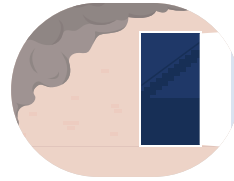




Vervuiling binnen in gebouwen

Binnen in gebouwen, is er vaak luchtvervuiling
Omwille van :



- Hormoonverstoorders,,
- En vluchtige organische stoffen.

Een hormoonverstoorder, wat is dat ?

Het is een product dat de hormonen in ons lichaam verandert.
Hormonen hebben verschillende functies.

Voorbeelden van wat hormonen kunnen veranderen :

- ons gewicht,
- ons humeur,
- onze lichaamstemperatuur,
- ...



In tapijten zitten bijvoorbeeld hormoonverstoorders.

Vluchtige Organische Stoffen, wat is dat ?

Het zijn producten die in de lucht zitten.

We kunnen ze dus inademen.

Men zegt ook VOS.

Ze zitten bijvoorbeeld in verven en lijmen.



VOS zijn :

- **irriterend.**

Dit betekent dat wanneer men regelmatig VOS inademt, dit slecht is voor het lichaam.



- **allergenen.**

Dit betekent dat je er allergisch aan kan zijn.

Allergisch zijn betekent dat het lichaam een reactie vertoont omwille van een product



- **en kankerverwekkend.**

Dit betekent dat men een kanker kan krijgen.

Formaldehyde, een voorbeeld van VOS

Dit is een VOS.

In veel woningen, zit te veel formaldehyde.

Dat is gevaarlijk want het kan een longkanker veroorzaken.

En moeilijkheden om te ademen bij kinderen.

Het is misschien ook in verband te brengen met pancreaskanker en met bloedziekten.



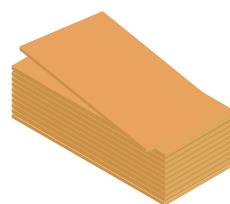
Men vindt formaldehyde in heel veel dingen :

- in houten panelen zoals spaanplaat en MDF.

In verven en solventen.

Een solvent is bijvoorbeeld white spirit.

Dat is om verfborstels uit te wassen.



- Kleding en stoffen, zoals tapijten.



- Bouwmaterialen die nu verboden zijn.

Maar die nog steeds in oude huizen zitten.



Het is goed tweedehands producten te kopen.

Dit zijn producten die al door iemand anders gebruikt zijn.

Want als een product oud is, zit er minder formaldehyde in.

En is het dus minder gevaarlijk



VOS in verven

AOmwille van verven, zitten er veel VOS in de binnenlucht van huizen.

Kies je verf dus goed.

Het is beter verf op basis van water te kiezen.

Er staat « zonder solventen » op het etiket.



Er zitten minder VOS in verf voor binnen.

In bepaalde verven, die men gebruikt om de badkamer te verven, zitten veel VOS.

Dit zijn verven die goed tegen water kunnen.

Enkele tips om minder vervuiling binnen in huis te hebben



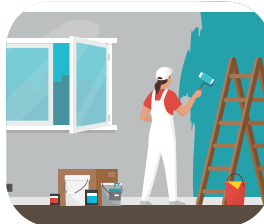
Om minder VOS binnen in huis te hebben :

1. Open de vensters 2 keer per dag gedurende 15 minuten.
2. Laat de vensters open als je werken in huis uitvoert.



Bijvoorbeeld :

- de muren schilderen,
- vloerbedekking leggen.



3. Open ook de ramen als je nieuwe meubelen koopt.

4. Het is beter tweedehands meubelen te kopen.

Dit zijn meubelen die iemand al gebruikt heeft.



Het is beter om meubelen in natuurlijk hout te hebben.

Dit is hout dat niet getransformeerd is.



Als het moeilijk is om tweedehands meubelen te kopen of in natuurlijk hout, dan kan je op het etiket kijken.

Koop dan meubelen met een van deze tekeningen :

- NAF,
- NAUF,
- ULEF,
- Categorie E1,
- Label NF milieu.



5. Voor parket is het beter een natuurlijke olie te gebruiken in plaats van een vernis.

Parket zijn houten planken voor de vloer.

Natuurlijke oliën vindt je in winkels

die ecologische producten verkopen.

Het zijn producten die de natuur respecteren.



6. Was stoffen voor ze de eerste keer te gebruiken.

Bijvoorbeeld : tapijten.



7. Draag handschoenen en een bril om je te beschermen wanneer je werken uitvoert.



8. Kies een verf zonder VOS en een verf op basis van water. Kijk op het etiket.



9. Beëindig de werken voor je in een ruimte gaat wonen. Het is goed 1 maand te wachten na de werken.

10. Voer geen werken uit wanneer je zwanger bent.

Wanneer je zwanger bent, kan je beter niet te veel VOS inademen.

Als je te veel VOS inademt, heb je meer risico om :

- een allergisch kind te hebben,
- een kind te hebben dat te vroeg geboren wordt,
- de baby te verliezen,
- een kind te hebben met een laag geboortegewicht.



11. Als je allergieën hebt, moeilijkheden om te ademen,
of hoofdpijn,
praat dan met je huisarts.

Misschien is de lucht binnen in huis niet goed.

Als de dokter het nuttig vindt, zal hij de SAMI bellen.



De SAMI is de dienst voor analyse van binnenhuismilieu.

Men zegt ook groene ambulance.

Dit zijn personen die bij je thuis komen.

Zij kijken wat vervuult en wat slecht is voor de gezondheid
in je huis.

Ze zoeken oplossingen om minder vervuiling te hebben binnen in huis.