

Nieuwsbrief 3xG maart 2016

Beste ouders,

Op 4 februari presenteerden wij de resultaten van de eerste geboortecohorte van 301 moeders en kinderen. Dat gebeurde op een infoavond in Retie. Een 40-tal mensen: deelnemende ouders, NIRAS en de partnerschappen MONA en STORA, maar ook geïnteresseerde inwoners van Dessel, Mol en Retie, tekenden present. Waarvoor dank! Kristel Pelckmans, schepen van Retie, heette iedereen welkom en Nathalie Lambrechts van VITO lichtte de resultaten gedetailleerd toe. Nadien was er ruimte voor vragen uit het publiek. Uit de evaluatieformulieren blijkt dat aanwezigen vooral de dalende trend in de concentratie zware metalen onthouden als boodschap. Bijna iedereen geeft aan dat de 3xG studie nuttig is en een meerwaarde vormt voor de regio. Een van de aanwezigen noteerde: *“Door dit soort studies worden mensen zich meer bewust dat levensstijl en leefomgeving een invloed kunnen hebben op uzelf, uw kinderen en zelfs de daarop volgende generatie!”* Dat vinden wij mooi gezegd!

Een reportage over de voorstelling van de resultaten is te vinden op <http://www.digicat.be/community/video/index?id=13736&catid=5>

In deze nieuwsbrief willen we nog even terugblikken naar enkele belangrijke resultaten van die avond. Veel leesplezier!



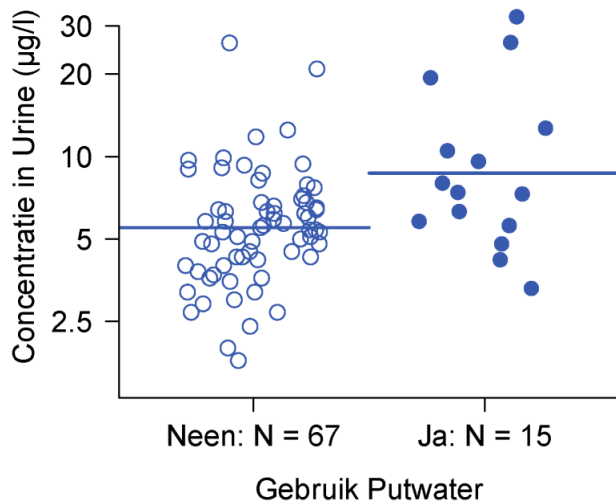
3xG in cijfers: Dalende trend zware metalen in metalen in het lichaam. Verband tussen putwater en arseen?

Door de historische vervuiling komen zware metalen meer voor in de Kempen dan in de rest van Vlaanderen. Uit eerdere studies bleek dat de inwoners ook hogere gehalten in hun lichaam hadden van deze toxische stoffen. Omdat vooral jonge kinderen heel gevoelig zijn aan de effecten van zware metalen en omdat ze een hoger risico hebben op blootstelling door veelvuldig hand-mond contact met hun omgeving, heeft het 3xG-team zich hierover gebogen.

Zoals bericht dalen de meeste stoffen in het lichaam jaar na jaar. We zien in de studie ook dat bepaalde gewoonten verband houden met de blootstelling aan deze stoffen. Zo hebben moeders die aangeven putwater te gebruiken bij de bereiding van het eten (blauwe stippen in de figuur), gemiddeld een hoger arseen-gehalte in hun urine dan moeders die geen putwater gebruiken (wit). We zien dit verband niet in het navelstrengbloed van de baby's. Van de 301 deelnemers



hebben er 179 de vraag over putwater ingevuld. Omdat we dit enkel verder kunnen uitzoeken als we gegevens van alle deelnemers hebben, ontvangen jullie hierover binnenkort een vragenlijst.



Stress tijdens de zwangerschap

Zoals we jullie in december al vertelden kan de omgeving van een zwangere vrouw een impact hebben op de gezondheid van het kind. Die impact kan uit het milieu komen maar ook andere factoren zoals stress tijdens de zwangerschap kunnen een effect hebben op het geboortegewicht en zelfs op de ontwikkeling van chronische ziekten zoals astma en diabetes. Door stress komen hormonen zoals cortisol vrij in het lichaam van de zwangere vrouw. Deze kunnen door de placenta bij het kindje terechtkomen. In 3xG stellen we ook vast dat moeders die stress ervaren in de 2^e helft van de zwangerschap gemiddeld een lichtere baby kregen.

Wist je dat?

Zoals aangekondigd in de nieuwsbrief van december 2015 gaan we in 2016 werken rond luchtvervuiling. Aangezien we gemiddeld 85% van de tijd binnenshuis doorbrengen, waarvan 70% in de eigen woning, is ook de kwaliteit van het binnenhuismilieu heel belangrijk voor de gezondheid. De samenstelling van de lucht in huis is onder meer afhankelijk van de kwaliteit van het gebouw waarin je woont, de inrichting en uiteraard ook van leefstijlfactoren zoals roken of het hebben van huisdieren. Binnenkort ontvangen jullie daarom van ons een uitgebreide vragenlijst om de kwaliteit van jullie binnenhuismilieu gedetailleerd in te schatten. Meer informatie over dit thema volgt in de volgende nieuwsbrief!

In het nieuws

Ook in Vlaanderen hebben pasgeborenen en 50-plussers hebben nu lagere gehalten van een aantal vervuilende stoffen in hun lichaam dan 10 jaar geleden. Dat blijkt uit onderzoek van het Steunpunt Milieu en Gezondheid, waarvan het 3xG team deel uitmaakt. In 2013 en 2014 onderzocht het Steunpunt de aanwezigheid van vervuilende stoffen en de vroegtijdige gezondheidseffecten van deze stoffen in het navelstrengbloed van 281 pasgeborenen en in bloed- en urinestalen van 209 oudere volwassenen. Dit onderzoek maakt deel uit van een grootschalige meetcampagne (humane biomonitoring), waar eerder ook jongeren aan deelnamen. Bij de gedaalde gehalten aan milieuvervuilende stoffen, kunnen nog steeds effecten op de gezondheid worden waargenomen. Een verdere daling van de blootstelling kan nog meer gezondheidswinst opleveren. Lees meer: <http://www.milieu-en-gezondheid.be/>



Enkele Tips

Naast kennis over schadelijke effecten van milieu en levensstijl op de gezondheid, geven we jullie enkele tips om blootstelling te beperken.

1) Vermijd stof in huis

Zware metalen hechten zich vast aan stof. Daardoor vormt stof in huis een niet te onderschatten bron van zware metalen.

- Neem stof zoveel mogelijk af met een vochtige doek en reinig de vloer met een natte dweil in plaats van met een stofzuiger.
- Was regelmatig de speeltjes van je kinderen .

2) Vermijd direct contact met de bodem

Zoals we al vermeldden, komen zware metalen ook voor in de bodem.

- Laat je kinderen niet spelen op een stoffige ondergrond of op onbegroeide grond, maar wel op begroeide terreinen of grasvelden.
- Spoel verharde oppervlakken waarop kinderen spelen, zoals het terras of de stoep, geregeld af met leidingwater.
- Gebruik enkel leidingwater om kinder- en zwembadjes te vullen.

1) Eet geen ongewassen groenten

Zware metalen kunnen worden opgenomen door planten en dieren en zo op ons bord terechtkomen.

- Gebruik geen grondwater om groenten te besproeien of te wassen.
- Was de groenten zeer grondig met leidingwater.

Vind hier meer tips en afbeeldingen: <http://www.vlaanderen.be/nl/publicaties/detail/speel-op-veilig>

