

Rook en gezondheid

Veel mensen denken dat rook van een brand bij een chemisch bedrijf gevaarlijker is dan rook van een gewone- of natuurbrand. Dit verschil is echter klein. Schone rook bestaat niet, elke rookwolk bevat stoffen die schadelijk kunnen zijn voor de gezondheid. Blijf daarom uit de rook! Rook is altijd ongezond.

Rook

Rook is een verzameling van kleine deeltjes die in de lucht zweven en afkomstig zijn van verbranding. Rook bestaat zowel uit fijne vaste deeltjes (roet) als uit een zichtbaar mengsel van gassen en dampen. De kans dat schadelijke stofdeeltjes vrijkomen bij een brand met chemische stoffen is weliswaar groter, maar zelfs bij bosbranden komen schadelijke stoffen (zoals dioxinen) vrij.

Onder roet verstaan we vaste deeltjes die ontstaan bij een brand. Roet kan uit veel verschillende componenten bestaan, dit is onder andere afhankelijk van het type brandmateriaal.

Gezondheidseffecten

Bij inademen van rook kunt u last krijgen van geprikkelde ogen, neus en luchtwegen. De gezondheidseffecten hangen vooral af van hoeveel rook u inademt en hoe lang dat duurt. Hoe meer rook u heeft ingeademd, hoe sneller uw lichaam reageert en hoe langer de klachten kunnen aanhouden. Meestal verdwijnen de klachten echter op korte termijn. Blijven de gezondheidsklachten na beëindiging van de blootstelling aanhouden, neem dan contact op met uw huisarts.

Roetdeeltjes kunnen neerslaan in uw omgeving, wat gezondheidsrisico's kan vormen. U kunt roetstoffen binnenkrijgen door handmondgedrag (vooral bij kinderen) of via groenten uit eigen tuin. Grote hoeveelheden ingeslikt roet kunnen op lange termijn schadelijk zijn. Bij branden waar veel dioxinen zijn vrijgekomen, wordt gras of hooi soms vernietigd om zo besmetting van vee te voorkomen.

Risicogroepen

Kinderen en mensen met luchtwegklachten lopen groter risico op gezondheidsklachten bij blootstelling aan rook. Doordat kinderen relatief een groter longoppervlak hebben, ademen ze in verhouding meer rook in dan volwassenen. Daarnaast kunnen kinderen eerder in aanraking komen met roetdeeltjes, omdat ze eerder zand in de mond krijgen via hand-mond gedrag. Voor astma- en COPD-patiënten is het risico groter, omdat rook sneller zorgt voor luchtwegklachten.



Wat moet ik doen?

Blijf uit de rook! Rook is altijd ongezond.

- Ga nooit kijken bij een brand.
- Zoek een plek op waar u geen last heeft van de rook of ga op voldoende afstand staan waar de rook van u afwaait. Kunt u niet uit de rook blijven, spant u zich dan zo min mogelijk in. Bij inspanning ademt u meer lucht in en dus ook meer rook.
- Waarschuw mensen in uw omgeving om ook uit de rook te blijven.
- Komt de rook bij uw huis, ga dan naar binnen en sluit ramen en deuren en schakel mechanische ventilatie uit.

Is de rook weg.

- Zet ramen en deuren weer open.
- Lucht uw woning na afloop van de brand extra indien de brandlucht blijft hangen.
- Heeft u in de rook gestaan? Was dan uw kleding, zo verwijdert u de brandlucht en roetdeeltjes.

Voorkom dat u neergeslagen roet binnen krijgt:

- Vermijd contact met roetdeeltjes. Was na aanraking uw handen met water en zeep.
- Voorkom dat u roet naar binnen loopt in uw woning: reinig vieze schoenen en spoel tuinpaden schoon met veel water.
- Eet geen gewassen met zichtbare roetdeeltjes erop. Wacht adviezen af over het al dan niet veilig eten van gewassen die in de rook hebben gestaan.
- Maak tuinmeubels, speeltoestellen, auto's, kozijnen etc. schoon met een sopje. Bij voorkeur met handschoenen of was uw handen na het schoonmaken.
- Houd honden bij uitlaten zoveel mogelijk weg van roetdeeltjes, was uw huisdier na mogelijk contact met roet.

Luister bij calamiteiten naar de actuele adviezen van de hulpdiensten

Meer informatie

Heeft u nog vragen over rook, roet en uw gezondheid, neem dan contact op met het Team Milieu, Hygiëne en Gezondheid van de GGD Hollands Midden, 088 308 3381 of mhg@ggdhm.nl.

