



gepubliceerd op www.haagschecourant.nl - maandag 17-4-

?

Ramen en deuren moeten vaker open

door Taco van der Mark

Het is de ultieme wens van de doe-het-zelver: kieren en gaten dichtkitten in de woningen. Geen energieverlies, dus goed voor het milieu, nietwaar? Maar wie niet ventileert, roept ernstige gezondheidsproblemen over zich af. Naar schatting sterven jaarlijks 800 Nederlanders aan een ongezonde huisomgeving.

Er lijkt een droom uit te komen als Willem en Roelina Otter en hun twee kinderen in het najaar van 1996 hun nieuwbouwwoning in het Friese Joure betrekken. Maar al snel komt daar verandering in. Oorzaak: zoontje Daniël krijgt ernstige bronchitisklachten. Niet veel later heeft ook dochter Lianne dezelfde klachten. "Het werd zo erg dat we de kinderen de ene na de andere antibioticakuur moesten geven. Zonder ging het gewoon niet meer", zegt Roelina Otter. Ook zichzelf en haar man blijven niet gevrijwaard van klachten. "Op een gegeven moment waren we alle vier aan de inhalator. We begrepen het niet, want in onze vorige woning waren we nooit ziek. Ook onze kinderen waren kernegezond."

In beide families van Willem en Roelina Otter komt astma voor, maar allebei hadden ze voordat ze hun nieuwe woning betrokken, nooit last gehad. Als Roelina een cursus volgt bij het Groene Kruis over ventilatie gaat haar een licht op. "Vooral als ik beneden was, kreeg ik hoofdpijn. Boven, waar ik de ramen altijd open had, voelde ik me goed."

Ze pakt er de bouwtekeningen eens bij en komt tot een bizarre ontdekking. Op de tekening zijn wel ventilatieroosters getekend, maar in de woning is er niet één te bekennen. "We hebben de aannemer daarmee geconfronteerd, maar die schoof de schuld van zich af. Na het nodige getouwtrek zijn ze toch geïnstalleerd, hoewel we zelf ook nog flink hebben moeten betalen. Maar daar zijn we overheen gestapt, we wilden gewoon zo snel mogelijk goede ventilatie hebben."

Begin 2000 worden de ventilatieroosters in de woning aangebracht. Roelina Otter is maar wat blij dat ze het heeft gedaan. "Geen van ons vieren heeft nog bronchitisklachten. De inhalators hebben we weggegooid, we hebben geen hoofdpijnlachten meer en antibiotica hebben we ook niet meer nodig. Ik had nooit gedacht dat je zo ziek kunt worden van onvoldoende ventilatie. Ongelooflijk."

Geïsoleerd

Voor zelfstandig adviseur Frans de Haas van het Platform Binnenmilieu staat het verhaal van de familie Otter niet op zichzelf. Hij schetst het beeld van talloze Nederlanders die er lekker bij zitten in hun goedverwarmde en uitstekend geïsoleerde woningen. "Vergis je niet, het is prima dat we daar in de jaren zeventig in hebben geïnvesteerd. Dat heeft het energieverlies drastisch teruggebracht. Als je realiseert dat een particuliere gebruiker in de jaren zeventig 3000 kuub gas verbruikte tegenover nu nog geen duizend, zijn we wel wat opgeschoten natuurlijk. De andere kant van het verhaal is dat je wel moet ventileren. Maar er zijn zes miljoen woningen in Nederland en daarvan zijn er heel wat die nauwelijks geventileerd kunnen worden. En als de ventilatie wel

geregeld is, dan moet je natuurlijk oog hebben voor onderhoud. Wie de filters van een ventilatierooster niet regelmatig schoonmaakt, ontwikkelt een ongezond binnenmilieu in zijn huis."

En dat leidt tot gezondheidsrisico's zoals huisstofmijt en vocht in huis. Dat laatste lijkt niet ernstig maar vocht veroorzaakt giftige schimmels die op hun beurt de luchtwegen aantasten. Het meest verontrustend zijn echter de enkele honderden overlijdensgevallen per jaar die worden veroorzaakt door het edelgas radon dat in alle woningen voorkomt.

De Haas: "Radon is een radioactief gas dat vooral afkomstig is van bouwmaterialen. Beton, cement en baksteen kunnen veel radon afgeven. Vooral in zware constructies, zoals flatgebouwen, komt veel radon voor. Als je dan niet goed ventileert, loop je risico's. Want radon is de tweede oorzaak van longkanker, na het roken van sigaretten. Als je roken en radon tegen elkaar afzet, zorgt roken voor achtduizend doden per jaar en radon achthonderd. Sta daar eens bij stil: achthonderd doden per jaar. Dat is erg veel hoor."

