### Gezond binnen, ook in de winter: Verwarming

Wanneer de temperaturen dalen maar de energieprijzen niet goedkoop zijn, zoeken mensen hoe ze hun huis betaalbaar kunnen verwarmen. Houtstook, petroleumkachels of soms zelfs ruimtes niet verwarmen, kunnen dan opties lijken. Maar deze keuzes brengen risico's met zich mee, niet alleen voor de binnenluchtkwaliteit, maar ook voor de gezondheid. Denk hierbij aan de vorming van schimmels of een CO-vergiftiging.

**Houtstook**

Het stoken van hout kan voor sommige mensen een goedkoper alternatief zijn voor verwarming, terwijl anderen het graag doen vanwege de gezellige sfeer in huis. Toch heeft houtstook ook een keerzijde: de rook die vrijkomt is ongezond en kan ook overlast veroorzaken voor de buren. Door het gebruik van houtstook te beperken, draag je bij aan de gezondheid van iedereen om je heen. Hier zijn enkele tips om verstandig met houtstook om te gaan:

* Gebruik droog en zuiver brandhout
* Stook dan niet bij mistig en/of windstil weer
* Steek het vuur van boven af aan

Meer info rond houtstook en gezondheid vind je op de website van de Vlaamse milieumaatschappij.

**Petroleumkachels**

Petroleumkachels zijn kachels die petroleum als brandstof gebruiken. De verbrandingsproducten komen vrij in de ruimte waar ze staan. Als deze ruimte niet voldoende wordt geventileerd of het toestel niet goed werkt, kun je de verbrandingsgassen zoals koolstofmonoxide inademen. Het gebruik van dergelijke verplaatsbare verwarmingstoestellen op gas of petroleum wordt daarom afgeraden. Mocht je toch met deze kachels te maken hebben:

* Gebruik ze enkel om een grote koude te verjagen en niet als verwarmingstoestel.
* Gebruik ze niet continu: max 10 min per half uur.
* Gebruik ze nooit in kleine ruimtes zoals een caravan of een boot.
* Zorg tijdens het gebruik voor voldoende aanvoer van verse lucht.
* Pas op voor brand(wonden) aangezien deze toestellen heel erg warm kunnen worden.

**CO-gevaar**

Koolmonoxide (CO) is een dodelijk gas dat ontstaat bij de onvolledige verbranding van fossiele brandstoffen door een gebrek aan zuurstof. CO komt vrij bij de verbranding van elke brandstof op basis van koolstof, zoals hout, kolen, olie, gas en petroleum. Elk verbrandingstoestel kan CO vrijgeven, zoals een geiser, haard, barbecue, auto-uitlaat of kookvuur. Laat daarom regelmatig je verwarmings- en warmwatertoestellen controleren door een erkend vakman.

Meer info rond CO vind je [op de website van het antigifcentrum](http://www.antigifcentrum.be/koolstofmonoxide).



Laat de temperatuur nooit onder de 15°C zakken want dan neemt de kans op schimmelproblemen door condensatie toe!

**Meer informatie over gezond binnen?** [www.gezondbinnen.be](http://www.gezondbinnen.be)