodoranty, antyperspiranty
Inne zastosowania: Środki odstraszające owady

Dicetyldimonium chloride
Chlorek diheksadecylodimetyloamonu
😐?
Funkcja: Antystatyk, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów

Dichloromethane (methylene chloride)
Dichlorometan (chlorek metylenu)
☹
Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Zobacz Methylene chloride (Chlorek metylenu)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Methylene chloride (Chlorek metylenu)

Dichlorophene
Dichlorofen
(krystaliczna pochodna toluenu)
☹
Funkcja: Środek przeciwdrobnoustrojowy, środek dezodorujący
Potencjalne skutki: Szkodliwy; wywołuje anomalie rozwojowe; toksyczny dla układu nerwowego; wysypki; reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, antyperspiranty, dezodoranty

Dicocodimonium chloride
Czwartorzędowe związki amoniowe, dikoko alkilodimetylo, chlorki
😐?
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, antystatyk, emulgator
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds

(Czwartorzędowe związki amonowe)

Dicyclohexyl sodium sulfosuccinate

1,4-dicykloheksylosulfonianobursztynian sodu

😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, środek oczyszczający
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Didecyldimonium chloride

Kwas didecylodimetyloamonu

😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, antystatyk
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Diethanolaminooleamide DEA

[bis(2-hydroksyetylo)amino]- N,N-bis(2-hydroksyetylo)-9-oktadecenamid

☹

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Diethanolamine (DEA)

Dietanolamina

(zobacz Nitrosamines (Nitrozoaminy))

☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, środek buforujący
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry i błon śluzowych; toksyczna dla układu krwionośnego, nerek, przewodu pokarmowego, wątroby i układu nerwowego; może reagować ze związkami nitrozoazotanowymi, tworząc kancerogenną nitrozoaminę NDELA; uszkodzenia hormonów; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; szkodliwa dla organizmów wodnych

Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, mydła, szampony, odżywki do włosów, płyny do kąpieli, kremy nawilżające, mydła w płynie
Inne zastosowania: Detergenty

Diethylene glycol

2,2'-oksydietanol
(wytwarzany przez ogrzewanie tlenku etylenu z glikolem)
☹☹

Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu i skóry; spożycie może mieć skutek śmiertelny; toksyczny dla krwi, wątroby, nerek i układu nerwowego; teratogenny; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy kosmetyczne, spraye do włosów
Inne zastosowania: Lekarstwa z paracetamolem

Diethyl phthalate

Ftalan dietylu
(wytwarzany z kwasu ftalowego i etanolu)
☹☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, utrwalacz, środek skażający
Potencjalne skutki: Depresja centralnego układu nerwowego; podrażnienia błon śluzowych; toksyczny dla skóry, wątroby, układu dokrewnego, oddechowego i nerwowego; teratogenny; może być szkodliwy dla środowiska, zwłaszcza dla ryb
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, lakiery do paznokci
Inne zastosowania: Środki odstraszające owady

Dihexyl adipate

Adypinian diheksylu
(z kwasu adypinowego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Brak danych o toksyczności kwasu adypinowego dla ludzi, ale duże dawki doustne powodowały śmierć szczurów
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające, produkty do pielęgnacji skóry, podkłady do makijażu

Dihydroxyacetone

1,3-dihydroksyaceton

😐?

Funkcja: Środek opalający, środek redukujący
Potencjalne skutki: Alergiczne kontaktowe zapalenie skóry; śmiertelny dla szczurów po wstrzyknięciu
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty samoopalające

Diisopropanolamine

Diizopropanoloamina

😐?

Funkcja: Środek regulujący odczyn pH
Potencjalne skutki: W rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; może reagować ze związkami nitrozoazotanowymi, tworząc nitrozoaminy
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, płyny do trwałej ondulacji, toniki, środki do pielęgnacji włosów
Inne zastosowania: Środki zapobiegające korozji

Dimethicone

Dimetikon
(wytwarzany z krzemionki za pomocą metanolu)

😐?

Funkcja: Środek przeciwpieniący, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Mało toksyczny; podrażnienia skóry; reakcje alergiczne; w testach laboratoryjnych powodował guzy i mutacje u zwierząt
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, kremy odżywcze
Inne zastosowania: Domowe detergenty, leki miejscowe

Dimethyl phthalate

Ftalan dimetylu
(otrzymywany z kwasu ftalowego i alkoholu mrówkowego)

☹

Funkcja: Środek błonotwórczy, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Ftalany podejrzewa się o wywoływanie nowotworów jąder i mutacji komórek; neurotoksyczny; może być wchłaniany przez skórę; teratogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Piżmo, galmanowe płyny kosmetyczne, środki odstraszające owady
Inne zastosowania: Pestycydy

Dioctyl phthalate

Ftalan bis(2-etyloheksylu)
(ftalany są pochodnymi benzenu)
☹
Funkcja: Środek błonotwórczy, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Ftalany podejrzewa się o wywoływanie nowotworów jąder i mutacji komórek; depresja centralnego układu nerwowego; teratogenny; może się kumulować w owocach morza
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, lakiery do paznokci
Inne zastosowania: Pestycydy

Dioctyl sodium sulfosuccinate
Dioktylosulfobursztynian sodu
☺
Funkcja: Środek zwilżający
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty do stylizacji włosów

1,4-Dioxane
1,4-dioksan
(powstaje podczas procesu produkcji; można go usuwać z produktów metodą próżniową; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Środek skażający
Potencjalne skutki: Niszczy hormony; naśladuje estrogeny; toksyczny dla nerek, wątroby, układu nerwowego i krwionośnego; obniża ilość spermy; może wnikać przez skórę; stres związany z chorobą; teratogenny; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Może występować w produktach, których składniki mają w nazwie glikol polietylenowy, etanol, poliooksyetylen, oksynol, polietylen lub PEG
Inne zastosowania: Pestycydy

Dioxin (TCDD)
Dioksyna
(silnie toksyczny i kancerogenny środek skażający)
☹☹
Funkcja: Środek skażający
Potencjalne skutki: Toksyczna dla wątroby, nerek, przewodu pokarmowego, układu krwionośnego, oddechowego, immunologicznego i dokrewnego; mutagenna; teratogenna; kancerogenna

Zastosowanie w kosmetyce: Może występować w przetworzonej żywności, papierze wybielanym chlorem, kartonach powlekanych plastikiem i puszkach
Inne zastosowania: Uwalniana podczas spalania plastiku, gazety, pestycydy

Diphenyl methane

Difenylometan
(z chlorku metylenu i benzenu)
😐?
Funkcja: Zapach
Potencjalne skutki: Miejscowe podrażnienia skóry; reakcje skóry na światło słoneczne (szczypanie, obrzęk, zmiany pigmentacji)
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumowane mydła

Diphenyl oxide

Eter difenylowy
(fenoksybenzen; syntetyczny; z benzenu)
😐?
Funkcja: Środek chelatujący
Potencjalne skutki: Opary są toksyczne
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, perfumowane mydła

Disodium lauryl sulfosuccinate

Sól sodowa 2-sulfonianobursztynianu 4-dodecylu
😐?
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Może powodować skażenie kancerogennymi nitrozoaminami
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, żele pod prysznic, płyny do kąpieli
Inne zastosowania: Domowe detergenty

Disodium oleamide sulfosuccinate

2-sulfonatobursztyniany (1-oksooktadec-9-enylo) amino] etylu] (mogą być pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Mogą powodować skażenie kancerogennymi nitrozoaminami
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, żele pod prysznic, płyny do kąpieli
Inne zastosowania: Domowe detergenty

Distearyldimonium chloride
Chlorek dimetylodioktadecyloamonu
😐?
Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

DMAE
DMAE
(w anchois i sardynkach; może być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Funkcja: Środek zmiękczający, utwardzacz
Potencjalne skutki: Uważa się, że suplement DMAE ma korzystny wpływ na zdrowie
Zastosowanie w kosmetyce: Pigmenty organiczne, kremy do twarzy i oczu, kremy zapobiegające starzeniu się skóry
Inne zastosowania: Preparaty uzupełniające dietę

DMDM hydantoin
5,5-dimetylohydantoina
(pochodna metanolu)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry i oczu; reakcje alergiczne; zapalenie skóry; może uwalniać formaldehyd
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, szampony, tusze do rzęs, kremy odżywcze

Dodecylbenzene sulphonic acid
Kwas dodecylobenzenosulfonowy
😐?
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Podrażnienia i uczulenie skóry; wymioty, jeśli zostanie spożyty; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony
Inne zastosowania: Detergenty

Dodecylbenzenyltrimonium chloride
Chlorek 4-dodecylobenzylotrimetyloamonu
😐?
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Dodecylhexadecyltrimonium chloride
1-heksadekanaminium, 2-dodecylo-N, N, N-trimetylo-chlorek
😐?
Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów

Dodecylxylditrimonium chloride
Dodecyl-1,3-bis (trimetyloammoniometylo)-dichloro benzen
😐?
Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Dried egg yoke
Hydrolizowane białko kurze
(pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Barwnik, białko
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne, w tym pokrzywka, egzema, anafilaksja
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Piwo korzenne, zupy, kawa

Drometrizole
Drometrizol (2-(2H-benzotriazol-2-ylo)-p-krezol; pochodna benzenu)

☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Uznany za niebezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych przez zespół ekspertów CIR; zobacz Benzene (Benzen)
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, kosmetyki

EDTA

Kwas EDTA
(kwas wersenowy)
😐?

Funkcja: Środek maskujący, konserwant, środek chelatujący
Potencjalne skutki: Zobacz Ethylenediamine Tetraacetic Acid (Kwas etylenodiaminotetraoctowy)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Ethylenediamine Tetraacetic Acid (Kwas etyleno-diaminotetraoctowy)

Egg powder

Sproszkowane jajka kurze
(pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Białko
Potencjalne skutki: Nieszkodliwe dla osób, które nie są uczulone na jaja
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, maseczki do twarzy, kremy

Elastin

Elastyna
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Środek wygładzający, środek odżywiający skórę
Potencjalne skutki: Uznawana za bezpieczną w zastosowaniach kosmetycznych; może tworzyć błonę na skórze, utrudniając jej prawidłowe funkcjonowanie
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów, kremy i płyny do skóry

Emu oil

Olej z emu
(pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Dodatek biologiczny
Potencjalne skutki: Doniesienia o korzystnym wpływie na zdrowie
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do rąk, kosmetyki

EPO (evening primrose oil)

Olej z nasion wiesiołka dwuletniego

☺☺

Funkcja: Środek toniczny
Potencjalne skutki: Skuteczny w leczeniu chorób autoimmunologicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy

Ethanol (ethyl alcohol)

Etanol
(alkohol etylowy; powstaje podczas fermentacji węglowodanów)

☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, środek przeciwbakteryjny
Potencjalne skutki: Toksyczny dla wątroby, układu dokrewnego, krwionośnego i nerwowego; suchość skóry, kontaktowe zapalenie skóry; podrażnienia
Zastosowanie w kosmetyce: Pasty do zębów, płyny do płukania jamy ustnej, lakiery do paznokci, spraye do włosów, perfumy
Inne zastosowania: Proszki do prania, papierosy

Ethanolamines

Aminoetanole (mono-, di- i tri-)

☹

Funkcja: Substancja buforująca
Potencjalne skutki: Podrażnienia płuc, skóry i oczu; utrata włosów; uczulenie; może być skażony kancerogennymi nitrozoaminami
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, płyny do trwałej ondulacji na zimno, mydła

Ethoxyethanol

2-etoksyetanol
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Depresja centralnego układu nerwowego; uszkodzenia nerek; toksyczny dla układu rozrodczego i nerwowego oraz rozwoju płodowego;

może wnikać przez skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, lakiery do paznokci, szampony

Ethoxyethanol acetate (2-ethoxyethyl acetate)
Octan 2-etoksyetylu
☹
Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Toksyczny, ale mniej niż 2-etoksyetanol; szkodliwy dla organizmów wodnych; zobacz Ethoxyethanol (2-etoksyetanol)
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci

2-Ethoxyethyl-p-cinnamate
p-metoksycynamonian 2-etoksyetylu
😐?
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Zobacz Cinoxate (Cynoksat)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Cinoxate (Cynoksat)

4-Ethoxy-m-phenylenediamine sulphate
Siarczan 4-etoksy-p-fenylenodiamoniowy
☹☹
Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)

Ethyl acetate
Octan etylu
☹
Funkcja: Rozpuszczalnik, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; dłuższe wdychanie może spowodować uszkodzenia nerek i wątroby; neurotoksyczny; wysuszenie i pękanie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, lakiery do paznokci, zmywacze do paznokci
Inne zastosowania: Syntetyczne aromaty spożywcze, papierosy, pestycydy

Ethyl alcohol
Alkohol etylowy
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Zobacz Ethanol (Etanol)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Ethanol (Etanol)
Inne zastosowania: Zobacz Ethanol (Etanol)

Ethylenediamine

Etylenodiamina
(syntetyczna; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, środek regulujący odczyn pH
Potencjalne skutki: Toksyczna, jeśli zostanie zainhalowana lub wchłonięta przez skórę; poważne podrażnienia skóry i oczu; astma; kontaktowe zapalenie skóry; uczulenie; szkodliwa dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy antycellulitowe, kosmetyki
Inne zastosowania: Środki polerujące do metalu, pestycydy

Ethylenediamine tetraacetic acid (EDTA)

Kwas etylenodiaminotetraoctowy (EDTA, kwas wersenowy)
😐?

Funkcja: Środek maskujący, konserwant, środek chelatujący
Potencjalne skutki: Doniesienia o korzystnych skutkach dla zdrowia w terapii chelatonowej; do niekorzystnych efektów zaliczają się: astma; podrażnienia skóry i błon śluzowych; uszkodzenia nerek; teratogenny; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, żele pod prysznic, szampony, mydła w kostkach, żele do twarzy i rąk
Inne zastosowania: Preparaty uzupełniające dietę, napoje gazowane, płyny do mycia naczyń, pestycydy

Ethylene glycol

Glikol etylenowy
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Depresja centralnego układu nerwowego; toksyczny dla wątroby, nerek, przewodu pokarmowego, układu immunologicznego, nerwowego i oddechowego; kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, mydła w płynie, kosmetyki
Inne zastosowania: Środki odstraszające owady, antyzamarzacze, woski samochodowe, pasty do butów

Ethylene oxide

Tlenek etylenu

(oksiran; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

☹☹

Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Toksyczny dla wątroby, nerek, przewodu pokarmowego, układu nerwowego i oddechowego; bóle głowy; wymioty; samoistne poronienia; teratogenny; mutagenny; kancerogenny; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki szampony
Inne zastosowania: Środki dezynfekcyjne wydzielające dym; używane do przypraw korzennych i innych przetwarzanych naturalnych przypraw

Ethyl ester of pvm/pa copolymer

Ester monoetylu i kwasu (Z)-2-butanodiowego, polimer z metoksyetenem

☺☺

Funkcja: Środek błonotwórczy
Potencjalne skutki: Aktualnie uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty do układania włosów

Ethyl methacrylate

Metakrylan etylu

(ester alkoholu etylowego i kwasu metakrylowego; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

☹

Funkcja: Środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; reakcje alergiczne; neurotoksyczny; alergiczne kontaktowe zapalenie skóry; teratogenny; unikać kontaktu ze skórą
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, sztuczne paznokcie

Ethyl myristate

Mirystynian etylu

(z alkoholu etylowego i kwasu mirystynowego; może być pochodzenia zwierzęcego)

☺

Funkcja: Środek zmiękczający, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; niektóre mirystyniany mogą przyczyniać się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, papierosy

Ethyl palmitate

Palmitynian etylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; niektóre palmityniany mogą wywoływać kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, papierosy

Ethylparaben (ethyl p-hydroxybenzoate)

Etyloparaben (4-hydroksybenzoesan etylu; syntetyczny)
☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; podrażnienia skóry; kontaktowe zapalenie skóry; umiarkowanie kumuluje się w organizmach roślinnych i zwierzęcych; zobacz Parabens (Parabeny)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, podkłady do makijażu, szampony, dezodoranty

Ethyl salicylate

Salicylan etylu
😐?

Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne, zwłaszcza u osób uczulonych na inne salicylany
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, papierosy

Ethyl thioglycolate

Merkaptooctan etylu
(syntetyczny)
☹

Funkcja: Środek depilujący, środek redukujący
Potencjalne skutki: Merkaptooctany mogą powodować podrażnienia skóry; łamanie się włosów, poważne reakcje alergiczne

Zastosowanie w kosmetyce: Depilatory

Eucalyptus oil

Olejek eukaliptusowy
(ze świeżych liści drzewa *Eucalyptus globulus*)
😐?

Funkcja: Miejscowy środek bakteriobójczy
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne i podrażnienia skóry; duże dawki doustne (1 łyżeczka) mogą mieć skutki śmiertelne
Zastosowanie w kosmetyce: Odświeżacze do skóry
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, miejscowe środki bakteriobójcze

Eugenol

Eugenol
(otrzymywany z olejku goździkowego)
😐?

Funkcja: Dodatek, utrwalacz
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; wymioty i podrażnienia żołądka w przypadku spożycia; toksyczny dla wątroby i układu nerwowego
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, proszki do mycia zębów
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze

Euxyl K 400

2-fenoksyetanol
😐?

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Doniesienia o reakcjach alergicznych; alergiczne kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, przybory toaletowe

Evening primrose oil

Olej z nasion wiesiołka dwuletniego
☺☺

Funkcja: Środek toniczny
Potencjalne skutki: Panuje przekonanie o jego korzystnym wpływie na zdrowie
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Farnesol

Farnezol (występuje w anyżu gwiazdkowatym, strączyńcu, olejku cytronella, róży, olejku balsamicznym i innych)

😐?

Funkcja: Dodatek aromatyczny, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Aktualnie uznawany za bezpieczny; lekko toksyczny w przypadku spożycia; w testach laboratoryjnych powodował mutacje
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, papierosy

Ferrous sulphate

Siarczan żelaza

☹

Funkcja: Środek bakteriobójczy, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Toksyczny dla wątroby, nerek, przewodu pokarmowego, układu krążenia i nerwowego; teratogenny; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, kosmetyki
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, leczenie anemii

Ficin

Ficyna

(enzym występujący w lateksie drzew tropikalnych; może pochodzić z roślin GM)

😐?

