



# Làm Móng Tay

## HÓA CHẤT TRONG CÁC SẢN PHẨM LÀM MÓNG TAY CÓ THỂ XÂM NHẬP VÀO CƠ THỂ BẠN NHƯ THỂ NÀO?

### Tiếp xúc Da và Mắt

- Một số hóa chất có thể trực tiếp gây tổn hại cho làn da của bạn và/hoặc được hấp thu vào trong máu.
- Bạn có thể bị bắn hóa chất vào mắt.
- Bạn có thể vô tình chạm vào mắt với hóa chất trên tay.
- Hơi hóa chất hoặc bụi trong không khí có thể bay vào mắt bạn.

### Hô hấp

- Bạn có thể hít phải hơi hóa chất qua mũi hoặc miệng.
- Khi dũa móng, bạn có thể hít phải bụi có hại.

### Nuốt

- Nếu hóa chất (gồm cả bụi) dính trên tay bạn hoặc trong không khí, chúng có thể làm nhiễm bẩn thức ăn hoặc nước uống của bạn.

## HÓA CHẤT TRONG CÁC SẢN PHẨM LÀM MÓNG TAY CÓ THỂ ẢNH HƯỞNG ĐẾN CƠ THỂ BẠN NHƯ THỂ NÀO?

Các hóa chất khác nhau ảnh hưởng đến cơ thể bạn theo nhiều cách khác nhau, tùy thuộc vào *lượng hóa chất* trong sản phẩm, hóa chất đó *độc hại* như thế nào, *khoảng thời gian* bạn bị phơi nhiễm, và các yếu tố khác. Không phải ai cũng có cùng phản ứng với một loại hóa chất. Một số người bị ảnh hưởng sức khỏe khi họ làm việc với một sản phẩm, trong khi những người khác thì không. Các vấn đề sức khỏe có thể do hóa chất trong các sản phẩm làm móng tay gây ra bao gồm:

**Ảnh hưởng hệ thần kinh trung ương:** Đau đầu, chóng mặt, buồn nôn, uể oải, bồn chồn.

**Kích ứng mũi và họng:** Sổ mũi, rất họng, nóng, ngứa.

**Kích ứng da và viêm da:** Mẩn đỏ, ngứa, phát ban da, hoặc da khô đến nứt và bong vảy - phổ biến nhất là trên bàn tay và cánh tay.

**Bong:** Hóa chất trong một số sản phẩm làm móng tay có thể gây bong nếu chúng dính vào da hoặc mắt của bạn.

**Kích ứng mắt:** Đỏ, rát, chảy nước, ngứa.

**Kích ứng phổi:** Khó thở, thở ngắn, ho, sưng mô phổi.

**Dị ứng:** Nghẹt mũi hoặc sổ mũi, hắt hơi, hen suyễn, viêm da. Nếu bạn trở nên nhạy cảm với một loại hóa chất nào đó, bạn sẽ có phản ứng dị ứng mỗi khi sử dụng nó.

**Ung thư:** Các nghiên cứu với động vật thí nghiệm và con người đã chỉ ra rằng các hóa chất được tìm thấy trong một số sản phẩm làm móng tay có thể gây ung thư. Đây không phải là vấn đề sức khỏe phổ biến.

**Các vấn đề về sinh sản:** Các nghiên cứu với động vật thí nghiệm đã chỉ ra rằng các hóa chất được tìm thấy trong một số sản phẩm làm móng tay có thể gây ra các vấn đề về sinh sản, chẳng hạn như dị tật bẩm sinh và vô sinh. Vấn đề này không phổ biến.

### Những hóa chất độc hại nào thường được tìm thấy trong các sản phẩm làm móng tay?

#### CẢNH BÁO! TIẾP XÚC VỚI NHỮNG HÓA CHẤT SAU CÓ THỂ GÂY:

**Axeton:** Kích ứng mắt, mũi và họng. Ảnh hưởng hệ thần kinh trung ương. Kích ứng da và viêm da.

**Long não:** Kích ứng mắt, da, mũi, miệng và họng, buồn nôn, nôn mửa, tiêu chảy, đau đầu, chóng mặt.

**Dibutyl phthalate (DBP):** Buồn nôn và kích ứng mắt, da, mũi, miệng và họng. Tiếp xúc lâu dài với nồng độ cao có thể gây ra các ảnh hưởng nghiêm trọng khác.

**Ethyl axetat hoặc butyl axetat:** Kích ứng mắt, mũi và họng. Ảnh hưởng hệ thần kinh trung ương. Các vấn đề về hô hấp. Kích ứng da và viêm da.

**Ethyl cyanoacrylate:** Kích ứng mắt, niêm mạc và da.

**Ethyl methacrylate:** Kích ứng mắt, da và hệ hô hấp và gây nhạy cảm da.

**Formaldehyde (Formalin):** Kích ứng mắt, mũi, họng và phổi. Mắt chảy nước, nóng rát. Ảnh hưởng hệ thần kinh trung ương. Kích ứng da và viêm da. Các vấn đề về hô hấp (như hen suyễn, ho, và thở khò khè). Ung thư nếu sử dụng lâu dài.

**Nhóm Glycol ether (thuật ngữ chung để chỉ một nhóm các hóa chất):** Các vấn đề về sinh sản (dị tật bẩm sinh và vô sinh được tìm thấy trong các thử nghiệm trên động vật thí nghiệm). Các ảnh hưởng khác có thể có tùy thuộc vào loại hóa chất cụ thể.

