

Moet je je direct zorgen maken?

Nee, er is geen noodzaak om je direct zorgen te maken maar wees alert en lees de tips hiernaast goed. Wees je in ieder geval bewust van de gevolgen van fijnstof.



Meer informatie

Geïnteresseerd in meer info over fijnstof en houtrook? Bezoek dan één van de volgende sites.

houtrook



GGD/GHOR



longfonds



tip

1

VOORKOMEN

Blijf zoveel mogelijk uit de buurt van bronnen die veel fijnstof veroorzaken. Sport en speel niet langs een drukke verkeersweg. Gebruik geen houtkachel maar kies een duurzame energiebron zoals zon, wind en aardwarmte. Ditzelfde geldt ook voor open vuur in je tuin, vermijd het stoken van hout of houtskool.

2

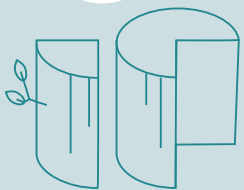
BESCHERMEN

Je weet zeker dat je blootgesteld wordt aan schadelijke stoffen als je de geur van houtrook, sigaretten of uitlaatgassen ruikt. Of als je roetaanslag op ramen, kozijnen of in de vensterbank ontdekt. Sluit ramen en roosters wanneer er veel rook binnenkomt. Ventileren en luchten van een huis is wel erg belangrijk, bijvoorbeeld om schimmel te voorkomen. Neem daarom contact op met je lokale GGD voor een advies op maat. In gesprek met jou kan bekeken worden wat voor je woning en huishouden het beste is om te doen.

Houtrook bevat net als tabaksrook vele schadelijke en kankerverwekkende stoffen

Het aantal sigaretten dat nodig is om hetzelfde uit te stoten als het verbranden van 1 kg hout in een houtkachel.