Funkcja: Enzym trawiący białko
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry, oczu i błon śluzowych
Zastosowanie w kosmetyce: Używany w kosmetykach do rozkładania białka
Inne zastosowania: Sery, preparaty do zsiadania mleka, preparaty do zmiękczania mięsa

Fluorescein

Fluoresceina

☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Zapalenie warg; uczulenie na światło; dolegliwości układu oddechowego i przewodu pokarmowego
Zastosowanie w kosmetyce: Nieścierające się szminki, lakiery do paznokci
Inne zastosowania: Barwienie wełny, jedwabiu i papieru

Fluorides

Fluorki
(kumulująca się trucizna; przez USEPA zaklasyfikowana jako środek skażający; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Środek do higieny jamy ustnej, konserwant, insektycyd
Potencjalne skutki: Niedoczynność tarczycy; artretyzm; osteoporoza; zespół cieśni nadgarstka; upośledzone funkcjonowanie mózgu; wady wrodzone; złamania bioder; złamania z przeciążenia; toksyczne dla wątroby, nerek, układu mięśniowo-szkieletowego i nerwowego; fluoroza zębów i kości; teratogenne; kancerogenne
Zastosowanie w kosmetyce: Pasty do zębów, kosmetyki, płyny do płukania jamy ustnej, proszki do mycia zębów
Inne zastosowania: Wiele produktów zawierających wodę, np. napoje bezalkoholowe, syropy, soki owocowe, puszkowane i butelkowane artykuły spożywcze, woda z wodociągów publicznych, leczenie zębów

Formaldehyde
Formaldehyd
(gaz otrzymywany przez utlenianie alkoholu metylowego; w niektórych krajach zakazany w kosmetykach; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Konserwant, środek przeciwdrobnoustrojowy
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu, nosa i gardła; kaszel; krwawienie z nosa; toksyczny dla wątroby, skóry, układu oddechowego, immunologicznego, rozrodczego i nerwowego; mdłości, kontaktowe zapalenie skóry; wysypka; astma; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; teratogenny; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Tusze do rzęs, utwardzacze do paznokci, lakiery do paznokci, mydła, preparaty regenerujące włosy, szampony, kremy zapobiegające starzeniu się skóry, płyny do kąpieli, dezodoranty
Inne zastosowania: Forniry i lakiery, woski samochodowe, wypełniacze szczepionek, środki przeciwpieniące, karma dla zwierząt

Geraniol and geranyl compounds
Geraniol i związki geranylu
😐?
Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; toksyczny w przypadku spożycia
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, szampony, kosmetyki
Inne zastosowania: Gumy do żucia, papierosy

Geranium oil
Olejek geraniowy
(ekstrakt z rośliny *Pelargonium graveolens*)
😐?
Funkcja: Dodatek roślinny
Potencjalne skutki: U niektórych osób kontaktowe zapalenie skóry i podrażnienia skóry; spożycie może mieć skutki śmiertelne
Zastosowanie w kosmetyce: Proszki do mycia zębów, brokat, perfumy
Inne zastosowania: Maści

Glutaral
Glutaral
☹☹
Funkcja: Konserwant, środek bakteriobójczy
Potencjalne skutki: Zobacz Glutaraldehyde (Glutaraldehyd)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Glutaraldehyde (Glutaraldehyd)
Inne zastosowania: Zobacz Glutaraldehyde (Glutaraldehyd)

Glutaraldehyde
Glutaraldehyd
(aldehyd glutarowy; syntetyczny; kwas aminowy występujący w zielonych burakach cukrowych)
☹☹
Funkcja: Konserwant, środek bakteriobójczy
Potencjalne skutki: Kontaktowe reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; toksyczny dla skóry, rozwoju płodowego, układu immunologicznego, rozrodczego i oddechowego; bóle głowy; mdłości; bóle; palpitacje serca; zmienność nastrojów; astma; teratogenny; bardzo toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Antyperspiranty, spraye do włosów, dezodoranty, płyny do układania włosów, bezwodne mydła do rąk
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, środki dezynfekujące używane w szpitalach i stomatologii

Glycerin (glycerol)
Gliceryna
(może być produktem ubocznym produkcji mydła; może być pochodzenia roślinnego lub zwierzęcego)
☺

Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Uważana za nietoksyczną i niealergizującą; może powodować wysuszenie skóry w przypadku niskiej wilgotności; u niektórych osób podrażnienia skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do rąk, maseczki do twarzy, kremy ochronne
Inne zastosowania: Różne zastosowania w przemyśle spożywczym

Glyceryl distearate

Distearynian glicerolu
(z kwasu stearynowego i gliceryny; może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?

Funkcja: Emulgator, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Odświeżacze do skóry, tusze do rzęs, szampony, preparaty zmiękczające skórki

Glyceryl myristate

Monomirystynian glicerolu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?

Funkcja: Emulgator, stabilizator
Potencjalne skutki: Może wywoływać kontaktowe zapalenie skóry; może przyczyniać się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy dla dzieci, maseczki do twarzy, płyny kosmetyczne do rąk

Glyceryl oleate

Monooleinian glicerolu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?

Funkcja: Emulgator, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Może wywoływać kontaktowe zapalenie skóry i alergie skórne
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy i płyny kosmetyczne

Glyceryl paba

Lizadymat (1-(4-aminobenzoesan) gliceryny; może być pochodzenia

zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Może wywoływać kontaktowe zapalenie skóry i uczulenie na światło
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV

Glyceryl stearate
Monostearynian glicerolu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Emulgator, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Może wywoływać alergie skórne; kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Podkłady do makijażu, preparaty zmiękczające naskórek

Glyceryl thioglycolate
Tioglikolan glicerolu
(monoester kwas merkaptooctowego z propano-1,2,3-triolem)
☹
Funkcja: Środek depilujący, reduktor
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; tioglikolany mogą spowodować zniszczenie włosów, podrażnienia skóry, poważne reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do trwałej ondulacji, depilatory

Glycolic acid
Kwas glikolowy
(wytwarzany syntetycznie z kwasu chlorooctowego)
😐?
Funkcja: Środek buforujący, środek złuszczający
Potencjalne skutki: Lekko podrażnia skórę i błony śluzowe; może powodować uczulenie na światło; łuszczące się zapalenie skóry; niezalecany dzieciom
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty ścierające i złuszczające skórę
Inne zastosowania: Farbowanie, rozjaśnianie miedzi

Guar hydroxypropyltrimonium chloride
Eter 2-hydroksy-3-(trimetylamonio)propylowego chlorku z gumą guar

😐?

Funkcja: Antystatyk, substancja błonotwórcza
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Hectorite

Hektoryt
(glinka zawierająca krzemiany litu i magnezu; składnik bentonitu)
☺

Funkcja: Absorbent, antystatyk, środek zwiększający objętość
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; pył może spowodować podrażnienia płuc
Zastosowanie w kosmetyce: Wybielacze do włosów, kredki do oczu, podkłady do makijażu
Inne zastosowania: Pestycydy

Hedera helix

Wyciąg z bluszczu pospolitego
😐?

Funkcja: Środek ściągający, Środek przeciwdrobnoustrojowy, Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Może wywoływać poważne wysypki; pęcherze; swędzenie; kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty do kąpieli, kremy do twarzy i rąk

Heliotropin

Heliotropina
(piperonal; (3,4-metylenodioksy)benzaldehyd)
😐?

Funkcja: Środek maskujący, środek odżywiający skórę
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; podrażnienia skóry; depresje centralnego układu nerwowego po spożyciu dużych dawek
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, mydła
Inne zastosowania: Wiśniowy i waniliowy aromat spożywczy

Hemp seed oil

Olej konopny

(z nasion konopi siewnych)
☺☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Brak danych o niepożądanych skutkach zastosowań kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Balsamy do ust, kremy nawilżające

Henna
Henna
(z suszonych liści i łodyg turecznicy)
☺
Funkcja: Barwnik (czerwony)
Potencjalne skutki: Jedna z najbezpieczniejszych farb do włosów; może wywoływać alergiczną wysypkę skórną; unikać stosowania wokół oczu
Zastosowanie w kosmetyce: Farby, odżywki i płukanki do włosów

Hexachlorophene
Heksachlorofen
(w UE i USA zakazany w większości kosmetyków; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Stwardnienie rozsiane; kontaktowe zapalenie skóry; toksyczny dla wątroby, przewodu pokarmowego i układu nerwowego; wady wrodzone; astma; ślepota; ostuda; reakcje alergiczne; bardzo toksyczny dla organizmów wodnych; kumuluje się w łańcuchu pokarmowym, np. w mleku; możliwy długotrwały wpływ na środowisko
Zastosowanie w kosmetyce: Antyperspiranty, dezodoranty, oliwki dla dzieci, szampony, pasty do zębów, kremy nawilżające, zasypki dla niemowląt
Inne zastosowania: Mycie owoców, detergenty, produkty dla zwierząt

Hexylene glycol
Glikol heksylenowy (2-metylo-2,4-pentanodiol; syntetyczny)
☹
Funkcja: Rozpuszczalnik, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; podrażnienia oczu, skóry i błon śluzowych; toksyczny dla przewodu pokarmowego, wątroby, układu nerwowego i oddechowego
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Pestycydy

Hexylresorcinol
Heksylorezorcynol
(otrzymywany z ropy naftowej)
☹

Funkcja: Przeciwutleniacz, środek bakteriobójczy
Potencjalne skutki: Poważne podrażnienia przewodu pokarmowego; uszkodzenia jelit, wątroby i serca; reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do płukania jamy ustnej, emulsje na poparzenia słoneczne
Inne zastosowania: Leki przeciw robakom, środki antyseptyczne

Homosalate (homomethyl salicylate)
Homosalat
(ester 3,3,5-trimetylocykloheksylowy kwasu salicylowego)
😐**?**

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Zakłóca działanie układu dokrewnego; doniesienia o zatruciach na skutek wchłonięcia przez skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV

Hyaluronic acid
Kwas hialuronowy
(pochodzenia zwierzęcego)
☺☺

Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, antystatyk
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające, kremy pod oczy, odżywki do włosów
Inne zastosowania: Preparaty uzupełniające dietę

Hydrazine
Hydrazyna
(z chloraminy, amoniaku i wodorotlenku sodu; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Reduktor
Potencjalne skutki: Toksyczna w przypadku inhalacji, spożycia lub wchłonięcia przez skórę; toksyczna dla wątroby, nerek, układu krwionośnego, immunologicznego i nerwowego; kancerogenna; teratogenna; bardzo toksyczna

dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Hydrogen peroxide

Nadtlenek wodoru
(wytwarzany z nadtlenku baru i rozcieńczonego kwasu fosforowego; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

😐?

Funkcja: Konserwant ,utleniacz
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny jako konserwant w kosmetykach; nierozcieńczony jest żrący dla skóry, oczu i dróg oddechowych; może wywoływać reakcje alergiczne; bóle głowy; mdłości; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do płukania jamy ustnej, wybielacze do skóry, pasty do zębów, kremy nawilżające, wybielacze do włosów
Inne zastosowania: Ser Cheddar i Swiss, leki antyseptyczne i bakteriobójcze

Hydrolysed protein

Zhydrolizowane białko
(pochodzenia zwierzęcego; może zawierać glutaminian sodu)

😐?

Funkcja: Dodatek aromatyczny, wzmacniacz smaku
Potencjalne skutki: Może powodować skażenie kancerogennymi nitrozoaminami; zobacz Glutaminian monosodowy (E621) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, szampony, preparaty do włosów
Inne zastosowania: Karma dla zwierząt

Hydrolysed vegetable protein

Zhydrolizowane białko roślinne
(zawiera 10-30% glutaminianu sodu; może pochodzić z roślin GM)

😐?

Funkcja: Wzmacniacz smaku, antystatyk
Potencjalne skutki: Zmniejszona waga ciała, atrofia narządów wewnętrznych, nadmierna aktywność, nietrzymanie moczu i kału
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do pielęgnacji włosów
Inne zastosowania: Konserwy z tuńczyka, zupy, sosy, pakowane mięso

Hydroquinone

Hydrochinon

(naturalnie występująca pochodna fenolu; zazwyczaj wytwarzany z benzenu; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹

Funkcja: Przeciwutleniacz, środek wybielający
Potencjalne skutki: Mdłości, wymioty, delirium i zapaść w przypadku spożycia; uszkodzenia oczu; kontaktowe zapalenie skóry; uczulenie; toksyczny dla wątroby; mutagenny; bardzo toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy przeciw piegom, emulsje do opalania, środki koloryzujące włosy
Inne zastosowania: Pestycydy

p-Hydroxyanisole

p-hydroksyanizol
(otrzymywany ze smoły drzewnej lub wytwarzany syntetycznie; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Chłoniaki nieziarnicze; depigmentacja skóry; spożycie może spowodować podrażnienia przewodu pokarmowego i niewydolność serca; podrażnienia oczu i skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Trwałe farby do włosów, szminki

Hydroxyethylcellulose

Hydroksyetyloceluloza
(wytwarzana z celulozy i ropy naftowej; może pochodzić z roślin GM)
☺

Funkcja: Środek wiążący, środek błonotwórczy
Potencjalne skutki: Uznawana za bezpieczną w zastosowaniach kosmetycznych; rzadko zdarzają się niepożądane reakcje
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, produkty do opalania, tusze do rzęs, płyny kosmetyczne do rąk i ciała

Hydroxymethyl cellulose

Hydroksymetyloceluloza
☺

Funkcja: Zagęstnik, dodatek
Potencjalne skutki: Uznawana za bezpieczną w zastosowaniach kosmetycznych; rzadko zdarzają się niepożądane reakcje
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, produkty do pielęgnacji włosów

Hydroxypropyl methylcellulose
Hydroksypropylometyloceluloza (wytwarzana z celulozy i ropy naftowej)
☺
Funkcja: Środek błonotwórczy
Potencjalne skutki: Uznawana za bezpieczną w zastosowaniach kosmetycznych; łagodne podrażnienia oczu i skóry; reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do kąpieli, produkty do pielęgnacji włosów, preparaty do opalania

Imidazolidinyl urea
Imidazolidynylomocznik
(pochodzenia zwierzęcego)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; może uwalniać formaldehyd; zobacz Formaldehyde (Formaldehyd
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony dla dzieci, cienie do powiek, olejki do kąpieli, kremy nawilżające, róże do policzków

Isobutanol (isobutyl alcohol)
Izobutanol (alkohol izobutylowy)
☹
Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Toksyczny w przypadku inhalacji; podrażnienia skóry i błon śluzowych; zapalenie skóry; neurotoksyczny
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, zapachy
Inne zastosowania: Syntetyczne owocowe aromaty spożywcze, papierosy

Isobutyl alcohol
Alkohol izobutylowy
☹
Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Zobacz Isobutanol (Izobutanol)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Isobutanol (Izobutanol)
Inne zastosowania: Zobacz Isobutanol (Izobutanol)

Isobutyl myristate
Mirystynian izobutylu (może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Mirystiany mogą przyczyniać się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Isobutyl palmitate
Palmitynian izobutylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: U niektórych osób palmityniany mogą wywoływać kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Isopropanol (isopropyl alcohol)
Izopropanol (alkohol izopropylowy; otrzymywany z ropy naftowej)
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, środek przeciwpieniący
Potencjalne skutki: Wysuszenie i denaturacja włosów; podrażnienia skóry; toksyczny dla wątroby, nerek, przewodu pokarmowego, układu oddechowego i nerwowego; teratogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Koloryzujące płukanki do włosów, płyny kosmetyczne do rąk, płyny po goleniu, lakiery do paznokci
Inne zastosowania: Antyzamarzacze, środki zapachowe do pomieszczeń, szelak, środki do czyszczenia dywanów, woski samochodowe

Isopropyl alcohol
Alkohol izopropylowy
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Zobacz Isopropanol (Izopropanol)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Isopropanol (Izopropanol)
Inne zastosowania: Zobacz Isopropanol (Izopropanol)

Isopropyl isostearate
Izodekanian izopropylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający

Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; podrażnienia skóry, jeśli jest nierozcieńczony; może przyczyniać się do rozwoju trądziku; zobacz Stearic acid (Kwas stearynowy)
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy odżywcze, preparaty do czyszczenia skóry

Isopropyl lanolate

Kwasy tłuszczowe, lanolina, estry izo-propylowe (pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Smar, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Mogą powodować uczulenie skóry; poddawane testom bezpieczeństwa
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, kremy, szminki

Isopropyl linoleate

(9Z, 12Z)-oktadeca-9,12-dienian izopropylu (może pochodzić z roślin GM)
☹
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Zdaniem zespołu ekspertów CIR dostępne dane są niewystarczające, aby można było potwierdzić, że jego stosowanie w kosmetykach jest bezpieczne
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki dla skóry w kosmetykach

Isopropyl myristate

Mirystynian izopropylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☹
Funkcja: Środek zmiękczający, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Może znacznie zwiększać absorpcję kancerogennej nitrozoaminy NDELA; może przyczyniać się do rozwoju trądziku; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Emulsje do opalania, oliwki, szampony, płyny kosmetyczne do rąk, dezodoranty
Inne zastosowania: Pestycydy

Isopropyl palmitate

Palmitynian izopropylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?

Funkcja: Środek zmiękczający, konserwant
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu i skóry; reakcje alergiczne; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające, płyny kosmetyczne dla niemowląt, wody kolońskie, produkty do pielęgnacji włosów
Inne zastosowania: Pestycydy

Isopropyl stearate

Stearynian izopropylu (może być pochodzenia zwierzęcego)

😐?

Funkcja: Środek zmiękczający, środek wiążący
Potencjalne skutki: Może wywoływać podrażnienia skóry i reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy odżywcze
Inne zastosowania: Pestycydy

Isostearyl neopentanoate

Piwalan izooktadecylu
(propionian 2,2-dimetylo-izooktadecylowy; może być pochodzenia zwierzęcego)

☺

Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; może przyczyniać się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Cienie do powiek, podkłady do makijażu

Isostearyl palmitate

Palmitynian izooktadecylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)

☺

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Może działać uczulająco na alergików; może wywoływać kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do rąk, kremy do golenia, mydła, kremy ochronne

Isothiazolinone

Izotiazolinon

😐?

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne i kontaktowe

zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Kaolin (China clay)
Kaolin (glinka biała)
😐**?**
Funkcja: Środek przeciwzbrylający, absorbent
Potencjalne skutki: Może utrudniać prawidłowe funkcjonowanie skóry, zatykając pory; chroniczne wdychanie może doprowadzić do zwłóknienia płuc
Zastosowanie w kosmetyce: Zasypki dla niemowląt, pudry kosmetyczne, pudry do twarzy, podkłady do makijażu
Inne zastosowania: Produkcja ceramiki, porcelany, cegieł

Kathon CG (methylisothiazolinone and methychloroisothiazolinone)
Kathon CG (metylizotiazolinon i metylochloroizotiazolinon)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; silnie uczulający; mutagen bakterii; nowotwory skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, kosmetyki
Inne zastosowania: Konserwacja skór

Keratin
Keratyna (pochodzenia zwierzęcego; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☺
Funkcja: Środek błonotwórczy, dodatek
Potencjalne skutki: Dla większości ludzi uznawana za bezpieczną w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do trwałej ondulacji, szampony, płukanki i odżywki do włosów

Lanolin; lanolin oil; lanolin wax
Lanolina, olej lanolinowy, wosk lanolinowy (mogą być skażone pestycydami; pochodzenia zwierzęcego)
😐**?**
Funkcja: Emulgator, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Uznawane za bezpieczne, jeśli nie są skażone; mogą

wywoływać reakcje alergiczne skóry, trądzik i kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, tusze do rzęs, zmywacze do paznokci, cienie do powiek, odżywki do włosów
Inne zastosowania: Pestycydy

Lard oil
Olej smalcowy
(pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do golenia, mydła
Inne zastosowania: Gumy do żucia

Latex
Lateks
(syntetyczna guma)
😐?
Funkcja: Środek błonotwórczy
Potencjalne skutki: Wysypka; reakcje alergiczne; anafilaksja; składniki związków lateksowych mogą być trujące
Zastosowanie w kosmetyce: Maseczki
Inne zastosowania: Gumy do żucia, rękawiczki, balony, prezerwatywy

Lauralkonium chloride
Chlorek benzododecynu
😐?
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Może powodować podrażnienia oczu; może tworzyć nitrozoaminy
Zastosowanie w kosmetyce: Nie należy go stosować w produktach zawierających środki nitrozujące

Lauramide DEA
N,N-bis (2-hydroksyetylo) dodekanoamid (syntetyczna pochodna oleju kokosowego)
☹
Funkcja: Antystatyk, zagęstnik, środek pianotwórczy

Potencjalne skutki: Swędzenie skóry głowy; reakcje alergiczne skóry; wysuszenie włosów; może zawierać DEA; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów, płyny do kąpieli
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń

Lauramide MEA

N-(2-hydroksyetylo) dodekanoamid (syntetyczna pochodna oleju kokosowego)

😐?

Funkcja: Antystatyk, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Może powodować łagodne podrażnienia skóry; może zawierać DEA; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń

Lauramidopropyl betaine

Wodorotlenek (karboksymetylo) dimetylo-3-[(1-oksododecylo) amino] propyloamonowy

😐?

Funkcja: Antystatyk, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Lauramine oxide

Tlenek dodecylodimetyloaminy

😐?