**Isopropyl axetat:** Buồn ngủ, và kích ứng mắt, mũi và họng.

**Mỡ cừu:** Kích ứng da và viêm da.

**Methyl ethyl ketone (MEK):** Kích ứng mắt, mũi và họng. Ảnh hưởng hệ thần kinh trung ương.

**Ortho-phenylphenol (OPP):** Kích ứng mắt, mũi và họng. Đau bụng. Ho và/hoặc thở ngắn.

**Các hợp chất amoni bậc bốn (như: benzalkonium chloride):** Kích ứng mắt, mũi và họng. Các vấn đề về hô hấp (như hen suyễn và thở ngắn).

**Sodium hydroxide hoặc potassium hydroxide:** Kích ứng mắt, mũi, họng và phổi. Bỏng da và mắt. Kích ứng da và viêm da. Kích ứng nặng miệng, họng và dạ dày nếu nuốt phải.

**Toluene:** Kích ứng mắt, mũi và họng. Ảnh hưởng hệ thần kinh trung ương. Kích ứng da và viêm da. Các vấn đề về sinh sản, tổn thương gan và/hoặc thận.

**Xylene:** Kích ứng mắt, mũi và họng. Ảnh hưởng hệ thần kinh trung ương. Kích ứng da và viêm da. Các vấn đề về sinh sản.

Không phải tất cả các sản phẩm làm móng tay đều có chứa những hóa chất này, và một số có thể chứa các hóa chất độc hại không được liệt kê ở trên. Hãy luôn kiểm tra Tờ Dữ Liệu An Toàn (SDS) của sản phẩm để biết thêm thông tin.

### **BẠN CÓ THỂ BẢO VỆ MÌNH KHỎI CÁC NGUY HẠI CỦA HÓA CHẤT BẰNG CÁCH NÀO?**

Khi làm việc với hóa chất trong các sản phẩm làm móng tay, điều quan trọng là bạn phải thực hiện các bước để bảo vệ sức khỏe của mình.

#### **Tránh các hóa chất độc hại**

- Khi sử dụng bất kỳ sản phẩm nào, phải đọc nhãn và Tờ Dữ Liệu An Toàn để biết trong sản phẩm có gì và những ảnh hưởng đến sức khỏe của nó.
- Sử dụng các sản phẩm có chứa ít hóa chất độc hại nhất nếu có thể.
- Không sử dụng các sản phẩm có chứa formaldehyde, toluene và nhóm dibutyl phthalate.

#### **Có thói quen làm việc an toàn**

- Đậy các bình hộp chứa thật kín khi không sử dụng để sản phẩm không tràn ra ngoài hoặc bay vào không khí.
- Kiểm tra xem tất cả các bình hộp chứa hoá chất có được dán nhãn đúng với các chất chứa trong đó hay không.
- Không ăn hay uống trong khu vực làm việc vì thức ăn hoặc đồ uống có thể bị nhiễm bẩn.
- Rửa tay sau khi làm việc với hóa chất, kể cả khi bạn đã đeo găng tay.

#### **Thông gió cho phòng**

- Nếu không có hệ thống thông gió, hãy mở cửa sổ và cửa ra vào để lấy không khí trong lành từ bên ngoài.
- Sử dụng bàn làm móng có hệ thống thông gió được gắn cùng. Máy hút sẽ hút bụi và khí hơi ra khỏi khu vực hít thở của bạn.
- Không phụ thuộc vào quạt. Quạt chỉ thổi bụi và khí hơi quanh phòng chứ không loại bỏ chúng.

#### **Sử dụng thiết bị bảo hộ**

- Đeo găng tay được thiết kế để bảo vệ làn da của bạn khỏi các hóa chất đặc thù mà bạn đang sử dụng. Có nhiều loại găng tay khác nhau để bảo vệ khỏi các hóa chất khác nhau, hãy kiểm tra bao bì găng tay để chắc chắn rằng bạn đang sử dụng đúng loại găng tay cho việc bảo vệ tối đa.
- Đeo mặt nạ chống bụi được NIOSH phê chuẩn để bảo vệ bạn khỏi bụi khi dũa móng. Hãy nhớ rằng: Những mặt nạ này không bảo vệ bạn khỏi hơi hóa chất.
- Đeo kính an toàn để bảo vệ đôi mắt khỏi vụn móng.
- Đeo kính bảo hộ khi trộn hóa chất để bảo vệ đôi mắt của bạn không bị hóa chất bắn vào.

#### **Hiểu biết các quyền của bạn với tư cách người lao động**

- Người thuê lao động phải cung cấp cho người lao động các Tờ Dữ Liệu An Toàn nếu được yêu cầu.
- Người thuê lao động phải đào tạo người lao động về các nguy hại của hoá chất mà họ đang làm việc với và cách để bảo vệ bản thân khỏi các nguy hại đó.

#### **Báo cáo các vấn đề về sức khỏe cho người thuê bạn và bác sĩ**

- Hãy lên tiếng nếu bạn đang có các triệu chứng ảnh hưởng sức khỏe để người thuê bạn có thể giúp giảm bớt vấn đề và để cho các nhân viên khác cùng biết.
- Tìm kiếm lời khuyên từ bác sĩ về mức độ nghiêm trọng của các vấn đề mà bạn gặp phải và cách để xử lý chúng.
- Bạn có quyền báo cáo các nguy hại đến sức khỏe cho Cal/OSHA bằng cách nộp đơn khiếu nại.

