



CO, een stille moordenaar in huis

'CO, een stille moordenaar in huis' is de slogan waarmee de Medisch Milieukundigen bij de Logo's –in samenwerking met het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie (VIG)– willen wijzen op het gevaar van vergiftiging door koolstofmonoxide (CO). In België sterven jaarlijks ongeveer 30 personen aan een CO-vergiftiging en worden enkele duizenden mensen met vergiftigingsverschijnselen in het ziekenhuis opgenomen. De meeste slachtoffers vallen tussen oktober en maart.

Liesbeth Van Peer
MMK bij Logo Mechelen & Logo Pr.A.A.M.

Wat is CO en waarom is het gevaarlijk ?



Koolstofmonoxide is een giftig gas dat vrijkomt bij een slechte verbranding van brandstoffen zoals gas, hout, mazout, kolen en petroleum. CO is een gas dat je niet ruikt, proeft of ziet. Daardoor kan het ongemerkt, als een stille moordenaar, in de woning voorkomen bij gebruik van een waterverwarmingstoestel (boiler, geiser) of een verwarmingstoestel. Alleen bij elektrische (water) verwarmingstoestellen kan géén CO ontstaan.

CO-gas vermengt zich in de lucht die we inademen, dringt in onze longen en komt zo in ons bloed terecht. Het verstoort daar het transport van de zuurstof die onze cellen nodig hebben voor hun goede werking. Het slachtoffer krijgt hoofdpijn, klaagt over duizeligheid en begint te braken. Wanneer het slachtoffer in dit stadium niet zeer snel gered wordt, kan hij of zij het bewustzijn verliezen en in een diepe coma terecht komen waardoor de dood kan intreden.

Behalve een acute koolstofmonoxidevergiftiging kunnen mensen ook een chronische vergiftiging oplopen. Chronische koolstofmonoxidevergiftiging kan leiden tot gezondheidsklachten zoals hoofdpijn, duizeligheid en concentratieverlies. Zowel door de betrokkenen als door lokale hulpverleners wordt een acute of chronische koolstofmonoxidevergiftiging vaak niet herkend. Dit is wellicht te wijten aan het feit dat koolstofmonoxide een kleurloos, reukloos en niet-irriterend gas is en dat de symptomen van een CO-vergiftiging niet specifiek zijn. Zij worden vaak toegeschreven aan een virusinfectie, aan hyperventilatie of aan depressieve klachten. Verhoogde concentraties in woon- en verblijfsruimten zijn dan ook doorgaans slechts een toevallsbevinding. In heel wat woningen bestaat er nochtans een potentieel CO-gevaar...

Hoe word je blootgesteld aan koolstofmonoxide ?

De meeste CO-intoxicaties zijn te wijten aan onvolledige verbranding van gas op de eerste plaats, en aan steenkool op de tweede plaats. Vier elementen zijn hier hierbij zeer belangrijk: de veiligheid van de apparaten, hun installatie, aanvoer van voldoende verse lucht aan de brander en de toestand van de schoorstenen. Warmwatertoestellen en geisers veroorzaken de meeste ongevallen. Ook kolenkachels, verplaatsbare verwarmingstoestellen en uitlaatgassen van voertuigen veroorzaken CO-ongevallen.

Let extra goed op bij volgende situaties

- roetafzetting op en rond het (water)verwarmingstoestel;
- huisdieren die zich vreemd gedragen;
- gele vlammen in het verwarmingstoestel;
- een abnormale hoge vochtigheid en damp in de woning;
- wanneer in de woning verschillende mensen tegelijk zich minder goed voelen;

- wanneer de bewoners altijd bij dezelfde handeling bovenstaande gezondheidsklachten hebben (bijvoorbeeld bij het nemen van een douche of bad of tijdens de afwas);
- wanneer die klachten verminderen wanneer de bewoners frisse lucht inademen of naar buiten gaan.