Funkcja: Antystatyk, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Może tworzyć kancerogenne nitrozoaminy
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do pielęgnacji włosów

Lauroyl lysine

N6-(1-oksododecylo)-L-lizyna (może być pochodzenia zwierzęcego)

☺☺

Funkcja: Środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Uznawana za bezpieczną w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Pudry do twarzy

Lauryl alcohol

Alkohol laurylowy
(alkohol docedylowy, n-dodekan-1-ol; otrzymywany z oleju kokosowego)
😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; może przyczyniać się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, szampony
Inne zastosowania: Detergenty

Lauryl sulphate

Siarczan **laurylu** (siarczan dodecylu; otrzymywany z alkoholu laurylowego)
😐?

Funkcja: Środek pianotwórczy
Potencjalne skutki: Uczulenie skóry; umiarkowanie toksyczny w przypadku spożycia; może zawierać formaldehyd
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony

Lavender oil

Olejek lawendowy
(ze świeżych kwiatów rośliny *Lavendulla officinalis*)
☺

Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia; może wywoływać alergiczne kontaktowe zapalenie skóry; uczulenie na światło
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odświeżacze do skóry, płyny do płukania jamy ustnej, perfumy, proszki do mycia zębów
Inne zastosowania: Olejki bakteriobójcze, kremy i płyny kosmetyczne, papierosy

Lead acetate

Dioctan ołowiu
(wytwarzany z tlenku ołowiu i kwasu octowego)
☹☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Zatrucie ołowiem; toksyczny dla wątroby, nerek i układu nerwowego; wpływa na rozwój mózgu niemowląt i dzieci; kancerogenny; toksyczny dla organizmów wodnych; kumuluje się w tkankach roślinnych i zwierzęcych; pozostaje w środowisku

Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, preparaty dla mężczyzn przywracające kolor włosom
Inne zastosowania: Przetwarzanie skóry zwierząt, druk kolorowy

Linalool

Linalol (3,7-dimetylo-1,6-oktadien-3-ol; ekstrakt z olejków lawendy, bergamoty i kolendry)

😐?

Funkcja: Środek dezodorujący
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne; łuszczyca twarzy; łagodnie toksyczny w przypadku spożycia; podrażnienia skóry i oczu; może wpływać na wątrobę
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, wody kolońskie, perfumowane mydła, płyny po goleniu, płyny kosmetyczne do rąk, spraye do włosów
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, papierosy, zmiękczacze tkanin

Linoleamide DEA

Linoleamide DEA
(amid dietanolaminy i kwasu linolowego)

☹

Funkcja: Antystatyk, emulgator
Potencjalne skutki: Może zawierać DEA; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Nie należy go stosować w produktach zawierających środki nitrozujące

Linoleamide MEA

Linoleamide MEA
(mieszanka etanoloamin kwasu linolowego)

😐?

Funkcja: Antystatyk, środek pianotwórczy
Potencjalne skutki: Może podrażniać skórę i oczy; może zawierać DEA; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do pielęgnacji włosów

Linoleic acid

Kwas linolowy
(z jadalnych tłuszczów i olejów; może być pochodzenia zwierzęcego)

☺

Funkcja: Emulgator, antystatyk
Potencjalne skutki: Brak danych o niepożądanych skutkach w zastosowaniach kosmetycznych; mdłości i wymioty w przypadku spożycia dużych dawek
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Witaminy, środki wspomagające trawienie, produkcja sera

Linseed oil

Olej lniany
(z siemienia lnianego)
😐?
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Trądzik kosmetyczny; reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do golenia, mydła lecznicze
Inne zastosowania: Farby, lakiery i pokosty, linoleum

Magnesium laureth sulphate

Siarczan polietyleno (oksydodecylo) magnezowy
😐?
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Może wywoływać łagodne podrażnienia skóry i oczu; może zawierać kancerogenny 1,4-dioksan i tlenek etylenowy
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony

Magnesium myristate

Mirystynian magnezu (sól magnezowa kwasu mirystynowego)
☺
Funkcja: Zmętniacz
Potencjalne skutki: U niektórych osób mirystiany mogą się przyczyniać do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Magnesium oleth sulfate

Siarczan polietyleno (oksyoleilo) magnezowy (pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Może zawierać kancerogenny 1,4-dioksan i tlenek etylenowy
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Detergenty

4-MBC (methylbenzylidene camphor)

4-MBC (4-metylobenzylidenokamfora)

☹

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Zakłóca działanie układu dokrewnego; estrogen; zwiększona czynność macicy u dojrzewających płciowo szczurów
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV

Menthol

Mentol

(może być naturalny lub syntetyczny)

😐**?**

Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; podrażnienia skóry; silnie toksyczne w przypadku spożycia; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Odświeżacze skóry, perfumy, płyny do płukania jamy ustnej
Inne zastosowania: Gumy do żucia, papierosy, pestycydy

Mercaptans

Merkaptany

(tioalkohole; związki chemiczne ze zredukowanym wiązaniem siarki z węglem)

☹☹

Funkcja: Zapach
Potencjalne skutki: Silnie toksyczne; podrażnienia skóry; reakcje alergiczne; infekcje mieszków włosowych
Zastosowanie w kosmetyce: Depilatory

Mercury compounds

Związki rtęci

(w USA zakazane w większości kosmetyków; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

☹☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Bardzo silnie toksyczne; toksyczne dla krwi, wątroby, nerek, układu nerwowego, oddechowego i rozrodczego; autyzm; epilepsja; teratogenne; mogą być wchłaniane przez skórę; rtęć jest bardzo toksyczna dla organizmów wodnych; kumulują się w tkankach roślinnych i zwierzęcych, głównie w rybach

Zastosowanie w kosmetyce: Mydła lecznicze, kosmetyki, kremy przeciw piegom, maseczki do twarzy, toniki do włosów, preparaty do oczu
Inne zastosowania: Barwniki, farby, środki grzybobójcze, plastiki

Methacrylic acid

Kwas metakrylowy
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Podkład
Potencjalne skutki: Trujący w przypadku spożycia; uszkodzenia skóry i paznokci; zapalenia; oparzenia; infekcje; neurotoksyczny
Zastosowanie w kosmetyce: Zestawy sztucznych paznokci, produkty do paznokci

Methanol

Metanol
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Zobacz Methyl alcohol (Alkohol metylowy)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Methyl alcohol (Alkohol metylowy

Methenamine

Heksamina
(urotropina)
☹

Funkcja: Konserwant, środek bakteriobójczy
Potencjalne skutki: Może uwalniać formaldehyd; prekursor nitrozoamin; podrażnienia skóry; wysypka
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy i pudry dezodoryzujące, płyny do płukania jamy ustnej
Inne zastosowania: Lekarstwa

Methicone

Poli[oksy(metylosylilen)] (silikon)
😐**?**

Funkcja: Antystatyk, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Zobacz Dimethicone (Dimetikon)
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, róże do policzków, tusze do rzęs, preparaty po goleniu

Methoxyethanol
2-metoksyetanol
(eter monometylowy glikolu etylenowego; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹
Funkcja: Rozpuszczalnik, zapach
Potencjalne skutki: Toksyczny dla układu rozrodczego i rozwoju płodowego; wady wrodzone; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, perfumy, mydła w płynie, kosmetyki

4-Methoxy-m-phenylenediamine (4-MMPD)
4-metoksy-m-fenylenodiamina (na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Zdaniem zespołu ekspertów CIR jest niebezpieczna jako składnik kosmetyków; zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)

4-Methoxy-m-phenylenediamine sulphate (4-MMPD sulfate)
Siarczan 4-metoksy-m-fenylenodiaminy
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Zdaniem zespołu ekspertów CIR jest niebezpieczna jako składnik kosmetyków; zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)

5-Methoxypsoralen (5-MOP)
5-metoksypsoralen
(w UE zakazany w kosmetykach)
☹
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Zwiększone ryzyko nowotworów skóry; alergia kontaktowa; fotoalergia; neurotoksyczny; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Środki przyspieszające opalanie, kremy z filtrem UV

8-Methoxypsoralen (8-MOP)
8-metoksypsoralen
(w UE zakazany w kosmetykach)
☹

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Alergia kontaktowa; fotoalergia; toksyczny dla wątroby i układu nerwowego; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Środki przyspieszające opalanie, kremy z filtrem UV

Methoxysalen (8-methoxypsoralen)
Metoksalen (8-metoksypsolaren)
☹

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Zobacz 8-methoxypsoralen (8-metoksypsolaren)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz 8-methoxypsoralen (8-metoksypsolaren)

4-Methoxytoluene-2,5-diamine HCl
Dichlorowodorek 2-metoksy-5-metylo-1,4-benzenodiaminy
☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Zobacz Toluene (Toluen)
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze

Methyl acetate
Octan metylu
(naturalnie występuje w kawie)
😐**?**

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Neurotoksyczny; wysuszenie, odparzenia i pękanie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, wody toaletowe

Methyl alcohol (methanol)
Alkohol metylowy (metanol;
na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, środek skażający
Potencjalne skutki: Egzema; zapalenie skóry; toksyczny dla wątroby, układu

krwionośnego, oddechowego, dokrewnego i nerwowego; teratogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony
Inne zastosowania: Antyzamarzacze, atrament, farby, lakiery i pokosty, szelak, zmywacze do farb

Methyl anthranilate
Antranilan metylu
(syntetyczny; ze smoły węglowej)
😐?
Funkcja: Środek maskujący
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; zobacz Coal tar (Smoła węglowa)
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, olejki do opalania
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, papierosy

Methylchloroisothiazolinone
Metylochloroizotiazolinon (5-chloro-2-metylo-2H-izotiazol-3-on; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
😐?
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; mutagenny; zobacz Kathon CG (Kathon CG)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, płynne środki do mycia rąk i ciała, płyny po goleniu
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń

Methyldibromo glutaronitrile
2-bromo-2-(bromometylo) pentanodinitryl
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Uznawany za niebezpieczny w produktach kosmetycznych; reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; uczulenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów, płyny do kąpieli, preparaty do opalania w solarium
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń

Methylene chloride (dichloromethane)
Chlorek metylenu (dichlorometan; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

☹☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Mdłości; zawroty głowy; podrażnienia oczu i skóry; zapalenie skóry; toksyczny dla wątroby, nerek, układu nerwowego, krwionośnego, dokrewnego i oddechowego; kancerogenny; teratogenny; szkodliwy dla środowiska; możliwe skażenie wód gruntowych
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, odżywki do włosów, szampony, spraye do włosów, kremy czyszczące
Inne zastosowania: Warstwy powlekające lekarstwa, środki znieczulające, usuwanie kofeiny z niektórych gatunków kawy

Methyl ethyl ketone (MEK)

Keton metylowo-etylowy
(butanon; syntetyczny; zazwyczaj z alkoholu butylowego)
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu, skóry i błon śluzowych; depresja centralnego układu nerwowego; bóle głowy; toksyczny dla wątroby i układu nerwowego; zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów, lakiery do paznokci, perfumy
Inne zastosowania: Rozcieńczalniki do farb, taśmy przylepne

Methyl isobutyl ketone (MIBK)

Keton metylowo-izobutylowy
☹☹

Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Niebezpieczny w przypadku spożycia lub inhalacji; toksyczny dla nerek, wątroby, przewodu pokarmowego i układu nerwowego; zapalenie skóry; wady wrodzone; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy
Inne zastosowania: Syntetyczne aromaty owocowe, rozpuszczalniki celulozy i lakierów

Methylisothiazolinone

Metylizotiazolinon (2-metylo-2H-izotiazol-3-on; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
😐**?**

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Zobacz Isothiazolinone (Izotiazolinon)

i Methylchloroisothiazolinone (Metylochloroizotiazolinon)
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty dla niemowląt, płyny do mycia rąk, szampony
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń

Methyl methacrylate

Metakrylan metylu
(zakazany w UE; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Środek błonotwórczy
Potencjalne skutki: Poważne podrażnienia skóry; reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; toksyczny dla wątroby, krwi, nerek, układu oddechowego, rozrodczego, nerwowego i immunologicznego; teratogenny; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, sztuczne paznokcie
Inne zastosowania: Cement medyczny, ortopedyczny i dentystyczny, taśmy przylepne

Methyl methacrylate crosspolymer

Usieciowany polimer metakrylanu metylu
☹
Funkcja: Środek błonotwórczy
Potencjalne skutki: Zobacz Methacrylic acid (Kwas metakrylowy)
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do paznokci

Methylparaben (methyl p-hydroxybenzoate)

Metyloparaben (4-hydroksybenzoesan metylu)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; zobacz Parabens (Parabeny)
Zastosowanie w kosmetyce: Wiele kosmetyków i środków higieny osobistej

Methyl salicylate (oil of Wintergreen)

Metylosalicylan (salicylan metylu; olejek wintergrinowy z rośliny *Gaultheria procumbens*)
☹
Funkcja: Dodatek aromatyczny, środek dezynfekujący
Potencjalne skutki: Silnie podrażnia skórę i błony śluzowe; toksyczny dla

krwi, wątroby, układu nerwowego, rozrodczego i oddechowego; teratogenny; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Pasty do zębów, płyny do płukania jamy ustnej, emulsje przeciw oparzeniom słonecznym
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, detergenty, papierosy

Mexenone (2-hydroxy-4-methoxy-4’-methyl-benzophenone)
Meksenon (2-hydroksy-4-metoksy-4’-metylobenzofenon)
😐?
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Fotoalergia; pokrzywka; kontaktowe zapalenie skóry; chroniczna fotodermatoza; może naśladować lub nasilać chorobę; zobacz Benzophenones (Benzofenony)
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV

Mica
Mika (sproszkowane krzemiany)
😐?
Funkcja: Zmętniacz, barwnik
Potencjalne skutki: W przypadku inhalacji może powodować podrażnienia i uszkodzenia płuc; toksyczna dla przewodu pokarmowego i wątroby
Zastosowanie w kosmetyce: Pudry do twarzy, cienie do powiek, szminki, szampony, tusze do rzęs

Milk
Mleko
(może być skażone pestycydami, antybiotykami i hormonami; pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne od łagodnych do poważnych; w zastosowaniach kosmetycznych może wywoływać wypryski i trądzik, jeśli nie zostanie dokładnie spłukane ze skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty do kąpieli, maseczki do twarzy, produkty do mycia twarzy
Inne zastosowania: Niewykazywane (krem z ryżu, nadziewane batoniki, makarony, produkty zawierające kazeinę)

Mineral oil (white oil)

Olej mineralny
(pochodzi z ropy naftowej)
☹
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Może utrudniać prawidłowe funkcjonowanie skóry; wysuszenie skóry; teratogenny; toksyczny dla nerek i układu nerwowego, jeśli jest nieoczyszczony lub oczyszczony w niewielkim stopniu; może być fototoksyczny
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy i mleczka dla dzieci, szminki, kremy nawilżające, kremy pod oczy
Inne zastosowania: W niektórych krajach stosowany jako dodatek do żywności

Mixed fruit acids
Mieszanina kwasów owocowych
☹
Funkcja: Środek złuszczający
Potencjalne skutki: Zobacz Alpha hydroxy acids (Kwasy alfahydroksylowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Alpha hydroxy acids (Kwasy alfahydroksylowe
Inne zastosowania: Zobacz Alpha hydroxy acids (Kwasy alfahydroksylowe

Monoethanolamine (MEA)
Etanoloamina
(i wszystkie składniki mające w nazwie człon MEA)
😐**?**
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, emulgator
Potencjalne skutki: Może powodować podrażnienia skóry i oczu; może tworzyć kancerogenne nitrozoaminy
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, kosmetyki
Inne zastosowania: Detergenty, zmywacze do farb

Monoisopropanolamine (MIPA)
Izopropanoloamina
☹
Funkcja: Środek regulujący odczyn pH, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Poważne podrażnienia skóry i oczu; kontaktowa alergia i zapalenia skóry; może tworzyć nitrozoaminy
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy kosmetyczne
Inne zastosowania: Środki owadobójcze

Montan wax
Wosk Montana
(otrzymywany z lignitu)
☺

Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Uznawany za nietoksyczny w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, podkłady do makijażu

Morpholine
Morfolina
(wytwarzana z dietanolaminy; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Emulgator, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry, oczu i błon śluzowych; toksyczna dla nerek, wątroby, układu oddechowego i nerwowego; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Różne kosmetyki
Inne zastosowania: Powlekanie świeżych owoców i warzyw

Moskene
Muskon
☹

Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Zobacz Musk Mosken (Piżmo moskenowe)

Musk
Piżmo
(suszona wydzielina piżmowca; pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Zasadniczo bezpieczne i nietoksyczne; u niektórych osób może wywoływać reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze

Musk ambrette
Piżmo ambretowe
(pochodzenia zwierzęcego; w UE zakazane w kosmetykach)

☹

Funkcja: Utrwalacz, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Neurotoksyczne; uczulenie na światło; kontaktowe zapalenie skóry; poważne uszkodzenia mózgu u zwierząt
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy kosmetyczne, płyny po goleniu, mydła, proszki do mycia zębów
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, detergenty

Musk moskene

Piżmo moskenowe (pochodzenia zwierzęcego; w UE zakazany w kosmetykach)
☹

Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Może powodować nietrwałe nasilenie pigmentacji; pigmentowe kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, róże do policzków

Myristalkonium chloride

Chlorek mirystalkoniowy
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)

Myristamide DEA

N,N-bis (2-hydroksyetylo) mirystamid (może być pochodzenia zwierzęcego)
☹

Funkcja: Antystatyk, środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)

Myristic acid

Kwas mirystynowy (kwas tetradekanowy; może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?

Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Może wywoływać podrażnienia skóry; mutacje u zwierząt laboratoryjnych

Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, kremy do golenia, mydła
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, papierosy

Nanoparticles

Nanocząsteczki
(zobacz także Słowniczek)
😐?

Potencjalne skutki: Mogą uszkadzać DNA; kumulują się w tkankach roślinnych i zwierzęcych; powodują uszkodzenia mózgu u organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, kremy ochronne, kremy z filtrem UV

1-Naphthol

1-naftol
(CI 76605; pochodna smoły węglowej)
☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Toksyczny w przypadku spożycia i absorpcji przez skórę; bardzo toksyczny dla organizmów wodnych; zobacz Coal tar (Smoła węglowa)
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, perfumy
Inne zastosowania: Leczenie chorób skórnych

Neem seed oil

Olej z miodli indyjskiej
(z indyjskiego drzewa *Azadirachta Indica*)
☺

Funkcja: Środek przeciwbakteryjny, środek przeciwwirusowy
Potencjalne skutki: Poprawia stan skóry suchej, z egzemą, trądzikiem i łupieżem; teratogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Krem, mydła, szminki, szampony
Inne zastosowania: Środek odstraszający owady

Neomycin

Neomycyna
(antybiotyk; w UE antybiotyki są zakazane w kosmetykach)
☹☹

Funkcja: Antybiotyk
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne; fotoalergia; toksyczna dla nerek; może przyczyniać się do rozwoju gronkowców
Zastosowanie w kosmetyce: Może występować w niektórych dezodorantach

Niacinamide
Nikotynamid
(amid kwasu nikotynowego; specyficzna postać witaminy B3)
☺

Funkcja: Substancja wygładzająca
Potencjalne skutki: Uznawana za korzystną dla zdrowia
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów, produkty zapobiegające starzeniu się skóry
Inne zastosowania: Mąki pełnoziarniste

Nickel sulphate
Siarczan niklu
Funkcja:
☹

Potencjalne skutki: Wysypka; toksyczny dla nerek, układu dokrewnego i immunologicznego; wymioty w przypadku spożycia; kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, kredki do oczu, kosmetyki, środki ściągające
Inne zastosowania: Mineralne preparaty uzupełniające dietę, niklowanie

Nitrites (sodium, potassium etc.)
Azotyny (sodu, potasu itd.)
☹☹

Funkcja: Konserwant, utrwalacz koloru
Potencjalne skutki: Może reagować z aminami występującymi w żołądku, ślinie, żywności i kosmetykach, tworząc kancerogenne nitrozoaminy
Zastosowanie w kosmetyce: Azotyn sodu jest używany w niektórych kosmetykach jako środek przeciwkorozyjny
Inne zastosowania: Wędzone mięsa, zapałki, tytoń

Nitrobenzene
Nitrobenzen
(olejek mirbanowy; z kwasu azotowego i benzenu; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹

Funkcja: Zapach, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Sinica; senność; bóle głowy; mdłości; toksyczny dla nerek, wątroby, układu rozrodczego, oddechowego i nerwowego; wchłaniany przez skórę; teratogenny

Zastosowanie w kosmetyce: Tanie mydła perfumowane
Inne zastosowania: Produkcja barwników i lekarstw, pasty do butów

2-Nitro-p-phenylene-diamine

2-nitro-p-fenylenodiamina (CI 76070; otrzymywana ze smoły węglowej)
☹☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Phenylenediamine (Fenylenodiamina)

Nitrosamines

Nitrozoaminy (grupa toksycznych związków chemicznych powstających podczas reakcji azotanów i azotynów z aminami, np. NDELA występuje w kosmetykach i szamponach; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹

Funkcja: Środek skażający
Potencjalne skutki: Mogą wywoływać wiele różnych nowotworów, w tym wątroby, płuc, jamy ustnej, żołądka i przełyku; uszkodzenia wątroby; mogą wnikać przez skórę; ich wpływ na środowisko nie został odpowiednio zbadany
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki i szampony ze składnikami zawierającymi w nazwie człon DEA, MEA lub TEA, o ile producent nie usunie nitrozoamin
Inne zastosowania: Występują w powietrzu, dymie papierosowym, pestycydach, wodzie, wędzonym mięsie

Nylon

Nylon
(syntetyczny)
☺

Funkcja: Środek regulujący lepkość, zagęstnik
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; u niektórych osób może wywoływać reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Tusze do rzęs, cienie do powiek, rozświetlające tusze do rzęs

Octyl dimethyl paba (Padimate O)

2-etyloheksylo 4-(dimetyloamino) benzoesan (Padymat O)
😐?