Hoe gevaarlijk ook, toch zijn er simpele maatregelen te nemen om het radongehalte in de eigen woning te verminderen, zegt De Haas. "Huizen met veel naden en kieren tussen kozijnen en ramen raken al veel radon kwijt. Maar ook ramen en deuren open helpt flink. Ook het openzetten van deuren in je woning om flink door te luchten, het doorspuien, is een goede zaak."

Er is de overheid veel aan gelegen om de gebruiker van woningen, maar ook van kantoorgebouwen en scholen, bewust te maken hoe belangrijk het binnenmilieu is en welke gezondheidsrisico's er zijn bij een slecht binnenmilieu. De Haas is dan ook blij dat het Platform Binnenmilieu - waarin onder meer de ministeries van Vrom en VWS, het Astma Fonds, de Nederlandse Woonbond en de GGD's zijn vertegenwoordigd - het jaar 2004 tot het jaar van het binnenmilieu heeft uitgeroepen. "Het heeft toch allemaal te maken met bewustwording. Maar niet alleen bij huizenbezitters en huurders. Het zelfde geldt natuurlijk ook voor kantoren, kinderdagverblijven, scholen en ziekenhuizen. De hele doelgroep, van gebruikers tot bouwers en beheerders, moet weten dat er een relatie bestaat tussen gezondheid en je woonsituatie en wat je daar aan kunt verbeteren. Als we die doelstelling halen, ben ik al erg tevreden", zegt De Haas.

Ook mobieltjes en pc's vormen gevaar

Niet alleen het Platform Binnenmilieu maakt zich zorgen over wat er allemaal mis zou kunnen gaan in huis.

Ook Greenpeace luidt de alarmbel over gevaarlijke stoffen. Projectleider Bart van Opzeeland van de milieuorganisatie: "Er zijn veel stoffen in huis waar je iedere dag mee in aanraking komt. Denk aan computers, mobieltjes, vloerbedekking en cosmetica. Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat daaruit giftige, chemische stoffen weglekken en in het milieu terecht komen. Die stoffen verspreiden zich via de voedselketen."

Uit een onderzoek van Greenpeace blijkt dat de giftige stoffen weliswaar in het Westen worden gebruikt, maar overal ter wereld worden teruggevonden.

"Giftige stoffen zijn aangetroffen in walvissen en ijsberen en men vindt ze van de Alpen tot op de Noordpool. Uiteindelijk komt dat gif ook weer bij de mensen terecht", verklaart Van Opzeeland. Hij noemt de situatie 'schandalig'. "Juist omdat er alternatieven zijn voor die chemische stoffen. Maar we vinden ook dat er geen chemische stoffen gebruikt mogen worden waarvan we niet weten wat er precies in zit en wat de gezondheidsrisico's er van zijn. We hopen dat Nederland straks als EU-voorzitter de regelgeving kan aanscherpen."

Meer info: <http://www.greenpeace.nl>

Toetslijst met tips

Wanneer is een huis nu goed geventileerd en wanneer moet je echt actie ondernemen? Wie daar benieuwd naar is, kan aan de hand van een zogeheten Toetslijst Ventilatie zijn woning doorlopen (<http://www.gezondbinnen.nl>) Met de toetslijst in de hand kunnen tips worden opgevolgd om de situatie binnen het huis te verbeteren. "We hebben het niet over dure aanpassingen", zegt Frans de Haas van het Platform Binnenmilieu. "Denk aan het dichten van de vloer en het ventileren van kruip- en woonruimte."

Dat het binnenmilieu overigens ook woningbouwcorporaties ernst is, bewijst Vestia. Er loopt momenteel een 'pilotproject' in Den Haag en Rotterdam waar twee wooncomplexen tegen het licht worden gehouden. "Als je het hebt over het binnenmilieu dan speelt gezondheid een erg belangrijke rol. Daar zijn wij van overtuigd. Daarom zijn we bezig in Den Haag en Rotterdam woningen te checken op het gebied van vocht, ventilatie, geluid en de open geiserproblematiek. Vaak gebruiken mensen een geiser zonder te letten op ventilatie", zegt R. van Eijkeren, directeur van Vestia Den Haag Zuid-Oost. Vestia verwacht dat het onderzoek voor de zomer is afgegrond. Afhankelijk van de uitkomsten zal Vestia actie ondernemen. "Als je iets onderzoekt, dan ga je natuurlijk ook handelen."