Preventieve tips die je kan meegeven aan bewoners

- zorg altijd voor voldoende frisse lucht in de ruimte waar een (water)verbrandingstoestel staat;
- zorg voor een goede afvoer van de verbrandingsgassen. De afvoerbuus moet goed aangesloten zijn. De schoorsteen moet proper zijn en hoog genoeg boven de dakrand uitsteken. Een goede schoorsteen heeft geen scheuren en barsten en is zo recht mogelijk.
- zorg voor een veilig, goedwerkend (water)verwarmingstoestel; laat het toestel regelmatig controleren en herstellen door een vakman;
- laat de kachel in het begin goed doorbranden zodat de schoorsteen droogt en beter trekt;
- let op bij windstil of mistig weer ! Het risico op CO is dan groter, extra verluchting is dus noodzakelijk ! Kijk hiervoor ook naar het weerbericht.

Visie... en actie !

Doordat de omvang van koolstofmonoxidevergiftiging nog onvoldoende in kaart is gebracht, krijgt de aanpak van het probleem in veel gemeenten nog (te) weinig aandacht en werd hierrond in het verleden slechts sporadisch actief beleid gevoerd. Hierbij speelt ook een rol dat bij de aanpak van het probleem verschillende beleidsterreinen betrokken zijn. Samenwerking en afstemming van taken tussen de verschillende lokale diensten en organisaties zijn dan ook noodzakelijk. De Medisch Milieukundigen (MMK's) bij de Logo's kunnen het probleem mee onder de aandacht brengen en waar nodig de afstemming van taken helpen coördineren.



Een **artikel** in het gemeentelijk informatieblad of het verspreiden van [de brochure 'CO, een stille moordenaar in huis'](#) via huisartsen, preventieambtenaren, brandweerkorpsen, seniorenraden of OCMW's kan bijvoorbeeld al bijdragen aan een beter bewustzijn en een verhoogde alertheid voor de risico's van koolstofmonoxide. Ideaal is dat er binnen de gemeente ook een breed draagvlak wordt gecreëerd voor het thema 'CO' of 'gezond wonen' in het algemeen. Een **gemeentelijk platform** met alle betrokken actoren (brandweer, huisvestingsdienst, samenlevingsopbouw, OCMW, ...) kan hierbij interessante informatie opleveren. Denk bijvoorbeeld aan het maken van een inventaris van de bestaande acties rond CO of het afstemmen van het engagement van de verschillende actoren. De Medisch Milieukundigen bij de Logo's begeleiden je graag bij het faciliteren en organiseren van een dergelijk overlegplatform.

Ben je geïnteresseerd om zélf **vorming** te geven of te organiseren in jouw gemeente of buurt ? Naar aanleiding van het nieuwe vormingspakket 'Preventie en eerste hulp bij CO-vergiftiging' werden dit najaar vier vormingsmomenten georganiseerd voor Eerste hulpverleners van het Rode kruis Vlaanderen en geïnteresseerde lokale actoren. Deze 'train-de-trainer' opleidingen en het bijhorende vormingspakket waren het resultaat van een samenwerkingsverband tussen het Rode Kruis Vlaanderen, het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie (VIG), de Medisch Milieukundigen bij de Logo's en tal van andere partnerorganisaties. Op 30 oktober 2008 werden tijdens een persmoment de eerste resultaten van deze samenwerking voorgesteld. Meer info vind je [hier](#).

De recent opgeleide lesgevers zullen in de toekomst –op aanvraag– lokale vormingen geven. Tijdens zo'n vorming kom je alles te weten over de preventie van CO-vergiftiging. Wat is CO, hoe ontstaat CO en hoe komt het in je lichaam terecht ? Wat zijn de verschillende oorzaken van een CO-vergiftiging en hoe kan je een CO-vergiftiging herkennen ?

Meer info nodig ?

Neem een kijkje op www.koolstofmonoxide.be of neem contact op met de Medisch Milieukundige van jouw regio (www.mmk.be/regionaal).

Nieuwsbrief

- [Inhoud](#)

- [Koolstofmonoxide](#)
- [Niet-ioniserende straling](#)
- [Astma en Allergie](#)
- [DDE-faseplan](#)
- [Veldwerk HBM](#)
- [Een nieuwe affiche HBM](#)

- [Nieuwsbrief](#)
- [Archief](#)
- [De Sneeuwbal](#)
- [Inschrijven](#)
- [Auteursrichtlijnen](#)
- [Redactie](#)

© Copyright 2007 Steunpunt Milieu en Gezondheid