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV

Potencjalne skutki: Może uczulać; przyspiesza dzielenie się komórek nowotworów piersi; estrogenny; zakłóca działanie układu dokrewnego; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV, podkłady do makijażu

Octyl dodecanol

2-oktylododekan-1-ol
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺
Funkcja: Rozpuszczalnik, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów, szminki

Octyl methoxycinnamate

4-metoksycynamonian 2-etyloheksylu
😐?
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Fotoalergia i alergia kontaktowa; zakłóca działanie układu dokrewnego
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV, szminki, perfumy, podkłady do makijażu

Octyl palmitate

Palmitynian 2-etyloheksylu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych; może powodować trądzik kosmetyczny
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające, kremy do golenia, szminki

Oleamide DEA

Dietanolamina kwasu oleinowego
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Pokrzywka; może przyczyniać się do tworzenia kancerogennych nitrozoamin; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)

Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, płyny do kąpieli, szminki, mydła

Oleic acid

Kwas oleinowy
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający, środek przeciwpieniący
Potencjalne skutki: Mała toksyczność w przypadku spożycia; może wywoływać łagodne podrażnienia skóry i oczu; może przyczyniać się do rozwoju trądziku
Zastosowanie w kosmetyce: Miękkie mydła, szminki, kosmetyki
Inne zastosowania: Papierosy

Oleoyl sarcosine

Sarkozynian oleoilowy ((Z)-N-metylo-N-(1-okso-9-oktadecenylo) glicynian; może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?

Funkcja: Antystatyk, środek powierzchniowo czynny, substancja oczyszczająca
Potencjalne skutki: Może wywoływać łagodne podrażnienia skóry; sarkozyny mogą wzmagać wchłanianie przez skórę innych składników i powodować zatrucie nitrozoaminami
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, kosmetyki, maści, odżywki do włosów
Inne zastosowania: Substancje polerujące

Oleth 2 – oleth 50

Oleth 2 – oleth 50 (polioksyetylowane etery kwasu oleinowego; pochodzenia zwierzęcego)
😐?

Funkcja: Emulgator, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Niektóre oleoile mogą wywoływać reakcje alergiczne; brak wystarczających danych
Zastosowanie w kosmetyce: Wiele kosmetyków i środków higieny osobistej

Olive oil

Oliwa z oliwek (otrzymywana z dojrzałych oliwek)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający, emulgator
Potencjalne skutki: Zasadniczo bezpieczna; może wywoływać reakcje alergiczne i trądzik

Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, szminki, mydła, oliwki do włosów
Inne zastosowania: Olejki do masażu

Orange oil
Olejek pomarańczowy
(ze świeżej skórki słodkich pomarańczy)
☺
Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne u osób nadwrażliwych; poważne reakcje na skoncentrowany olejek
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, mydła, wody kolońskie
Inne zastosowania: Papierosy, pestycydy

Orris absolute
Olejek irysowy
(z łodyg kosaćca bladego)
☺
Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Zasadniczo bezpieczny; może wywoływać reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy

Orthophenylphenol (O-phenylphenol)
2-fenylofenol (bifenyl-2-ol)
☹
Funkcja: Środek przeciw drobnoustrojowy
Potencjalne skutki: Bardzo toksyczny; mutagenny; podrażnienia skóry; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Spraye dezynfekujące

Oxybenzone
Oksybenzon
(pochodna benzenu)
😐**?**
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Uczulenie na światło; chroniczna fotodermatoza; alergia kontaktowa
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV

Oxyquinoline sulphate
Siarczan bis(8-hydroksychinoliniowy (wytwarzany z fenoli)
☹
Funkcja: Środek przeciwdrobnoustrojowy, emulgator
Potencjalne skutki: Zobacz Phenol (Fenol)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

PABA
Kwas 4-aminobenzoesowy
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
😐**?**
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Zobacz Para-aminobenzoic acid (Kwas para-aminobenzoesowy)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Para-aminobenzoic acid (Kwas para-aminobenzoesowy)
Inne zastosowania: Zobacz Para-aminobenzoic acid (Kwas para-aminobenzoesowy)

Padimate A (amyl dimethyl paba)
Padymat A (4-(dimetyloamino) benzoesan pentylu)
☹
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Zobacz Amyl dimethyl paba (4-(dimetyloamino) benzoesan pentylu)
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV

Padimate O (octyl dimethyl paba)
Padymat O (2-etyloheksylo 4-(dimetyloamino) benzoesan
☹
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Zobacz Octyl dimethyl paba (2-etyloheksylo 4-(dimetyloamino) benzoesan)
Zastosowanie w kosmetyce: Podkłady do makijażu, kremy z filtrem UV

Panthenol
Pantenol
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺☺

Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do pielęgnacji włosów, kosmetyki
Inne zastosowania: Środki wspomagające trawienie

Papain

Papaina (z owoców papai; może pochodzić z roślin GM)

☺

Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Uznawana za korzystną dla zdrowia; podrażnienia skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy i maseczki, kremy ścierające
Inne zastosowania: Środki zmiękczające mięso

Para-aminobenzoic acid

Kwas para-aminobenzoesowy
(występuje w witaminie B-kompleks; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

😐**?**

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Pomaga zapobiegać uszkadzaniu skóry i włosów przez promieniowanie UV; uczulenie na światło; kontaktowe zapalenie skóry; egzema; zwiększone ryzyko nowotworów skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV, emulsje na oparzenia słoneczne, szampony, odżywki do włosów
Inne zastosowania: Leczenie artretyzmu

Parabens (butyl, ethyl, methyl, propyl etc)

Parabeny (butyl, etyl, metyl, propyl itd.; syntetyczne; estry kwasu 4-hydroksybenzoesowego)

☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Mogą wywoływać reakcje alergiczne; zakłócają działanie układu dokrewnego; kontaktowe zapalenie skóry; możliwe zwiększenie ryzyka nowotworów piersi; toksyczne dla zwierząt w przypadku spożycia
Zastosowanie w kosmetyce: Wiele kosmetyków i produktów higieny osobistej
Inne zastosowania: Różne przetworzone artykuły spożywcze

Paraffin

Parafina
(z ropy naftowej, oleju drzewnego, łupkowego i węglowego)

😐?

Funkcja: Środek zmiękczający, środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Czysta parafina nie jest toksyczna dla skóry; zanieczyszczenia mogą powodować podrażnienia skóry i egzemę
Zastosowanie w kosmetyce: Szminki, tusze do rzęs, kremy do rzęs
Inne zastosowania: Pestycydy

PBSA (2-phenylbenzimidazole-sulfonic acid)

Kwas 2-fenylo-1H-benzimidazolo-5-sulfonowy

😐?

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Może zwiększać ryzyko nowotworów skóry; uszkodzenia skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV

Pectin

Pektyna
(występuje w korzeniach, łodygach i owocach roślin)

☺☺

Funkcja: Zagęstnik, środek wiążący
Potencjalne skutki: Uznawana za korzystną dla zdrowia
Zastosowanie w kosmetyce: Pasty do zębów, płyny do układania włosów, kremy ochronne
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze, leki przeciw biegunce

PEG compounds e.g. PEG-20 myristate

Związki PEG, np. mirystian PEG-20
(glikole polietylenowe lub polimery tlenku etylenowego)

☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, emulgator
Potencjalne skutki: Mogą być skażone 1,4-dioksanem, tlenkiem etylenowym, ołowiem i arszenikiem; zobacz Polyethylene glycols (Glikole polietylenowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Wiele kosmetyków i produktów higieny osobistej
Inne zastosowania: Produkcja środków powierzchniowo czynnych

Peppermint oil

Olejek z mięty pieprzowej (*Mentha piperita*)

😐?

Funkcja: Dodatek aromatyczny

Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne; katar sienny; wysypka; alergiczne kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Pasty do zębów, płyny do golenia
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze, napoje gazowane, papierosy

Petrolatum (white) (petroleum jelly)

Wazelina biała
(z ropy naftowej)
☹
Funkcja: Środek zmiękczający, antystatyk
Potencjalne skutki: Alergiczne kontaktowe zapalenie skóry; odbarwienia skóry; może być skażona kancerogennymi cyklicznymi węglowodorami aromatycznymi
Zastosowanie w kosmetyce: Depilatory woskowe, kremy nawilżające, cienie do powiek, szminki
Inne zastosowania: Środki glazurujące na niektórych artykułach spożywczych, farmaceutyki

Phenol (carbolic acid)

Fenol
(kwas karbolowy; otrzymywany ze smoły węglowej)
☹☹
Funkcja: Konserwant, środek skażający
Potencjalne skutki: Toksyczny dla nerek, wątroby, układu krwionośnego i nerwowego; paraliż; wysypka; zaburzenia nerwowe; kancerogenny; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do płukania jamy ustnej, płyny kosmetyczne do rąk, emulsje na poparzenia słoneczne
Inne zastosowania: Środki dezynfekujące

Phenoxyethanol

2-fenoksyetanol
(pochodna fenolu i tlenku etylenowego)
😐**?**
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Lekkie wysypki alergiczne u osób wrażliwych; skoncentrowane roztwory mogą wywoływać bóle głowy, mdłości, niewydolność nerek
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, mydła w płynie, płyny do kąpieli, kosmetyki, perfumy

Inne zastosowania: Środki odstraszające owady, antyzamarzacze, wypełniacze szczepionek

Phenylalanine

Fenyloalanina
(niezbędny aminokwas; występuje w jajkach, roślinach strączkowych, nabiale itp.)
😐**?**

Funkcja: Substancja słodząca, antystatyk
Potencjalne skutki: Powinny jej unikać osoby cierpiące na fenyloketonurię, czerniaka lub marskość wątroby; jeśli fenyloketonuria nie zostanie wykryta odpowiednio wcześnie, może prowadzić do upośledzenia umysłowego u dzieci
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów
Inne zastosowania: Niektóre sztuczne słodziki, papierosy

Phenylbenzimidazole sulphonic acid

Kwas 2-fenylo-1H-benzimidazolo-5-sulfonowy
☹

Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Zobacz PBSA
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz PBSA

Phenylenediamine (m-, o-, p-)

Fenylenodiamina (m-, o-, p-)
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Egzema; astma; wysypka; nieżyt żołądka; kontaktowe zapalenie skóry; ślepota; nowotwory; śmierć; bardzo toksyczne dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Większość farb do włosów stosowanych w domu i w salonach kosmetycznych, barwniki do rzęs

Phenylmercuric acetate

Octan fenylortęci
☹☹

Funkcja: Konserwant, środek grzybobójczy
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; podrażnienia skóry; bardzo toksyczny wewnętrznie; bardzo toksyczny dla organizmów wodnych; kumuluje się

w łańcuchu pokarmowym, np. organizmy wodne, ryby, skorupiaki, ptaki
Zastosowanie w kosmetyce: Tusze do rzęs, szampony
Inne zastosowania: Farby

Phthalates
Ftalany (związki chemiczne używane do produkcji plastiku PVC, kosmetyków, pestycydów itp.)
☹☹
Funkcja: Środek błonotwórczy, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Toksyczne dla nerek, wątroby, układu rozrodczego, dokrewnego i nerwowego; mutagenne; kancerogenne; teratogenne; zakłócają działanie układu dokrewnego; niebezpieczne dla środowiska
Zastosowanie w kosmetyce: Lakiery do paznokci, spraye do włosów, mydła, szampony
Inne zastosowania: Produkcja plastików PVC, pestycydy

Piperonal
Piperonal
(heliotropina; purpurowy barwnik diazowy)
☹
Funkcja: Środek maskujący, środek odżywiający skórę
Potencjalne skutki: Wysypka; podrażnienia skóry; depresja centralnego układu nerwowego; ślady na wargach; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, szminki, perfumy
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, papierosy

Polyacrylamide (polymer of acrylamide monomers)
2-propenamid (polimer monomerów akrylamidowych)
☹
Funkcja: Zagęstnik, środek błonotwórczy
Potencjalne skutki: Paraliż centralnego układu nerwowego; silnie toksyczny dla skóry i ją drażniący; może być absorbowany przez skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające, lakiery do paznokci, kremy samoopalające, podkłady do makijażu
Inne zastosowania: Taśmy przylepne, plastiki, pestycydy

Polyethylene
Polietylen
(może być skażony kancerogennym 1,4-dioksanem)

😐?

Funkcja: Środek wiążący, antystatyk, stabilizator
Potencjalne skutki: Brak danych o toksyczności dla skóry; u szczurów duże dawki powodowały nowotwory; spożycie dużych dawek może doprowadzić do zniszczenia wątroby i nerek
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny kosmetyczne do rąk, odświeżacze do skóry, produkty do opalania, dezodoranty
Inne zastosowania: Gumy do żucia, folie do pakowania

Polyethylene glycols

Glikole polietylenowe
(mogą być skażone kancerogennym 1,4-dioksanem)
☹

Funkcja: Środek wiążący, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu i skóry; toksyczne dla nerek i układu immunologicznego; mogą zawierać śladowe ilości ołowiu i arszeniku
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy ochronne, szminki, antyperspiranty, produkty dla niemowląt
Inne zastosowania: Maści farmaceutyczne, środki do czyszczenia piekarników

Polyoxyethylene compounds

Związki polioksyetylenu
(mogą być skażone kancerogennym 1,4-dioksanem)
☹

Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Mogą wywoływać reakcje uczuleniowe; podrażnienia oczu i skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do rąk, płyny kosmetyczne do rąk
Inne zastosowania: Odświeżacze powietrza

Polypropylene glycol

Glikol polipropylenowy
☹

Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Zobacz Propylene glycol (Glikol propylenowy)
Zastosowanie w kosmetyce: Podkłady do makijażu w płynie
Inne zastosowania: Pestycydy

Potassium bromate

Bromian potasu
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Środek bakteriobójczy, środek ściągający
Potencjalne skutki: Zapalenie i krwawienie dziąseł; podrażnienia skóry i oczu; mdłości; bardzo toksyczny w przypadku spożycia
Zastosowanie w kosmetyce: Pasty do zębów, płyny do płukania jamy ustnej
Inne zastosowania: Ulepszacze pieczywa

Potassium carbonate
Węglan potasu
(nieorganiczna sól potasowa)
😐?

Funkcja: Środek buforujący
Potencjalne skutki: Może wywoływać zapalenie skóry głowy, twarzy i rąk
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny przeciw piegom, szampony, mydła

Potassium chloride
Chlorek potasu
(syntetyczny)
☹

Funkcja: Środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Zapalenie dziąseł; zapalenie skóry; podrażnienia jelit i nerek; może być wchłaniany przez skórę
Zastosowanie w kosmetyce: Pasty do zębów, płyny przeciw piegom, płyny do płukania jamy ustnej i gardła
Inne zastosowania: Wybielacze, sztuczne ognie, pestycydy, zapałki

Potassium hydroxide (caustic potash)
Wodorotlenek potasu (potaż kaustyczny)
😐?

Funkcja: Emulgator, środek buforujący
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry i uszkodzenia paznokci po użyciu płynów do usuwania naskórka; może wywoływać wysypkę i pieczenie skóry; niebezpieczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła w płynie, kremy ochronne, płyny kosmetyczne do rąk, płyny do usuwania naskórka
Inne zastosowania: Domowe środki czyszczące, baterie-pastylki

Potato starch
Skrobia ziemniaczana
(mąka z ziemniaków)
☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawana za bezpieczną; może wywoływać reakcje alergiczne i niedrożność nosa
Zastosowanie w kosmetyce: Suche szampony, zasypki dla niemowląt, brokat

PPG compounds e.g. PPG-5-laureth-5
Związki PPG, np. PPG-5-laureth-5
☹
Funkcja: Różne
Potencjalne skutki: Zobacz Propylene glycol (Glikol propylenowy) i Ethylene oxide (Tlenek etylenu)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Propylene glycol
Glikol propylenowy
(propano-1,2-diol; syntetyczny; otrzymywany z ropy naftowej)
☹
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; kwasica mleczanowa; wysypka; toksyczny dla układu oddechowego, immunologicznego i nerwowego; opóźniona alergia kontaktowa; zwiększone wchłanianie innych substancji
Zastosowanie w kosmetyce: Podkłady do makijażu, tusze do rzęs, szminki, mleczka dla niemowląt, emulsje do opalania, kremy nawilżające
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze, papierosy, pestycydy, antyzamarzacze

Propylene glycol alginate
Alginian glikolu propylenowego
😐?
Funkcja: Stabilizator, środek wiążący
Potencjalne skutki: Zobacz Alginian glikolu propylenowego (E405) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze

Propylparaben (propyl-p-hydroxybenzoate)

Propyloparaben (4-hydroksybenzoesan propylu; syntetyczny)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry i reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; uczulenie na światło; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; zobacz Parabens (Parabeny)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, maseczki do twarzy, kremy do paznokci, podkłady do makijażu, kremy dla niemowląt
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze

Psoralen
Psoralen
(ekstrakt z rośliny *Psoralea corylifolia*)
😐?
Funkcja: Środek pochłaniający promieniowanie UV
Potencjalne skutki: Fotodermatoza; uczulenie na światło
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV, perfumy
Inne zastosowania: Leczenie bielactwa

Pumice
Pumeks
(lekka, porowata skała wulkaniczna)
☺
Funkcja: Materiał ścierający
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny; może wywołać podrażnienie suchej i wrażliwej skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Pasty do zębów, pasty do czyszczenia rąk, preparaty czyszczące skórę

Pycnogenol
Pycnogenol
(mieszanka bioflawonoidów ekstrahowanych z kory sosny *Pinus maritima*)
☺☺
Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty zapobiegające starzeniu się skóry
Inne zastosowania: Gumy do żucia, preparaty uzupełniające dietę

Pyrocatechol

Pirokatechina
(1,2-benzenodiol; pochodna smoły węglowej; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹
Funkcja: Środek bakteriobójczy, utleniacz
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; egzema; toksyczna dla nerek i wątroby; kancerogenna
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, farby utleniające, preparaty do pielęgnacji skóry
Inne zastosowania: Fotografia, barwienie futer