1 kilo hout =



6.500.000 sigaretten koolmonoxide

120.000 sigaretten diverse pak's

6.500 sigaretten benzeen

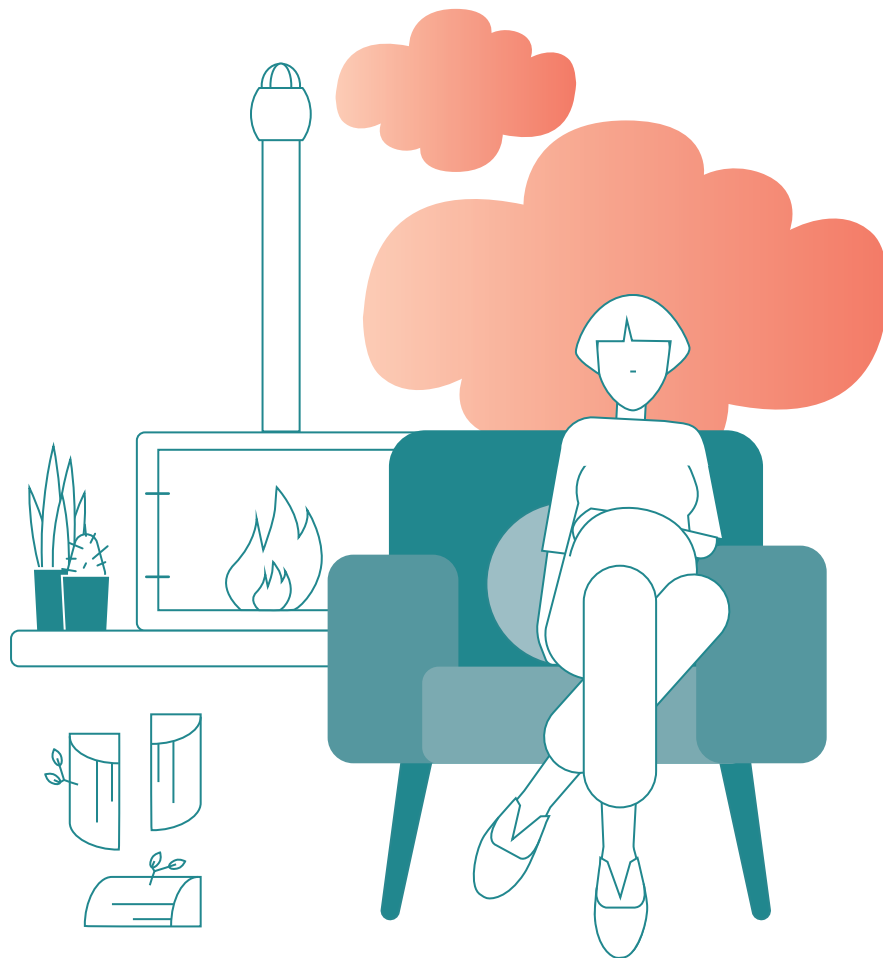
Bron: <http://woodsmoke.3sc.net/to>

houtrookvrij

giftig bij inademing, schadelijk voor de gezondheid, ook voor ongeboren kinderen

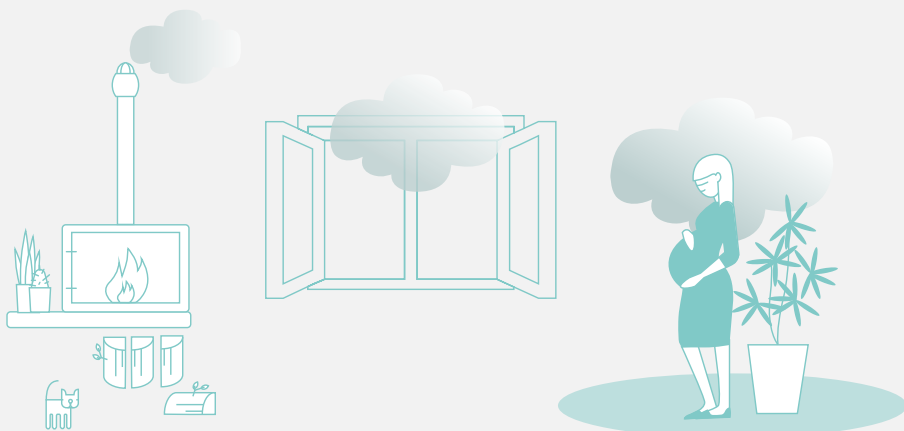
HOUTROOKVRIJ.NL

Schone gezonde lucht belangrijk voor jou en je (ongeboren) kind



houtrookvrij

Stichting HoutrookVrij ijvert voor het voorkomen van gezondheidsklachten en geurhinder door houtrook.



Waarom is schone lucht zo belangrijk voor je (ongeboren) kind?

Vervuilde lucht heeft een negatieve invloed op de ontwikkeling van de longen van een kind. Aangezien de longen zich bij kinderen voor 80% na de geboorte verder ontwikkelen, is het belangrijk dat deze niet beschadigd raken. Kinderen zijn extra gevoelig voor vervuilde lucht omdat ze er, vanwege hun snelle ademhaling simpelweg meer van binnen krijgen. En de afbraak van schadelijke stoffen is bij kinderen nog minder goed ontwikkeld.

Fijnstof

Fijnstof is een verzamelnaam voor de kleine deeltjes in onze lucht die we inademen. Fijnstof binnen en buiten ons huis worden voor een deel door onszelf veroorzaakt. Vooral fijnstof die bij verbranding vrijkomt kan gezondheidsschade veroorzaken, in het bijzonder bij (ongeboren) baby's en kinderen. Het is belangrijk om je hier bewust van te zijn, en te kijken hoe je zelf kunt zorgen dat jouw (ongeboren) kind en of baby er zo min mogelijk last van hebben.

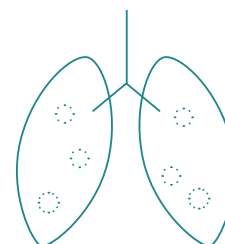
In deze folder leggen we je uit wat de gevolgen van fijnstof kunnen zijn. We geven daarnaast tips hoe je voorkomt dat jouw (ongeboren) baby en of kind onnodig veel fijnstof inademt. Met kleine aanpassingen kun je jouw (ongeboren) baby en of kind de beste start geven.

Wat kunnen de gezondheidsgevolgen zijn van te veel fijnstof in onze lucht?

Er is veel onderzoek gedaan naar fijnstof en de gevolgen op de gezondheid van (ongeboren) baby's en kinderen. Tijdens de zwangerschap kunnen schadelijke fijnstofdeeltjes via de longen in de bloedbaan van de moeder komen. Vervolgens kunnen deze deeltjes de placenta en daarmee ook het ongeboren kind bereiken.

Hierdoor kunnen bepaalde zwangerschapsproblemen zoals miskramen, vroeggeboortes, zwangerschapsvergiftiging, ondergewicht en verminderde groei van de baby ontstaan. De te vroeg en te klein geboren kinderen hebben meer kans op onderontwikkelde longen, leerproblemen en ADHD.

Soortgelijke gezondheidsproblemen komen vaker voor bij (ongeboren) baby's die leven in een omgeving met meer schadelijk fijnstof. Fijnstof afkomstig van sigaretten en houtrook is ook een belangrijke oorzaak van wiegendood en diverse longproblemen bij jonge kinderen. Het tast het immuunsysteem van je kind aan.



© 2021 Alle rechten voorbehouden - Stichting HoutrookVrij (design-frenz.nl)

Schadelijke fijnstofbronnen in Nederland. Totale uitstoot fijnstof (PM 2,5) in kilo's over het jaar 2020.

Bron: emissieregistratie.nl

4.039.500



vuurhaarden consument

3.553.600



industrie

1.406.600



wegverkeer

784.000



sigaretten

709.400



vuurwerk

626.000



landbouw

234.240



barbecue / vlees braden

18.400



vliegverkeer