Pyrogallol
Pirogalol
(1,2,3-benzenotriol; związek fenolowy; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹
Funkcja: Środek bakteriobójczy, barwnik
Potencjalne skutki: Uczulenie skóry; wysypka; spożycie może spowodować uszkodzenia nerek i wątroby; zapaść naczyniowo- -sercowa; mutagenny; teratogenny; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Trwałe farby do włosów, preparaty do pielęgnacji skóry
Inne zastosowania: Środki przeciwdrobnoustrojowe, stosowany w medycynie do łagodzenia podrażnień skóry

Quaternary ammonium compounds (QUATS)
Czwartorzędowe związki amonowe (syntetyczne pochodne chlorku amonowego)
😐?
Funkcja: Różne
Potencjalne skutki: Wszystkie czwartorzędowe związki amonowe mogą być toksyczne w odpowiedniej dawce i stężeniu; kontaktowe zapalenie skóry; podrażnienia oczu i błon śluzowych; rzadko poważne uczulenia i szok anafilaktyczny
Zastosowanie w kosmetyce: Dezodoranty w aerozolu, antyperspiranty, kremy do rąk, płyny do płukania jamy ustnej, szampony, szminki, płyny po goleniu
Inne zastosowania: W medycynie odkażanie błon śluzowych, uniwersalne środki czyszczące

Quaternium-15
Quaternium-15

(może się rozkładać do formaldehydu)
☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Kontaktowe zapalenie skóry; reakcje alergiczne; podrażnienia oczu; wysypka; uczulenie
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, szampony, odżywki do włosów

Quaternium-26

Quaternium-26
(może być skażony pestycydami i DEA)
☹

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, antystatyk
Potencjalne skutki: Podrażnienia oczu; kontaktowe zapalenie skóry; kancerogenny; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty nadające włosom połysk

Quaternium-18 hectorite

Quaternium-18 z hektorytem
😐**?**

Funkcja: Środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds Czwartorzędowe związki amonowe i Hectorite (Hektoryt)
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do pielęgnacji skóry, żele do opalania

Quercetin

Kwercetyna
(rodzaj bioflawonoidu)
☺

Funkcja: Barwnik, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Uznawana za korzystną dla zdrowia; może wywoływać reakcje alergiczne; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; teratogenna
Zastosowanie w kosmetyce: Ciemnobrązowe farby do włosów
Inne zastosowania: Dodatki do żywności, farbowanie peruk, preparaty uzupełniające dietę

Quillaja extract

Wyciąg z kory mydłodrzewa właściwego (*Quillaja saponaria*)
☺

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny; duże dawki doustne są toksyczne; może wywoływać miejscowe podrażnienia
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, preparaty do czyszczenia skóry, mydła
Inne zastosowania: Dodatki aromatyczne do żywności i napojów gazowanych

Quinine

Chinina (alkaloid z kory południowoamerykańskie drzewa chinowego (*Cinchona*))

😐**?**

Funkcja: Środek znieczulający, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Duże dawki lub długotrwałe przyjmowanie może spowodować bóle głowy, wysypkę, skurcze jelit, szum w uszach; toksyczna dla układu krwionośnego i wątroby; teratogenna
Zastosowanie w kosmetyce: Toniki do włosów, preparaty z filtrem UV
Inne zastosowania: Toniki, napoje typu „gorzka cytryna”, leki na przeziębienie i bóle głowy

Quinoline

Chinolina
(pochodna smoły węglowej; może być pochodzenia zwierzęcego)
☹

Funkcja: Rozpuszczalnik, barwnik
Potencjalne skutki: Łuszczyca; zapalenie skóry; toksyczna dla przewodu pokarmowego, wątroby, układu oddechowego i nerwowego; kancerogenna; może być szkodliwa dla środowiska, zwłaszcza dla ryb
Zastosowanie w kosmetyce: Produkcja barwników kosmetycznych
Inne zastosowania: Konserwanty okazów anatomicznych

Resorcinol

Rezorcyna
(CI 76505; otrzymywana z żywicy lub syntetyzowana)
☹

Funkcja: Konserwant, środek bakteriobójczy, barwnik
Potencjalne skutki: Zapalenia oczu i powiek; zawroty głowy; nerwowość; zakłóca działanie układu dokrewnego; toksyczna dla wątroby, układu immunologicznego, krwionośnego i nerwowego; szkodliwa dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony przeciwłupieżowe, farby do włosów,

szminki, toniki do włosów
Inne zastosowania: Barwienie, materiały wybuchowe, tkaniny drukowane

Retinol
Retinol
(witamina A; może być pochodzenia zwierzęcego; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☺
Funkcja: Konserwant, dodatek
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia; nadmiar może wywołać żółty odcień skóry, wady wrodzone i jest szkodliwy dla wątroby
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy i olejki do masażu, preparaty do pielęgnacji skóry
Inne zastosowania: Miejscowe leki przeciwtrądzikowe

Retinyl palmitate
Palmitynian retinylu
(ester witaminy A; może być pochodzenia zwierzęcego; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☺
Funkcja: Środek usztywniający, środek odżywiający skórę
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia; bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych w stężeniach poniżej 1%; kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy kosmetyczne, kremy do golenia, podkłady do makijażu; produkty do opalania

Rice starch
Skrobia ryżowa
(ze sproszkowany ziaren ryżu; może pochodzić z roślin GM)
😐?
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; może zatykać pory skóry i utrudniać jej prawidłowe funkcjonowanie; trądzik
Zastosowanie w kosmetyce: Zasypki dla niemowląt, pudry do twarzy
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze

Ricinoleamide DEA
Dietanolamid kwasu rycynolowego (syntetyczny lub półsyntetyczny)

☹

Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Może zawierać DEA; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Ricinoleic acid

Kwas rycynolowy
(kwas rącznikowy; z nasion rącznika pospolitego (*Ricinus communis*))
😐?

Funkcja: Środek zmiękczający, emulgator
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; zapalenie skóry; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, szminki
Inne zastosowania: Żele antykoncepcyjne

Rose hips oil

Olej z nasion dzikiej róży (*Rosa canina*)
☺☺

Funkcja: Dodatek roślinny
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy, produkty do opalania
Inne zastosowania: Naturalny aromat spożywczy

Rosemary extract

Wyciąg z rozmarynu
(wiecznie zielonego krzewu *Rosmarinus officinalis*)
☺

Funkcja: Zapach, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia; może wywoływać uczulenie na światło
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do kąpieli, kremy, szampony
Inne zastosowania: Naturalny aromat spożywczy

Rosin

Kalafonia
(otrzymywana z żywicy sosnowej)
😐?

Funkcja: Środek regulujący lepkość

Potencjalne skutki: Może wywoływać alergie kontaktowe; zapalenie powiek; astma
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, tusze do rzęs, depilatory woskowe
Inne zastosowania: Gumy do żucia, lakiery i pokosty

Royal bee jelly

Mleczko pszczele
(pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Dodatek biologiczny
Potencjalne skutki: Przez niektórych naukowców uznawane za korzystne dla zdrowia
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Saffron

Szafran
(suszone znamiona szafranu uprawnego (*Crocus sativus*))
☺

Funkcja: Barwnik, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny; może wywierać korzystny wpływ na zdrowie; anafilaksja
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, kosmetyki
Inne zastosowania: Aromaty żywności i napojów gazowanych, tusz markerów

Safrole

Safrol
(toksyczny składnik takich olejków eterycznych jak muszkatołowy i anyżkowy; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹

Funkcja: Zapach, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Toksyczny dla wątroby, nerek, układu rozrodczego i nerwowego; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; kancerogenny; teratogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Tanie mydła i perfumy
Inne zastosowania: Aromaty napojów gazowanych

Salicylates

Salicylany
(sole kwasu salicylowego: benzylowa, amylowa, metylowa, fenylowa; występują w owocach i warzywach)

😐?

Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne u osób uczulonych na aspirynę; nadpobudliwość; toksyczne dla nerek, układu krwionośnego i nerwowego; astma
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Methyl salicylate (Metylosalicylan)
Inne zastosowania: Lody, dżemy, ciasta w proszku, gumy do żucia, środki odkażające

Salicylic acid

Kwas salicylowy
(można go otrzymać przez ogrzewanie fenolu z dwutlenku węgla; jeden z kwasów betahydroksylowych; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Konserwant, środek bakteriobójczy
Potencjalne skutki: Duże dawki mogą wywołać wymioty, bóle brzucha, kwasicę i wysypkę; reakcje alergiczne; zapalenie skóry; teratogenny; powinny go unikać osoby uczulone na aspirynę
Zastosowanie w kosmetyce: Środki zmiękczające skórę, maseczki do twarzy, podkłady do makijażu, środki usuwające farby do włosów, dezodoranty, emulsje do opalania
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze, środki grzybobójcze, miejscowe środki przeciw trądzikowi

Sarcosines and sarcosinates

Sarkozyna i sarkozyniany
(N-metyloglicyna i jej związki; występują w rozgwiazdach i jeżach morskich albo syntetyzowane z kofeiny; mogą być pochodzenia zwierzęcego)
😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, środek odżywiający skórę
Potencjalne skutki: Nie podrażniają i nie uczulają; mogą powodować tworzenie się nitrozoamin; mogą ułatwiać wnikanie przez skórę innych składników; zobacz Nitrosamines (Nitrozoaminy)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, mydła, proszki do mycia zębów, maści
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń

Sassafras oil

Olejek sasafrzanowy
(olejek eteryczny z drzewa *Sassafras albidum*, zawierający 80% safrolu)
😐?

Funkcja: Zapach, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Zapalenie skóry u osób uczulonych; niebezpieczny w żywności, jeśli zawiera safrol; zobacz Safrole (Safrol)
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, mydła, proszki do mycia zębów
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze, miejscowe środki dezynfekujące

Selenium sulphide

Disiarczek selenu
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Środek przeciwłupieżowy
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; suchość włosów i skóry głowy; toksyczny dla wątroby; poważne podrażnienia oczu; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Lecznicze szampony przeciwłupieżowe
Inne zastosowania: Leczenie łupieżu pstrego

Shea butter

Masło shea
(masło karite; z owoców afrykańskiego drzewa *Butyrospermum parkii*)
☺☺

Funkcja: Środek zmiękczający, emulgator
Potencjalne skutki: Zmiękcza i nawilża skórę; brak danych o toksyczności
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające, szminki, balsamy do ust, żele do opalania

Silver nitrate

Azotan srebra
☹

Funkcja: Środek koloryzujący
Potencjalne skutki: Trujący; żrący i podrażniający; uczulenia skóry; alergie; bardzo toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Metaliczne farby do włosów

Sodium alpha-olefin sulfonates

Sole sodowe sulfonianu alfa-olefinowego
😐?

Funkcja: Środek oczyszczający
Potencjalne skutki: Mogą powodować podrażnienia oczu i skóry oraz uczulenie; nieprawidłowości płodów zwierzęcych

Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, produkty do kąpieli i pod prysznic

Sodium carbonate

Węglan sodu

😐?

Funkcja: Środek buforujący, utleniacz
Potencjalne skutki: W przypadku spożycia trudności w oddychaniu, bóle brzucha i zapaść; toksyczny dla wątroby; może powodować wysypkę skóry głowy, twarzy i rąk
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, płukanki dopochwowe, mydła, płyny do trwałej ondulacji, sole do kąpieli
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń, papierosy, pestycydy

Sodium chloride

Chlorek sodu
(sól stołowa)

😐?

Funkcja: Konserwant, środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Może podrażniać i działać żrąco na skórę i błony śluzowe; suchość skóry; wysypka; teratogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, mydła w płynie, płyny do kąpieli, płyny do płukania jamy ustnej
Inne zastosowania: Masło, mięso, papierosy

Sodium cocoyl isethionate

Sole sodowe N-kokoacylowych pochodnych kwasu 2-hydroksyetanosulfonowego

☺

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Uznawane za bezpieczne w zastosowaniach kosmetycznych; łagodne podrażnienia skóry i oczu
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, płyny do mycia ciała, preparaty ścierające skórę

Sodium cocoyl sarcosinate

N-metylo-N-kokoacylo glicynian sodu (mogą być pochodzenia zwierzęcego)

😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Zobacz Sarcosines (Sarkozyny)

Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, płyny do mycia rąk i ciała

Sodium fluoride

Fluorek sodu (na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

☹☹

Funkcja: Konserwant, środek do higieny jamy ustnej
Potencjalne skutki: Zobacz Fluorides (Fluorki)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, pasty i proszki do mycia zębów
Inne zastosowania: Papierosy

Sodium hydroxide

Wodorotlenek sodu
(soda kaustyczna)

😐?

Funkcja: Emulgator, środek zasadowy
Potencjalne skutki: Zapalenie skóry głowy; w przypadku spożycia wymioty, niedociśnienie, biegunka i zapaść; może być szkodliwy dla środowiska, zwłaszcza dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, mydła, preparaty do prostowania włosów, pudry do twarzy w płynie
Inne zastosowania: Pestycydy

Sodium hydroxymethyl glycinate

N-(hydroksymetylo) glicynian sodu

😐?

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Może uwalniać formaldehyd; NIH nie udało się zdobyć żadnych informacji o jego bezpieczeństwie
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Sodium lauraminopropionate

N-dodecylo-beta-alaninian sodu

☺

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, antystatyk
Potencjalne skutki: Łagodne reakcje u osób uczulonych
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów

Sodium laureth sulphate

Siarczan polietyleno (oksydodecylo) sodowy

(może zawierać kancerogenny 1,4-dioksan i tlenek etylenu)
☹
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Łagodne podrażnienia oczu i skóry; może przyczyniać się do tworzenia nitrozoamin; toksyczny dla organizmów wodnych; zobacz Nitosamines (Nitrozoaminy)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, pasty do zębów, żele do kąpieli, płyny do kąpieli i pod prysznic, płyny do mycia rąk
Inne zastosowania: Płyny do mycia naczyń

Sodium lauroyl sarcosinate
N-(1-oksododecylo) sarkozynian sodu (N-lauroilosarkozynian sodu; może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, antystatyk
Potencjalne skutki: Zobacz Sarcosines (Sarkozyny)
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów

Sodium lauryl sulphate
Laurylosiarczan sodu
(dodecylosiarczan sodu; może być wytwarzany syntetycznie przez siarkowanie alkoholu laurylowego, a następnie zobojętnianie węglanem sodu)
☹
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, środek skażający, emulgator
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry, oczu i błon śluzowych; suchość skóry; egzema; wrzody jamy ustnej; toksyczny dla wątroby i przewodu pokarmowego; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; teratogenny; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do kąpieli, odżywki do włosów, płyny do mycia rąk, szampony, pasty do zębów, kremy nawilżające
Inne zastosowania: Ciasta w proszku, produkty zawierające suszone jajka, pianki żelowe, przemysłowe środki do czyszczenia

Sodium lauryl sulphoacetate
2-(dodecyloksy)-2-oksoetano-1-sulfonian sodu
☺
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, środek oczyszczający
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry od łagodnych do silnych; nieznaczne podrażnienia oczu; mało toksyczny dla szczurów przy podaniu doustnym
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, mleczka do czyszczenia, kulki do

kąpieli

Sodium methyl cocoyl taurate

2-metyloamino-2-hydroksyetano-N-kokoacylo-sulfonian sodu
(pochodzenia zwierzęcego; żółć wołowa)

😐?

Funkcja: Emulgator, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Może tworzyć nitrozoaminy; zobacz Nitosamines (Nitrozoaminy)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Sodium myreth sulfate

Siarczan polietylenooksymirystylo sodowy (może być pochodzenia zwierzęcego)

☺

Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: W badaniach na zwierzętach podrażnienia oczu od łagodnych do umiarkowanych
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony

Sodium myristoyl sarcosinate

N-(1-oksotetradecylo) sarkozynian sodu (może być pochodzenia zwierzęcego)

😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny, antystatyk
Potencjalne skutki: Zobacz Sarcosines (Sarkozyny)
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy nawilżające

Sodium C14-C16 olefin sulphonate

Sole sodowe C14-16-hydroksyalkanów i C14-16-alkenów kwasu sulfonowego

😐?

Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Może wywoływać podrażnienia skóry; wysuszenie i denaturacja włosów; może tworzyć nitrozoaminy
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, odżywki do włosów, szampony

Sodium oleth sulphate

Siarczan polietylenooksyoleilo sodowy (może być pochodzenia zwierzęcego)

☹

Funkcja: Emulgator

Potencjalne skutki: Może być skażony tlenkiem etylenu i 1,4-dioksanem
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Sodium silicate (water glass)
Krzemian sodu (szkło wodne)
😐**?**
Funkcja: Środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Może wywoływać podrażnienia skóry i błon śluzowych
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy ochronne, mydła, depilatory
Inne zastosowania: Zabezpieczanie jajek, detergenty do prania

Sodium stearate
Stearynian sodu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺
Funkcja: Emulgator, środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Nie podrażnia skóry; poddawany testom bezpieczeństwa
Zastosowanie w kosmetyce: Pasty do zębów, pianki do golenia, szampony niezawierające mydła

Sorbitan laurate
Laurynian sorbitanu
☺
Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny; może wywoływać pokrzywkę kontaktową
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy i płyny kosmetyczne
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze

Sorbitan oleate
Oleinian sorbitanu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐**?**
Funkcja: Emulgator, plastyfikator
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny; może wywoływać pokrzywkę kontaktową i reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, cienie do powiek

Sorbitan palmitate

Palmitynian sorbitanu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny; może wywoływać kontaktowe zapalenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów, kremy kosmetyczne

Sorbitan stearate

Stearynian sorbitanu
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☺

Funkcja: Emulgator
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny; może wywoływać pokrzywkę kontaktową
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, emulsje do opalania, dezodoranty, pasty do zębów, mydła

Sorbitol

Sorbitol
(może być syntetyczny)
☺

Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność
Potencjalne skutki: Uznawany za nietoksyczny dla skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, pasty do zębów, płyny kosmetyczne do rąk
Inne zastosowania: Zobacz Sorbitol (E420) w części 1

Soybean oil

Olej sojowy
(może pochodzić z roślin GM)
😐?

Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Nadmierne spożycie powoduje powiększenie tarczycy; wzdęcia; niestrawność; reakcje alergiczne; wypryski skórne; uszkodzenia włosów w przypadku stosowania miejscowego
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, szampony, kremy nawilżające, olejki do kąpieli
Inne zastosowania: Sos sojowy, margaryny, produkty sojowe

Soytrimonium chloride
Chlorek alkilu trimetylosojowego (prawdopodobnie pochodzi z roślin GM)
😐?
Funkcja: Konserwant, emulgator
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki

Spearmint oil
Olejek z mięty kędzierzawej (*Mentha spicata*)
☺
Funkcja: Zapach, dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia; może wywoływać wysypkę
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, pasty do zębów, perfumowane kosmetyki
Inne zastosowania: Gumy do żucia, papierosy

Spermaceti
Spermacet
(olej spermacetowy, olbrot; pochodzenia zwierzęcego; z waleni)
☺
Funkcja: Środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Uznawany za nietoksyczny, ale może zjełczeć i powodować podrażnienia skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, kremy nawilżające

Squalane
Skwalan
(może być pochodzenia zwierzęcego; oryginalnie olej z wątroby rekina)
☺☺
Funkcja: Smar, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawany za bezpieczny w zastosowaniach kosmetycznych
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki do pielęgnacji skóry i włosów

Squalene
Skwalen
(może być pochodzenia zwierzęcego; oryginalnie olej z wątroby rekina)

☺☺

Funkcja: Środek zmiękczający, antystatyk
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do pielęgnacji skóry, farby do włosów, utrwalacz w perfumach
Inne zastosowania: Olej z wątroby rekina, preparaty uzupełniające dietę

Starch – Unmodified

Skrobia
(niezmodyfikowana; występuje w wielu roślinach; może pochodzić z roślin GM)
😐?

Funkcja: Zagęstnik
Potencjalne skutki: Źle trawiona; stosowana w produktach kosmetycznych powoduje trądzik, zapalenie skóry; katar sienny
Zastosowanie w kosmetyce: Brokat, zasypki dla niemowląt, suche szampony
Inne zastosowania: Przetworzona żywność

Starch – Modified

Skrobia zmodyfikowana
(skrobia potraktowana wodorotlenkiem sodu, tlenkiem propylenu, siarczanem aluminium i innymi związkami chemicznymi; może pochodzić z roślin GM)
😐?

Funkcja: Zagęstnik, środek wiążący
Potencjalne skutki: Istnieją wątpliwości co do odporności organizmów na związki chemiczne używane do modyfikowania skrobi, zwłaszcza niemowląt; biegunka niemowląt; stosowana w kosmetykach wywołuje trądzik; zapalenie skóry; katar sienny
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki
Inne zastosowania: Przetworzona żywność, produkty spożywcze dla niemowląt, papierosy

Stannous fluoride

Difluorek cyny
(roztwór cyny w kwasie fluorowodorowym; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹

Funkcja: Środek do higieny jamy ustnej
Potencjalne skutki: Zobacz Fluorides (Fluorki)
Zastosowanie w kosmetyce: Proszki do mycia zębów

Stearalkonium chloride
Chlorek benzylodimetylo (oktadecylo) amoniowy
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☹
Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Łagodne podrażnienia skóry; poważne podrażnienia oczu; zapalenie skóry; może zawierać DEA; zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe) i Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów

Stearamide DEA
N,N-bis (2-hydroksyetylo) stearamid
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☹
Funkcja: Środek regulujący lepkość, zmętniacz, antystatyk
Potencjalne skutki: Skutki takie jak dla związków z członem DEA w nazwie; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów

Stearamide MEA
N-(2-hydroksyetylo) stearamid
(może być pochodzenia zwierzęcego)
☹
Funkcja: Zmętniacz, środek regulujący lepkość, antystatyk
Potencjalne skutki: Skutki takie jak dla związków z członem DEA w nazwie; zobacz Diethanolamine (Dietanolamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, odżywki do włosów

Stearamidopropyl betaine
Wodorotlenek (karboksymetylo) dimetylo-3-[(1-oksooktadecylo) amino] propylamoniowy
(może być pochodzenia zwierzęcego)
😐**?**
Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Zobacz Quaternary Ammonium Compounds (Czwartorzędowe związki amonowe)
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów

Stearamidopropyl dimethylamine

N-[3-(dimetyloamino) propylo] stearamid (może być pochodzenia zwierzęcego)

😐?

Funkcja: Emulgator, antystatyk
Potencjalne skutki: Alergiczne zapalenie skóry; może się przyczyniać do tworzenia nitrozoamin; zobacz Nitrosamines (Nitrozoaminy)
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki do włosów

Stearic acid

Kwas stearynowy
(może być pochodzenia zwierzęcego)

😐?

Funkcja: Emulgator, środek przeciwzbrylający
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne u osób z wrażliwą skórą; skutki dla zdrowia nie zostały wystarczająco przebadane
Zastosowanie w kosmetyce: Dezodoranty, kremy do rąk, kremy ochronne, mydła
Inne zastosowania: Gumy do żucia, czopki

Stearoyl sarcosine

Sarkozynian stearoilu (N-(1-oksooktadecylo)sarkozyna; może być pochodzenia zwierzęcego)

😐?

Funkcja: Antystatyk
Potencjalne skutki: Zobacz Sarcosines (Sarkozyny)
Zastosowanie w kosmetyce: Żele do golenia

Stearyl alcohol

Alkohol stearylowy
(1-oktadekanol; pochodzenia zwierzęcego)

☺

Funkcja: Środek zmiękczający, zmętniacz
Potencjalne skutki: Może wywoływać reakcje alergiczne i kontaktowe zapalenie skóry u osób z wrażliwą skórą
Zastosowanie w kosmetyce: Depilatory, płukanki do włosów, kremy nawilżające, szampony
Inne zastosowania: Farmaceutyki

Stevia and stevioside

Brazylijska roślina Stevia rebaudiana bertoni i jej ekstrakt
(zakazane w niektórych krajach)
☺

Funkcja: Środek do higieny jamy ustnej
Potencjalne skutki: Brak danych o niekorzystnych skutkach działania na ludzi; raporty o niepożądanych reakcjach u zwierząt
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do higieny jamy ustnej
Inne zastosowania: Preparaty uzupełniające dietę

Styrene
Styren
(fenyloeten, winylobenzen; pochodna etylobenzenu)
☹

Funkcja: Środek wiążący
Potencjalne skutki: Toksyczny dla wątroby, krwi, nerek, układu dokrewnego i nerwowego; teratogenny; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Produkcja żywic kosmetycznych
Inne zastosowania: Gumy do żucia, produkcja plastików

Styrene/PVP copolymer
1-etenylo-2-pirolidynon, polimer z etenylobenzenem (z poliwinylopirolidonu i monomerów styrenu)
☹

Funkcja: Środek błonotwórczy, zmętniacz
Potencjalne skutki: Zobacz Styrene (Styren)
Zastosowanie w kosmetyce: Płynne eyelinery

Sulphites (sodium, potassium and ammonium)
Siarczyny (sodowy, potasowy i amonowy)
☹

Funkcja: Konserwant, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Astma; szok anafilaktyczny; wysypka; mdłości; podrażnienia żołądka; biegunka; opuchlizna; rozkłada witaminę B1
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty do falowania włosów, farby do włosów, samoopalacze
Inne zastosowania: Różne artykuły spożywcze i napoje gazowane, celofan do pakowania żywności

Sulfonamide (sulfanilamide)

Sulfonamid (sulfanilamid; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Antybiotyk
Potencjalne skutki: Swędzenie; wysypka; opuchlizna; pokrzywka; toksyczna dla nerek; teratogenna; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, lakiery do paznokci
Inne zastosowania: Antybiotyk do leczenia infekcji bakteryjnych i grzybicznych

Superoxide dismutase

Supertlenek dismutazy
(enzym przeciwutleniający występujący w ciele)
☺☺

Funkcja: Dodatek biologiczny, przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do pielęgnacji włosów, kremy do skóry
Inne zastosowania: Farmaceutyki w kapsułkach i do wstrzykiwania

Talc

Talk
(naturalnie występujący minerał)
☹

Funkcja: Środek przeciwzbrylający, absorbent
Potencjalne skutki: Podrażnienia płuc; zapalenie płuc; kaszel; wymioty; nowotwory jajników i płuc; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy do twarzy, zasypki dla niemowląt, cienie do powiek

Talcum powder

Sproszkowany talk
(może zawierać kwas borowy)
☹

Funkcja: Absorbent
Potencjalne skutki: Zobacz Talc (Talk) powyżej i w E553b w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Talc (Talk) powyżej i w E553b w części 1

TEA compounds

Związki zawierające w nazwie człon TEA
☹
Funkcja: Różne
Potencjalne skutki: Zobacz Triethanolamine (Trietanoloamina)
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do kosmetyki i higieny osobistej

TEA lauryl sulphate
Dodecylosiarczan tris (2-hydroksyetylo) amoniowy
☹
Funkcja: Środek powierzchniowo czynny
Potencjalne skutki: Zobacz Triethanolamine (Trietanoloamina)i Sodium lauryl sulfate (Laurylosiarczan sodu)
Zastosowanie w kosmetyce: Produkty do pielęgnacji włosów, zestawy do kąpieli borowinowych

Terpineol
Terpineol
☹
Funkcja: Dodatek aromatyczny, środek skażający, rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Zapalenie płuc; podrażnienia oczu i błon śluzowych; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; depresja centralnego układu nerwowego
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy, spraye do włosów, mydła, płyny po goleniu, dezodoranty w kulce
Inne zastosowania: Wybielacze, detergenty do prania, papierosy

Tertiary butylhydroquinone (TBHQ)
Tert-butylohydrochinon
(na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹
Funkcja: Przeciwutleniacz
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; wady wrodzone u zwierząt; kancerogenny
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, szminki, cienie do powiek
Inne zastosowania: Artykuły spożywcze

Tetrabromofluorescein
Tetrabromofluoresceina
☹

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Uczulenie na światło; zapalenie warg; dolegliwości układu oddechowego i przewodu pokarmowego
Zastosowanie w kosmetyce: Nieścierające się szminki, lakiery do paznokci
Inne zastosowania: Farbowanie wełny, jedwabiu i papieru

Theobroma oil

Olej kakaowy
(masło kakaowe; z ziaren kakaowca właściwego)
☺

Funkcja: Środek zmiękczający, dodatek roślinny
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne u niektórych osób; trądzik
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, kosmetyki
Inne zastosowania: Wyroby cukiernicze, farmaceutyki

Theobromine

Teobromina
(alkaloid blisko spokrewniony z kofeiną)
😐?

Funkcja: Dodatek roślinny
Potencjalne skutki: Stymuluje centralny układ nerwowy; zanik jąder; toksyczna dla wątroby, układu dokrewnego i nerwowego; teratogenna
Zastosowanie w kosmetyce: Odżywki dla skóry w kosmetykach
Inne zastosowania: Czekolady, środki rozszerzające naczynia krwionośne

Thimerosal

Timerosal
(tiomersal; związek rtęci; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; zobacz Mercury compounds (Związki rtęci)
Zastosowanie w kosmetyce: Preparaty do oczu
Inne zastosowania: Wypełniacze szczepionek

Thiourea

Tiomocznik
(tiokarbamid, tiokarbonamid wytwarzany przez ogrzewanie pochodnej cyjanku amonu; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

☹☹

Funkcja: Konserwant, dodatek
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; reakcje alergiczne; toksyczny dla układu krwionośnego, immunologicznego i rozrodczego; kancerogenny; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów, preparaty do włosów, kosmetyki
Inne zastosowania: Fotografia, barwniki, stroje do nurkowania, środki do czyszczenia srebra

Thymol

Tymol
(olejek tymiankowy; otrzymywany z olejku lawendowego i innych)
😐?

Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; spożycie może wywołać mdłości, wymioty, zawroty głowy; neurotoksyczny
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, płyny po goleniu, płyny do płukania jamy ustnej
Inne zastosowania: Aromaty spożywcze

Titanium dioxide

Dwutlenek tytanu
(CI 77891; występuje naturalnie; może zawierać nanocząsteczki)
😐?

Funkcja: Barwnik, zmętniacz
Potencjalne skutki: Zobacz Dwutlenek tytanu (E171) w części 1
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy z filtrem UV, pudry kosmetyczne, kremy ochronne
Inne zastosowania: Barwniki spożywcze, farby, tusze do markerów

Toluene

Toluen
(otrzymywany z ropy naftowej lub przez destylację balsamu peruwiańskiego z południowoamerykańskiego drzewa *Myroxylon balsamum*)
☹☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Toksyczny dla układu krwionośnego, oddechowego, rozrodczego, nerwowego i immunologicznego, nerek, wątroby i rozwoju;

podrażnienia oczu i skóry; obniża zdolność uczenia się; uszkodzenia mózgu; toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Żele do włosów, perfumy, lakiery do paznokci, farby do włosów, spraye do włosów
Inne zastosowania: Usuwanie zapachu serów, środki do czyszczenia metali, kleje

Toluene-2,5-diamine
2-metylo-p-fenylenodiamina
(CI 76042; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹☹
Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Szkodliwa dla organizmów wodnych; zobacz Toluene (Toluen)
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów

Toluene-3,4-diamine
4-metylo-o-fenylenodiamina
(CI 76042)
☹☹
Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Szkodliwa dla organizmów wodnych; zobacz Toluene (Toluen)
Zastosowanie w kosmetyce: Farby do włosów
Inne zastosowania: Barwienie futer, tkanin i skór

Tretinoin
Tretinoina (kwas retinowy z witaminy A; może być pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Środek wygładzający skórę
Potencjalne skutki: Uznawana za korzystną dla zdrowia; może powodować złuszczanie się skóry, pierzchnięcie, pęcherze i opuchliznę
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy przeciw zmarszczkom, kremy przeciw starzeniu się
Inne zastosowania: Leczenie trądziku

Tribromosalan
Tribromsalan (trisanil, 3,4,5-tribromosalicylanilid; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)

☹

Funkcja: Środek bakteriobójczy, środek grzybobójczy
Potencjalne skutki: W USA zakazany w kosmetykach od 2000 r., gdyż może wywoływać uczulenie na światło
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, kosmetyki lecznicze

Trichloroethane (methyl chloroform)

1,1,1-trichloroetan (metylochloroform)
☹☹

Funkcja: Rozpuszczalnik
Potencjalne skutki: Poważne podrażnienia błon śluzowych i oczu; toksyczny dla wątroby, układu nerwowego i krwionośnego; zatrzymanie serca; wymioty; teratogenny; szkodliwy dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, lakiery do paznokci
Inne zastosowania: Korektory, środki odtłuszczające, kleje, środki do usuwania plam, detergenty

Triclocarban

Triklokarban
(wytwarzany z błękitu metylowego, pochodnej benzenu)
☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Reakcje fotoalergiczne; konwulsje; długotrwałe stosowanie może wywołać nowotwory
Zastosowanie w kosmetyce: Mydła, lecznicze kosmetyki, dezodoranty

Triclosan

Triklosan
(może zawierać toksyczne związki chemiczne; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
☹

Funkcja: Konserwant
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; kontaktowe zapalenie skóry; toksyczny w przypadku spożycia; uszkodzenia wątroby u zwierząt
Zastosowanie w kosmetyce: Antyperspiranty, dezodoranty, mydła, płyny do płukania jamy ustnej
Inne zastosowania: Domowe środki czystości, leki

Triethanolamine (TEA)

Trietanoloamina
☹
Funkcja: Środek buforujący, dodatek powlekający
Potencjalne skutki: Reakcje alergiczne; zapalenie skóry; podrażnienia skóry; może reagować z azotynami, tworząc nitrozoaminy; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny kosmetyczne do rąk i ciała, odżywki do włosów, szampony bez spłukiwania
Inne zastosowania: Powlekanie świeżych owoców i warzyw, detergenty

Trisodium phosphate
Ortofosforan trisodu
(z fosforytów)
😐?
Funkcja: Środek buforujący, środek chelatujący
Potencjalne skutki: Może wywoływać podrażnienia skóry; neurotoksyczny
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, płyny do kąpieli, środki zmiękczające do skórek
Inne zastosowania: Dodatki do żywności, pestycydy

Urea
Mocznik
(występuje w moczu; może być pochodzenia zwierzęcego lub syntetyczny; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
😐?
Funkcja: Środek utrzymujący wilgotność, antystatyk
Potencjalne skutki: Zmniejsza warstwę naskórka; u niektórych osób reakcje alergiczne; zapalenie skóry; łagodzi wysuszenie skóry
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy i płyny kosmetyczne do skóry, płyny do płukania jamy ustnej, kremy nawilżające
Inne zastosowania: Środek brązujący w wypiekach, takich jak precle, papierosy

Vanillin
Wanilina
(wytwarzana z eugenolu lub odpadów produkcyjnych z pulpy drzewnej)
😐?
Funkcja: Dodatek aromatyczny
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry; egzema; zmiany pigmentacji skóry; kontaktowe zapalenie skóry; w rejestrze NIH niebezpiecznych związków

chemicznych
Zastosowanie w kosmetyce: Perfumy
Inne zastosowania: Czekolady, serki, cukierki, papierosy

Waxes
Woski
(z ropy naftowej, zwierzęce, roślinne lub z owadów; mogą zawierać pestycydy; mogą być pochodzenia zwierzęcego)
😐?
Funkcja: Środek błonotwórczy, środek zmiękczający
Potencjalne skutki: Zasadniczo uznawane za bezpieczne w zastosowaniach kosmetycznych; niektóre (w zależności od źródła i czystości) mogą wywoływać reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Kosmetyki, środki do pielęgnacji włosów, szminki, preparaty prostujące włosy
Inne zastosowania: Powlekanie świeżych owoców i warzyw, opakowania

Wintergreen oil
Metylosalicylan
☹
Funkcja: Dodatek aromatyczny, środek skażający
Potencjalne skutki: Szkodliwy dla organizmów wodnych; zobacz Methyl salicylate (Metylosalicylan)
Zastosowanie w kosmetyce: Zobacz Methyl salicylate (Metylosalicylan)
Inne zastosowania: Zobacz Methyl salicylate (Metylosalicylan)

Yucca extract
Ekstrakt z juki
(z rośliny występującej w południowo-zachodnim USA)
☺☺
Funkcja: Środek pianotwórczy, dodatek roślinny
Potencjalne skutki: Uznawany za korzystny dla zdrowia
Zastosowanie w kosmetyce: Szampony, kosmetyki organiczne
Inne zastosowania: Barwienie piwa korzennego

Zinc chloride
Chlorek cynku
(rozpuszczalna sól cynkowa)
☹

Funkcja: Środek do higieny jamy ustnej
Potencjalne skutki: Toksyczny; łagodne podrażnienia skóry; kontaktowe zapalenie skóry; może być wchłaniany przez skórę; teratogenny; bardzo toksyczny dla organizmów wodnych
Zastosowanie w kosmetyce: Płyny do płukania jamy ustnej, proszki do mycia zębów
Inne zastosowania: Pestycydy

Zinc myristate

Dimirystynian cynku
(sól cynkowa kwasu mirystynowego)

😐?

Funkcja: Zmętniacz, środek regulujący lepkość
Potencjalne skutki: Toksyczny; może przyczyniać się do rozwoju trądziku; w przypadku spożycia mdłości i wymioty
Zastosowanie w kosmetyce: Podkłady do makijażu, lakiery do paznokci

Zinc oxide

Tlenek cynku
(może zawierać nanocząsteczki)

😐?

Funkcja: Zmętniacz, dodatek, barwnik
Potencjalne skutki: Pomaga chronić przed promieniowaniem UV; nieodpowiedni dla suchej skóry; toksyczny dla układu oddechowego; może powodować wykwity skórne; teratogenny; zobacz Nanoparticles (Nanocząsteczki)
Zastosowanie w kosmetyce: Zasypki dla niemowląt, antyperspiranty, kremy do golenia, galmanowe płyny kosmetyczne, kremy z filtrem UV, produkty do włosów
Inne zastosowania: Używany w medycynie jako środek antyseptyczny, ściągający i ochronny w chorobach skórnych

Zinc stearate

Distearynian cynku
(może być pochodzenia zwierzęcego)

😐?

Funkcja: Barwnik
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry i oczu; problemy z płucami i zapalenie płuc
Zastosowanie w kosmetyce: Zasypki dla niemowląt, kremy do rąk, pudry do

twarzy
Inne zastosowania: Produkcja tabletek

Zinc sulphate

Siarczan cynku
(powstaje w reakcji cynku i kwasu siarkowego)
😐?
Funkcja: Środek przeciwdrobnoustrojowy
Potencjalne skutki: Podrażnienia skóry i błon śluzowych; reakcje alergiczne; toksyczny dla układu krwionośnego
Zastosowanie w kosmetyce: Toniki do skóry, toniki do oczu, płyny po goleniu, kremy do golenia
Inne zastosowania: Produkcja kartonu

Zirconium

Cyrkon
(w USA zakazany w kosmetykach w aerozolu; na kanadyjskiej liście niezalecanych składników)
😐?
Funkcja: Rozpuszczalnik, materiał ścierający
Potencjalne skutki: Uznawany za bezpieczny w produktach, które nie są w aerozolu; toksyczny w przypadku inhalacji; toksyczny dla układu oddechowego; kontaktowe reakcje alergiczne
Zastosowanie w kosmetyce: Kremy kosmetyczne, antyperspiranty, dezodoranty
Inne zastosowania: Przygotowanie barwników

Modyfikacje genetyczne w skrócie

Modyfikacje genetyczne (GM), inaczej zwane inżynierią genetyczną, polegają na pobraniu genów od jednego gatunku i przeniesieniu ich do drugiego w celu przekazania mu pożądanej cechy. Geny (zbudowane z sekwencji kwasów nukleinowych) są biologicznymi jednostkami dziedziczenia, czyli pojedynczymi informacjami, które składają się na łańcuchy DNA i stanowią wzorce dla tysięcy białek. Z tych białek zbudowane są wszystkie organizmy żywe – od bakterii po ludzi. Najłatwiej to zrozumieć przez analogię z budową książki – pojedyncze litery (kwasy nukleinowe) składają się w słowa (geny), a te tworzą zdania (białka), z których może powstać książka (forma życia).

Modyfikacja genetyczna polega na pobraniu genów, powiedzmy od ryby arktycznej, której jedną z cech jest *niezamarzanie*, i wszczepienie ich pomidorowi, aby stał się odporny na mróz. Nienaturalny proces modyfikacji genetycznej może mieć nieprzewidywalne skutki, gdyż nie da się pokierować wszczepianiem nowych genów. Ponadto geny nie działają samodzielnie. Zachodzą między nimi skomplikowane powiązania, których jeszcze nie rozumiemy. Naukowcy nie potrafią przewidzieć skutków żadnej zmiany dokonanej w jakimkolwiek miejscu nici DNA. Tradycyjne techniki hodowli i uprawy pozwalają krzyżować wyłącznie blisko spokrewnione organizmy, co odbywa się w granicach wyznaczonych przez naturę. Pomidory można skrzyżować jedynie z innymi pomidorami, ale nie z soją, a już na pewno nie z arktyczną rybą. Świnie łączą się w pary tylko ze świniami, a nie z owcami. Przez miliony lat ewolucji geny utworzyły naturalnie dobrane grupy, aby harmonijnie ze sobą współpracowały.

W naturze nigdy nie doszłoby do skrzyżowania genów z niespokrewnionych ze sobą gatunków. Dlatego spożywając produkty modyfikacji genetycznych, **narażamy zdrowie**. Jednym z problemów jest nieprzewidywalność skutków spożycia zmodyfikowanej genetycznie żywności. Może, na przykład, wywołać uczulenie na pokarmy, które wcześniej nie wywoływały żadnej reakcji. Zdarzyło się, że soja, do której wprowadzono geny orzechów z Brazylii, spowodowała reakcje alergiczne u osób uczulonych na orzechy. Zaleca się, aby osoby mocno uczulone i podatne na zmiany środowiska unikały żywności zmodyfikowanej genetycznie. Większość genów wprowadzanych do roślin nigdy nie była składnikiem diety, więc nie wiemy, czy spowodują alergie. W 1989 roku w USA pojawiła się nowa choroba, na którą zapadło ponad 5000 osób. Jak się okazało, wywołał ją L-tryptofan stosowany jako uzupełnienie diety, a produkowany przez zmodyfikowanie genetycznie bakterie. Mimo że zawierał mniej niż 0,1 procenta silnie toksycznego składnika, zmarło 37 osób, a 1500 odniosło trwały uszczerbek na zdrowiu. Być może ofiar śmiertelnych było więcej, ale w 1991 roku Amerykańskie Centrum Kontroli Chorób zaprzestało ich liczenia.

Oceny, czy żywność modyfikowana genetycznie powoduje zagrożenia dla zdrowia, dokonuje się jedynie przez porównanie kilku znanych składników (np.

składników odżywczych, substancji toksycznych i alergenów) w odmianach modyfikowanych genetycznie i w ich zwykłych odpowiednikach. Jeśli ilości tych składników są takie same, przyjmuje się założenie, że wszystko będzie w porządku. W niektórych przypadkach przeprowadza się krótkotrwałe próby karmienia zwierząt. **Wszystkie badania są wykonywane przez same firmy biotechnologiczne lub na ich zlecenie.** Państwowe komisje dopuszczające produkty na rynek oceniają jedynie, czy przedstawiona im dokumentacja badań, mających potwierdzić bezpieczeństwo produktów, jest przekonująca. Nie wymagają żadnych testów, czy produkty są toksyczne dla ludzi lub wywołują u nich alergie. Nie domagają się też żadnych bezstronnych prób, w których wyniki badań przeprowadzonych przez firmy biotechnologiczne zostałyby zweryfikowane, a te wyniki rzadko są udostępniane naukowcom.

Profesor Joe Cummings, profesor honorowy genetyki na Uniwersytecie w Western Ontario, jest przekonany, że brak odpowiednich testów wynika z cynicznej postawy producentów. Powiedział: „Zakończone niepowodzeniem testy mogłyby zapewnić pewnego rodzaju ochronę w przypadku procesu sądowego wytoczonego przez osoby dotknięte kalectwem lub inwalidztwem wywołanym przez tę żywność. Bardzo trudno zmierzyć i ocenić większość alergii i szkodliwych efektów jedzenia dopóty, dopóki nie nastąpi katastrofa. W najlepszym wypadku może nastąpić małe, ale wymierne nasilenie choroby autoimmunologicznej i alergii wynikające ze spożycia produktów modyfikowanych genetycznie. W najgorszym wypadku dochodzi do poważnego zachorowania i trudno ustalić, które z nieodpowiednio przetestowanych i opisanych produktów je wywołały.

Międzynarodowe firmy, tworzące organizmy zmodyfikowane genetycznie, utrzymują, że ich technologie pozwolą wyżywić głodującą populację świata oraz zapewnią wyższe plony producentom, a konsumentom – żywność zdrowszą i bogatszą w składniki odżywcze. Naukowcy, rolnicy i eksperci medyczni z całego świata obalili każde z tych stwierdzeń. Natomiast badania dowodzą, że rolnictwo zrównoważone, czyli ekologiczne, zapewnia większe plony i większą wydajność produkcji rolnej, zwłaszcza w krajach rozwijających się. Poprawia też jakość gleby, zmniejsza jej erozję, zapewnia czystsze i bezpieczniejsze środowisko oraz pozwala zmniejszyć ilość stosowanych pestycydów bez wzrostu liczby szkodników. Rolnictwo ekologiczne dostarcza zdrowsze i smaczniejsze jedzenie o większych wartościach odżywczych. Potwierdzi to każdy, kto jadł truskawki wyhodowane domowymi sposobami, bez użycia sztucznych chemikaliów.

Patenty dają przemysłowi biotechnologicznemu ogromną motywację do zwiększania liczby organizmów modyfikowanych genetycznie. Patenty oznaczają pokaźne zyski, a większość z nich obowiązuje przez 17-20 lat. Obecnie istnieją zatwierdzone lub czekające na zatwierdzenie patenty na co najmniej dwieście zmodyfikowanych genetycznie zwierząt, w tym ryb, krów, myszy i świni.

Opatentowane zostały także rozmaite nasiona i rośliny, jak również nietypowe geny i linie komórkowe grup autochtonicznych.

Zmodyfikowana genetycznie żywność stale i podstępnie wkrada się do naszych sklepów począwszy od lat osiemdziesiątych XX wieku. Zmodyfikowana genetycznie soja stanowi ponad 60% całej żywności przetwarzanej na olej sojowy, mąkę sojową, lecytynę i proteiny sojowe. Zmodyfikowana genetycznie kukurydza stanowi około 50% żywności przetwarzanej na kukurydzę w puszkach, płatki kukurydziane, mąkę kukurydzianą i syrop kukurydziany. W niektórych sklepach dostępne jest puree z modyfikowanych genetycznie pomidorów, a w przetwórstwie spożywczym używa się modyfikowanych genetycznie enzymów. Dzięki przepisom państwowym z rynku zostaje wykluczonych co najmniej 95% produktów zawierających składniki zmodyfikowane genetycznie, ponieważ nie ma na nich informacji o ich pochodzeniu.

Aktualnie **najlepszym sposobem uniknięcia produktów zawierających dodatki i składniki zmodyfikowane genetycznie** jest kupowanie jedynie produktów oznaczonych jako niezmodyfikowane genetycznie (GM-free). Certyfikowane produkty organiczne i biodynamiczne także nie zawierają składników zmodyfikowanych genetycznie. Jednak nawet produkty firm, które starały się wykluczyć składniki zmodyfikowane genetycznie, okazały się skażone organizmami zmodyfikowanymi genetycznie na skutek zapylenia krzyżowego. Jeśli nie zaprzestaniemy uprawy roślin zmodyfikowanych genetycznie, produkty organiczne będą bezustannie zanieczyszczane, a z tej drogi nie będzie już odwrotu.

Jeżeli jesteś przeciwnikiem produktów modyfikowanych genetycznie, masz kilka możliwości aktywnego działania. Kupuj jedynie produkty oznaczone jako organiczne, wolne od modyfikacji genetycznych itp. Poproś miejscowy sklep, aby zaopatrywał się tylko w produkty niezmodyfikowane genetycznie. Skontaktuj się z producentami żywności, których produkty kupujesz, i jeśli używają składników zmodyfikowanych genetycznie, zażądaj zmian.

Organizmy zmodyfikowane genetycznie, raz wypuszczone do środowiska, stają się częścią ekosystemu w przeciwieństwie do innych rodzajów skażeń, które z czasem da się opanować lub zmniejszyć. Wszelkie popełnione przez nas błędy wpłyną na wszystkie przyszłe pokolenia organizmów żywych. Rządy kapitulują z powodu zysków ekonomicznych, więc **nadszedł czas, abyśmy sami działali**.

Dodatek

Bezpieczne i/lub pożyteczne składniki kosmetyków i środków higieny osobistej

Oto krótka lista niektórych bezpiecznych i/lub pożytecznych składników, na które należy zwrócić uwagę, kupując kosmetyki i środki higieny osobistej. Mądry i świadomy konsument wybiera produkty zawierające składniki organiczne (najlepiej certyfikowane) i unika tych ze zbyt wielką liczbą syntetycznych związków chemicznych, zwłaszcza oznaczonych symbolem 4 lub 5. Jeśli produkt nie jest certyfikowanym produktem organicznym, należy sprawdzić jego skład, aby upewnić się, że jego składniki nie zostały zmodyfikowane genetycznie.

Nazwa	Funkcja
Aloes zwyczajny (Aloe vera)	dodatek roślinny
D-alfa-tokoferol (witamina E)	naturalny konserwant
Ekstrakt z juki	naturalny surfaktant
Ekstrakt z nasion grapefruita	naturalny konserwant
Ekstrakt z rozmarynu	naturalny konserwant
Ekstrakt z wiciokrzewu (kapryfolium)	naturalny zapach
Guma ksantanowa (niemodyfikowana genetycznie)	naturalny emulgator
Guma Sclerotium	naturalny emulgator
Kwas askorbinowy (witamina C)	naturalny konserwant
Lecytyna (z roślin niezmodyfikowanych genetycznie)	naturalny środek utrzymujący wilgoć
Masło jojoba	naturalny środek zmiękczający
Masło Shea	naturalny środek zmiękczający
Mydlnica lekarska	naturalny surfaktant
Mydło z oleju z oliwek (castile soap)	naturalny surfaktant
Olej avocado	naturalny środek zmiękczający
Olej jojoba	naturalny emulgator
Olej konopny	dodatek roślinny
Olej z wiesiołka	dodatek roślinny
Olej z nasion dzikiej róży (Rosa canina)	naturalny środek zmiękczający
Olej z orzeszków makadamii (Macadamia ternifolia)	naturalny środek zmiękczający
Otręby z ryżu	naturalny emulgator
Palmitynian (witamina A)	naturalny konserwant
Pantenol, D-pantenol (prowitamina B5)	naturalny środek zmiękczający
Pestki pigwy pospolitej	naturalny emulgator
Stevia rebaudiana	naturalny słodzik
Szafran	naturalny barwnik

Woda różana	naturalne perfumy
Woda oczyszczona	naturalny rozpuszczalnik
Wosk candelilla	naturalny emulgator i nabłyszczacz

Słowniczek

ABSORBENT: Substancja dodawana do kosmetyków pochłaniająca wodę i/lub rozpuszczone albo tworzące drobną zawiesinę substancje rozpuszczalne w oleju.

ABSORBER UV: Substancja dodawana do kosmetyków, aby odfiltrowywała promieniowanie ultrafioletowe i chroniła skórę lub produkt przed szkodliwym działaniem tego promieniowana.

ACETYLOWANY: Związek organiczny, z którego została usunięta woda przez ogrzewanie z bezwodnikiem kwasu octowego lub chlorkiem kwasu octowego. Oba te związki chemiczne są niebezpieczne.

ALERGICZNE KONTAKTOWE ZAPALENIE SKÓRY: Wysypka na skórze wywołana bezpośrednim kontaktem z substancją, na którą skóra jest uczulona. Symptomy mogą wystąpić w terminie od siedmiu dni do wielu lat po wielokrotnym poddaniu działaniu substancji w niskim stężeniu, jak to ma miejsce w przypadku kosmetyków i środków higieny osobistej.

ALERGEN: Każda substancja wywołująca niewłaściwą odpowiedź układu immunologicznego u osób podatnych, ale u pozostałych – nie.

AMINY: Klasa związków organicznych, będących pochodnymi amoniaku.

ANTYSTATYK: Substancja zmniejszającą naładowanie elektrostatyczne przez zneutralizowanie ładunku elektrycznego na powierzchni.

BARWNIK AZOWY: Szeroka klasa barwników wyprodukowanych ze związków diazowych i fenolu. Wiele barwników azowych stosowanych w żywności podejrzewa się o właściwości kancerogenne.

BARWNIK SMOŁOWY: Barwnik, który kiedyś był produkowany ze smoły węglowej, a obecnie jest wytwarzany syntetycznie. Takie barwniki są niezwykle złożonymi związkami chemicznymi. Nie zostały dostatecznie przetestowane i często zawierają toksyczne zanieczyszczenia.

CENTRALNY UKŁAD NERWOWY: Główna sieć komunikacyjna naszego ciała.

CYTOTOKSYNA: Substancja toksyczna dla komórek.

DEPILATOR: Substancja lub środek używany do usuwania niepożądanego owłosienia.

DODATEK: Substancja dodana do kosmetyku, często w niewielkich ilościach, aby nadać mu pożądane właściwości lub je wzmocnić albo zminimalizować niepożądane cechy.

DODATEK BIOLOGICZNY: Substancja pochodząca ze źródła biologicznego, dodawana do kosmetyków w celu nadania im specyficznych właściwości.

DODATEK ROŚLINNY: Substancja pochodzenia roślinnego, dodawana do kosmetyków w celu nadania im specyficznych właściwości.

DODATKI AROMATYCZNE: Szeroka kategoria dodatków do żywności.

Istnieje ponad dwa tysiące sztucznych i naturalnych przypraw dodawanych do żywności w celu nadania im pożądanego smaku.

EDF: Skrót od ang. *Environmental Defense Fund*, czyli Fundusz Obrony Środowiska dostarcza informacji o związkach chemicznych

EGZEMA: Mokre lub suche zapalenie skóry objawiające się zaczerwienieniem, bólem, swędzeniem, łuszczeniem się, obieraniem się, pęcherzykami itp.

EMULGATOR: Substancja dodawana do żywności lub kosmetyków w celu utrwalenia mieszanek i zapewnienia ich spójności.

EPA: Skrót od ang. *Environmental Protection Agency*, czyli Agencja Ochrony Środowiska.

ESTER: Związek chemiczny powstający w reakcji kwasu z alkoholem poprzez wyeliminowanie wody.

FDA: Skrót od ang. *Food and Drug Administration*, czyli Agencja ds. Żywności i Leków. Stanowi część Publicznej Służby Zdrowia (ang. *Public Health Service*) amerykańskiego departamentu Zdrowia i Usług Społecznych (ang. *Department Health and Human Services*).

FOTOALERGIA: Zobacz *uczulenie na światło*.

FOTOTOKSYCZNOŚĆ: Reakcja na światło słoneczne lub ultrafioletowe objawiająca się zapaleniem.

GAZ NOŚNY (PROPELENT): Gaz wyrzucający zawartość pojemnika w postaci aerozolu.

GM: Skrót od ang. *Genetically Modified*, czyli zmodyfikowany genetycznie.

GMO: Skrót od ang. *Genetically Modified Organism*, czyli organizm zmodyfikowany genetycznie.

GRAS: Skrót od ang. *Generally Recognised As Safe*, czyli uważane za bezpieczne. Lista substancji dodawanych do żywności przez dłuższy czas, opracowana przez Kongres Amerykański w 1958 roku.

HERBICYD: Substancja używana do zabijania lub hamowania wzrostu niepożądanych roślin.

KANADYJSKA LISTA NIEZALECANYCH SKŁADNIKÓW: Informacje o składnikach kosmetyków, które potencjalnie mogą wywołać niekorzystne efekty lub których stosowanie zostało ograniczone bądź zakazane.

KANCEROGENNY: Związek, który jest w stanie spowodować raka.

KANCEROGENY: Substancje o działaniu rakotwórczym. IARC (ang. *International Agency for Reasearch on Cancer* – Międzynarodowa Agencja Badań nad Rakiem) i NTP (ang. *National Toxicology Program* – Narodowy Program Toksykologiczny) dzielą kancerogeny na trzy kategorie: 1 = potwierdzone działanie rakotwórcze u ludzi; 2 = prawdopodobne działanie rakotwórcze u ludzi; 3 = możliwe działanie rakotwórcze u ludzi.

KARTY CHARAKTERYSTYKI NIEBEZPIECZNYCH SUBSTANCJI CHEMICZNYCH: Dane zebrane przez producentów substancji chemicznych, zawierające informacje o szkodliwości dla zdrowia i procedury postępowania awaryjnego. Z ang. MSDS (*Material Safety Data Sheets*).

KONSERWANT: Substancja dodawana do żywności i kosmetyków w celu zapobiegania rozwojowi bakterii, grzybów i wirusów.

KONTAKTOWE ZAPALENIE SKÓRY: Zobacz *alergiczne kontaktowe zapalenie skóry*.

KSENOESTROGEN: Występujący w środowisku związek chemiczny, który działa podobnie jak estrogen i dzięki temu może imitować właściwości tego hormonu.

MATERIAŁ ŚCIERAJĄCY: Substancja dodawana do kosmetyków w celu usuwania materii z różnych powierzchni ciała lub mechanicznego wspomagania działania pasty do zębów i poprawienia połysku zębów.

MODYFIKATOR: Substancja, która nadaje farbowanym włosom określony odcień lub go stabilizuje.

MUTAGEN: Każda substancja wywołująca mutację lub trwałe zmiany w materiale genetycznym (DNA) komórek.

MUTAGENNOŚĆ: Zdolność do wywoływania mutacji. Mogą je spowodować niektóre związki chemiczne zawarte w pokarmach, pestycydy i promieniowanie radioaktywne.

NANOCZĄSTECZKI: Wszystkie cząsteczki o rozmiarze mniejszym od 100 nanometrów (nanometr jest jedną miliardową częścią metra), czyli osiemset razy mniejszą od grubości ludzkiego włosa. Mogą dostać się do strumienia krwi i przekroczyć barierę krew-mózg.

NEKROZA (OBUMARCIE): Śmierć komórki.

NIEBEZPIECZNE ŚRODKI CHEMICZNE: 1. Środki chemiczne, których działanie ma niepożądane skutki biologiczne, ostre lub chroniczne, z uwzględnieniem w rozsądnych granicach rozmiaru dawki, czasu i typu poddania działaniu środka oraz stanu fizycznego związku wymaganych do uzyskania takich skutków. 2. Środki chemiczne, dla których nie zostały opublikowane informacje o toksyczności, ale są mocno podejrzane ze względu na podobieństwo struktury chemicznej lub funkcji do znanych środków toksycznych. 3. Środki chemiczne, które są wybuchowe lub silnie reaktywne.

NIH: Skrót od ang. *National Institutes of Health*, czyli Narodowe Instytuty Zdrowia. Prowadzą rejestr niebezpiecznych związków chemicznych.

NIOSH: Skrót od ang. *National Institute of Occupational Safety and Health*, czyli Narodowy Instytut Bezpieczeństwa i Higieny Pracy. Stanowi organ badawczy OSHA (ang. *Occupational Safety and Health Administration* – Urząd ds. Bezpieczeństwa i Higieny Pracy).

NITROZOAMINA: Potencjalnie kancerogenny związek chemiczny, który powstaje w reakcji aminy ze środkiem nitrozoazotanowym lub substancjami zawierającymi azotany.

NRC: Skrót od ang. *Not recommended for children*, czyli niezalecany dzieciom.

NTP: Skrót od ang. *National Toxicology Program*, czyli Narodowy Program Toksykologiczny w USA. Gromadzi informacje o toksyczności związków chemicznych.

ODCZYNNIK: Substancja używana do wykrywania innej substancji na podstawie zmian chemicznych lub mikroskopowych.

OKSYETYLENOWANIE: Dodanie etylu (pochodzącego z gazowego etanu) i tlenu do środka odtłuszczającego, aby stał się mniej agresywny i bardziej się pienił.

POKRZYWKA: Odczyn alergiczny objawiający się występowaniem wypukłych, wypełnionych płynem bąbli na skórze lub błonie śluzowej, którym zazwyczaj towarzyszy silne swędzenie.

POTÓWKI: Ostre, swędzące schorzenie skóry objawiające się wykwitem pęcherzyków przypominających ziarna prosa.

PRODUKT POŚREDNI: Substancja chemiczna stanowiąca jeden z etapów pośrednich między jednym związkiem organicznym a drugim.

PRZECIWUTLENIACZ: Substancja dodawana do żywności lub kosmetyków, która zapobiega zmianom lub zniszczeniu produktu na skutek kontaktu z powietrzem. Przeciwutleniacz może być naturalny lub syntetyczny.

REAKCJA ALERGICZNA: Niekorzystna odpowiedź systemu immunologicznego, której warunkiem wystąpienia jest nietypowa podatność na działanie różnych czynników środowiskowych. U większości populacji czynniki te nie wywołują żadnej reakcji.

REDUKTOR: Substancja dodawana do żywności i kosmetyków w celu zmniejszenia objętości innej substancji, odtlenienia jej lub zwiększenia jej zagęszczenia.

ROZCIEŃCZALNIK: Substancja używana do rozcieńczenia lub rozpuszczenia innych składników.

ROZPUSZCZALNIK: Substancja dodawana do żywności i kosmetyków w celu rozpuszczenia lub rozproszenia innych komponentów.

RTECS: Skrót od ang. *Registry of Toxic Effects of Chemical Substances*, czyli Rejestr Toksycznych Działań Związków Chemicznych.

SKRUSZACZ: Substancja lub proces stosowany w celu zmodyfikowania struktury mięsa, aby było mniej twarde i smaczniejsze.

STABILIZATOR: Substancja dodawana do produktu w celu nadania mu określonej konsystencji i utrzymania pożądanej struktury.

STABILIZATOR EMULSJI: Substancja dodawana do kosmetyków, wspomagająca proces emulgowania, zapewniająca stabilność konsystencji i poprawiająca trwałość produktu.

SUBSTANCJA SKAŻAJĄCA (DENATURANT): Trująca lub nieprzyjemna substancja, którą dodaje się do kosmetyków zawierających alkohol, aby zniechęcić do ich spożycia. Zmienia także naturalne właściwości innych substancji.

SURFAKTANT: Środek zwilżający, który obniża napięcie powierzchniowe substancji płynnej, przez co ułatwia jej rozprzestrzeniania się i wnikanie. Surfaktanty dzielą się na cztery kategorie: anionowe, kationowe, niejonowe i amfoteryczne.

ŚRODEK BŁONOTWÓRCZY: Substancja dodawana do kosmetyków, aby po ich nałożeniu powstała ciągła błona na włosach lub paznokciach.

ŚRODEK BUFORUJĄCY: Substancja dodawana do żywności lub kosmetyków w celu nadania, utrzymania lub ustabilizowania odczynu kwasowego lub zasadowego (pH).

ŚRODEK CHELATUJĄCY: Substancja dodawana do żywności lub kosmetyków, aby reagowała z jonami metali i tworzyła z nimi związki chemiczne, które wpływają na trwałość i/lub wygląd produktu.

ŚRODEK GRZYBOBÓJCZY (FUNGICYD): Substancja używana do zabijania lub hamowania wzrostu grzybów.

ŚRODEK KLARUJĄCY: Substancja, która usuwa z płynu małe ilości zawieszonych w nim cząstek.

ŚRODEK KONTROLUJĄCY LEPKOŚĆ: Substancja dodawana do kosmetyków w celu zwiększenia lub zmniejszenia lepkości (płynności) gotowego produktu.

ŚRODEK MASKUJĄCY: Substancja dodawana do żywności i kosmetyków, aby przyłączyła się do niepożądanych metali śladowych, takich jak kadm, żelazo i miedź, które powodują psucie się produktów, przyspieszając proces ich utleniania.

ŚRODEK NITROZOAZOTANOWY: Substancja zdolna wprowadzić cząsteczki azotu i tlenu do związku chemicznego, co może spowodować utworzenie potencjalnie kancerogennych nitrozoamin.

ŚRODEK POWIERZCHNIOWO CZYNNY: Substancja, która po rozpuszczeniu się w roztworze, zmniejsza jego napięcie powierzchniowe. Środki powierzchniowo czynne dzielą się na trzy kategorie: detergenty, środki zwilżające i emulgatory.

ŚRODEK POWLEKAJĄCY: Substancja tworząca warstwę ochronną na żywności.

ŚRODEK PRZECIWDROBNOUSTROJOWY: Substancja dodawana do kosmetyków w celu zmniejszenia aktywności drobnoustrojów na skórze lub

ciele.

ŚRODEK PRZECIWKOROZYJNY: Związek chemiczny dodawany do kosmetyków w celu zapobiegania korozji opakowania lub maszyn używanych do ich produkcji.

ŚRODEK PRZECIWPIENIĄCY: Substancja dodawana do żywności lub kosmetyków zapobiegająca nadmiernemu zmydlaniu się lub pienieniu, zmniejszająca tworzenie się szumowiny lub uniemożliwiająca zagotowanie się w trakcie produkcji.

ŚRODEK PRZECIWZBRYLAJĄCY: Substancja używana w granulowanych produktach spożywczych, takich jak sól lub mąka, aby zachowały sypkość.

ŚRODEK USZTYWNIAJĄCY: Substancja poprawiająca strukturę produktów spożywczych lub kosmetyków.

ŚRODEK UTRZYMUJĄCY WILGOTNOŚĆ: Substancja używana do pochłaniania i zatrzymywania wilgoci, zabiegająca wysychaniu żywności lub kosmetyków.

ŚRODEK WIĄŻĄCY: Substancja dodawana do stałych mieszanek kosmetycznych, zapewniająca im spoistość.

ŚRODEK WYBIELAJĄCY: Substancja stosowana w celu sztucznego wybielenia mąki. Substancja dodawana do kosmetyków w celu nadania jaśniejszego odcienia włosom lub skórze.

ŚRODEK ZMIĘKCZAJĄCY: Substancja używana do zmiękczenia i łagodzenia skóry.

ŚRODEK ŻELUJĄCY: Substancja tworząca galaretkę.

TERATOGENY: Toksyczne substancje wywierające szkodliwy wpływ na rozwijający się płód. Powodują zaburzenia strukturalne i inne wady wrodzone, zmniejszenie wagi urodzeniowej, zaburzenia metaboliczne lub biologiczne oraz psychologiczne lub behawioralne, które będą się objawiać w miarę rozwoju dziecka.

TOKSYCZNOŚĆ DLA UKŁADU IMMUNOLOGICZNEGO (IMMUNOTOKSYCZNOŚĆ): Szkodliwy efekt działania systemu odpornościowego, wywołanego substancjami chemicznymi. Zakłócenie funkcji immunologicznych może prowadzić do zwiększenia częstotliwości lub stopnia nasilenia infekcji lub nowotworów, gdyż obniżona jest zdolność systemu odpornościowego do adekwatnego reagowania na czynniki chorobotwórcze. Substancje toksyczne mogą również wywoływać choroby autoimmunologiczne, w których zdrowe tkanki są atakowane przez system odpornościowy niezdolny do odróżniania własnych antygenów od obcych.

TOKSYCZNOŚĆ DLA UKŁADU KRWIONOŚNEGO I KRWIOTWÓRCZEGO: Szkodliwy wpływ substancji chemicznych na układ krwionośny lub krwiotwórczy. Czynnik toksyczny może spowodować różne

choroby, w tym podniesione ciśnienie krwi (nadciśnienie), stwardnienie tętnic (arterioskleroza), zaburzenia rytmu serca (arytmia serca) i zwolniony dopływ krwi do serca (niedokrwienie serca). Może także obniżyć pojemność tlenową czerwonych komórek krwi, zakłócić ważne procesy immunologiczne, w których biorą udział białek krwinki, oraz wywołać nowotwory.

TOKSYCZNOŚĆ DLA UKŁADU MIĘŚNIOWO-SZKIELETOWEGO: Szkodliwy wpływ substancji chemicznych na strukturę i/lub funkcjonowanie mięśni, kości i stawów. Zostało dowiedzione, że działanie substancji toksycznych, takich jak pył węglowy i kadm, powoduje niekorzystne zmiany w układzie mięśniowo-szkieletowym. Substancje toksyczne związane z miejscem pracy i środowiskiem mogą miedzy innymi wywołać artretyzm, fluorozę kośćca i demineralizację kości.

TOKSYCZNOŚĆ DLA UKŁADU MOCZOWEGO: Szkodliwy wpływ substancji chemicznych na nerki, moczowody lub pęcherz moczowy. Niektóre substancje toksyczne powodują natychmiastowe uszkodzenia nerek, natomiast inne – chroniczne zmiany, które mogą doprowadzić do krańcowej niewydolności nerek lub ich nowotworów. Konsekwencje niewydolności nerek mogą być poważne. Czasami nawet prowadzą do trwałego uszkodzenia nerek, a wówczas konieczne są dializy lub transplantacja nerek.

TOKSYCZNOŚĆ DLA UKŁADU NERWOWEGO (NEUROTOKSYCZNOŚĆ): Szkodliwy wpływ substancji chemicznych na strukturę i funkcjonowanie centralnego i/lub obwodowego układu nerwowego. Symptomami działania neurotoksyn są osłabienie mięśni, utrata czucia i kontroli motorycznej, drżenie, zmiany postrzegania oraz upośledzone funkcjonowanie autonomicznego układu nerwowego.

TOKSYCZNOŚĆ DLA UKŁADU ODDECHOWEGO: Szkodliwy wpływ substancji chemicznych na strukturę lub funkcjonowanie układu oddechowego, składającego się z nosa, gardła, tchawicy, oskrzeli i płuc. Może wywołać ostre lub chroniczne choroby płuc, w tym lokalne podrażnienia, zapalenie oskrzeli, obrzęk płuc, rozedmę płuc i nowotwory.

TOKSYCZNOŚĆ DLA UKŁADU POKARMOWEGO I WĄTROBY: Szkodliwy wpływ substancji chemicznych na strukturę i/lub funkcjonowanie przewodu pokarmowego, wątroby lub woreczka żółciowego. Wątroba często ulega uszkodzeniu przez związki chemiczne zwane hepatotoksynami (toksynami wątrobowymi), ponieważ jest głównym ośrodkiem metabolicznym organizmu.

TOKSYCZNOŚĆ DLA UKŁADU ROZRODCZEGO: Szkodliwy wpływ substancji chemicznych na męskie i żeńskie narządy rozrodcze. Objawia się zmianami w zachowaniach seksualnych, zmniejszeniem płodności lub poronieniami. Może zakłócać funkcjonowanie układu rozrodczego lub obniżać zdolności reprodukcyjne osób poddanych działaniu tych substancji od okresu dojrzewania aż do wieku dorosłego.

TOKSYCZNOŚĆ DLA UKŁADU WEWNĄTRZWYDZIELNICZEGO: Szkodliwy wpływ substancji chemicznych na strukturę i/lub funkcjonowanie układ wewnątrzwydzielniczego (dokrewnego). Układ ten obejmuje wielu organów i gruczołów wydzielających hormony bezpośrednio do krwi, w tym przysadkę mózgową, podwzgórze, tarczycę, nadnercza, trzustkę, grasicę, jajniki i jądra. Związki chemiczne toksyczne dla układu dokrewnego mogą spowodować następujące choroby: niedoczynność tarczycy, cukrzycę, hipoglikemię, choroby układu rozrodczego i nowotwory.

TOKSYCZNOŚĆ WYWOŁUJĄCA ANOMALIE ROZWOJOWE: Zobacz *teratogeny*.

TRĄDZIK KOSMETYCZNY: Trądzik spowodowany zaaplikowaniem kosmetyku na skórę.

UCZULENIE: Zwiększona odpowiedź układu immunologicznego na skutek wielokrotnego kontaktu z alergenem.

UCZULENIE NA ŚWIATŁO: Stan, w którym użycie na ciało lub połknięcie pewnych związków chemicznych powoduje problemy skórne (wysypkę, zmiany w pigmentacji, opuchliznę itd.) po wystawieniu skóry na działanie światła. Zwane także fotoalergią lub fotouczuleniem.

UTLENIACZ: Substancja dodawana do żywności i kosmetyków, zmieniająca chemiczne właściwości innej substancji przez dodanie do niej tlenu.

UWODORNIONY: Płynne oleje, stosowane do produkcji żywności i kosmetyków, są przekształcane w półpłynne tłuszcze przez dodanie wodoru pod wysokim ciśnieniem w temperaturze pokojowej. Uwodornione tłuszcze i oleje mogą zawierać kwasy tłuszczowe typu trans, które przyczyniają się do rozwoju nowotworów, chorób serca i miażdżycy.

WZMACNIACZ SMAKU I ZAPACHU: Związek chemiczny, który wzmacnia smak lub zapach żywności, nie dodając żadnego własnego smaku ani zapachu.

ZAGĘSTNIK: Substancja zwiększająca lepkość i poprawiająca konsystencję produktów spożywczych, mleczka kosmetycznego i kremów.

ZAPACH: Każda naturalna lub syntetyczna substancja nadająca zapach produktowi.

ZAPALENIE SKÓRY: Schorzenie skóry objawiające się bólem, zaczerwienieniem, rumieniem, swędzeniem oraz zmianami wysiękowymi.

ZESPÓŁ EKSPERTÓW CIR: Zespół ekspertów CIR (ang. *Cosmetic Ingredient Review* – kontrola składników kosmetyków) został założony w 1976 roku przez stowarzyszenie CFTA (ang. *Cosmetic, Toiletry and Fragrance Assosiation* – Stowarzyszenie Producentów i Dystrybutorów Kosmetyków), aby sprawdzał bezpieczeństwo składników stosowanych do produkcji kosmetyków.

ZHYDROLIZOWANY: Przekształcony w wyniku reakcji chemicznej polegającej na rozpadzie cząsteczki na dwa lub więcej mniejszych fragmentów pod

wpływem kontaktu z wodą lub parą wodną.

ZMĘTNIACZ: Substancja dodawana do szamponów lub innych przezroczystych lub półprzezroczystych kosmetyków, aby stały się nieprzepuszczalne dla światła widzialnego lub pobliskich zakresów długości promieniowania.

ZMIĘKCZACZ: Substancja dodawana w celu poprawienia elastyczności i podatności na obróbkę bez zmiany zasadniczych właściwości produktu, np. mięsa.

Bibliografia

Agency for Toxic Substances and Disease Registry (ATSDR) – Agencja ds. Substancji Toksycznych i Rejestracji Chorób

American Academy of Dermatology – Amerykańska Akademia Dermatologii

S. Antczak, G. Antczak, *Cosmectics Unmasked*, Thorsons 2001

Australian Consumers Association – Australijskie Stowarzyszenie Konsumentów

Cancer Prevention Coalition – Koalicja na Rzecz Zapobiegania Nowotworom

Center for Science in the Public Interest (CSPI) – Centrum na Rzecz Nauki w Publicznym Interesie

Commonwealth Scientific and Industrial Research Organisation (CSIRO) – Państwowa Organizacja Badań Naukowych i Przemysłowych, Australia

D. Crumpler, *Chemical Crisis*, Scribe Publications

P. Day, *Cancer – Why We're Still Dying to Know the Truth*, Credence Publications 2000

P. Day, *Health Wars*, Credence Publications 2001

Department of Food Science and Technology, Wydział Nauki i Technologii Żywności, Wielka Brytania

P. Dingle, T. Brown, *Dangerous Beauty – Cosmetics and Personal Care*, Healthy Home Solution 1999

S. S. Epstein, *Unreasonable Risk*, Environmental Toxicology 2002

Environmental Defense Fund (EDF) – Fundusz Obrony Środowiska

Environmental Protection Agency (EPA) – Agencja Ochrony Środowiska

Environmental Working Group – Grupa Robocza ds. Środowiska

Food and Drug Administration (FDA) – Agencja ds. Żywności i Leków, USA

Food Standards Agency (FSA) – Agencja ds. Standardów Żywności, Wielka Brytania

Food Standards Australia New Zealand (FSANZ) – Standardy Żywności, Australia, Nowa Zelandia

R. Cummins, B. Lilliston, *Genetically Engineered Food – A Self Defence Guide for Consumers*, wyd. 2., Marlow & Company 2004

A. Hampton, *What's in Your Cosmetics*, Organica Press

M. Hanssen, J. Marsden, *The New Additive Code Breaker*, Lothian 1991

In-Tele-Health, *Hyperhealth*, CD-ROM, Natural Health & Nutrition 2005

International Agency for Reasearch on Cancer (IARC) – Międzynarodowa Agencja Badań nad Rakiem

Joint Expert Committes on Food Additives (JECFA) – Połączonych Komitet Ekspertów FAO/WHO ds. Substancji Dodatkowych do Żywności

„Journal of the American Medical Association (JAMA)" – magazyn Amerykańskiego Towarzystwa Medycznego

„Journal of the American College of Toxicology" – magazyn Amerykańskiej Uczelni Toksykologicznej

„Lancet"

Leading Edge International Research Group

Material Safety Data Sheets (MSDS) – karty charakterystyki niebezpiecznych substancji chemicznych

National Center for Environmental Health – Krajowe Centrum Zdrowia Środowiskowego

National Food Safety Database – Krajowa Baza Danych Bezpieczeństwa Żywności

National Institutes of Health (NIH) – Narodowe Instytuty Zdrowia, USA

National Institute of Occupational Safety and Health (NIOSH) – Narodowy Instytut Bezpieczeństwa i Higieny Pracy

National Libraries of Medicine, narodowe biblioteki medyczne, USA

Natural Resources Defence Council (NRDC) – Rada Obrony Zasobów Naturalnych

National Toxicology Program (NTP) – Narodowy Program Toksykologiczny, USA

Organic Consummers Association (OCA) – Stowarzyszenie Konsumentów Żywności Organicznej

Organic Federation of Australia (OFA) – Federacja Przemysłu Organicznego Australii

Registry of Toxic Effects of Chemical Substances (RTECS) – Rejestr Toksycznych Działań Związków Chemicznych

Sax & Lewis, *Dangerous Properties of Industrial Materials*, wyd. 7.

D. Sargeant, K. Evans, *Hard to Swallow – The Truth About Food Additives*, Alive Books 1999

D. Steinman, S. S. Epstein, *The Safe Shopper's Bible*, Macmillan 1995

P. M. Taubert, *Silent Killers*, CompSafe Consultancy 201

P. M. Taubert, *Your Health and Food Additives – 2000 edition*, CompSafe Consultancy

P. M. Taubert, *Read the Label Know the Risks*, CompSafe Consultancy 2004

Total Environment Center, *A-Z of Chemicals in the Home*, wyd. 4

R. Winter, *A Consumer's Dictionary of Cosmetic Ingredient – Sixth Edition*, Three Rivers Press 2005

R. Winter, *A Consumer's Dictionary of Food Additives – Sixth Edition*, Three Rivers Press 2004