

SCHIMMEL



IDENTITEITSKAART

Schimmels zijn microscopisch kleine zwammen die op organisch materiaal zoals gewassen, bladeren, kruiden en hout groeien. Dat betekent dat ze zich dus ook kunnen ontwikkelen op heel wat materiaal dat in onze woning aanwezig is, waaronder materiaal dat cellulose bevat, papier, leer, of ook op voedingsmiddelen zoals vruchten, kaas of brood.

Die onooglijk kleine schimmels planten zich voort door sporen te verspreiden die we nog het best kunnen vergelijken met zaadjes die worden verspreid in de lucht die wij inademen. Die sporen kunnen uiteenlopende kleuren hebben (wit, zwart, groen,...). Tijdens hun groei produceren bepaalde schimmels ook vluchtige organische stoffen. Sommige daarvan zijn verantwoordelijk voor de karakteristieke mufte geur of aardegeur die we bij het betreden van een vochtige ruimte waarnemen.

De sporen die door de buitenlucht worden meegevoerd, dringen via ramen en deuren de woning binnen of kunnen ook met kleding of via de schoenen door de bewoners zelf worden binnengebracht. Die sporen kunnen onder meer afkomstig zijn van schimmels, waarvan een aantal seizoensgebonden zijn. Van dergelijke schimmels bestaan er vele honderden soorten.

Andere schimmels daarentegen kunnen zich heel goed in de woning ontwikkelen op voorwaarde dat het er voldoende vochtig is en ze een ideaal substraat aantreffen. Schimmels wijzen op een vochtprobleem dat moet worden aangepakt. Ze vergen een dringende oplossing omdat ze een gevaar vormen voor de gezondheid van de bewoners.



BRONNEN VAN BLOOTSTELLING

Iedereen wordt voortdurend blootgesteld aan schimmels, omdat die nu eenmaal in de natuur voorkomen. Vanaf de lente tot aan het einde van de zomer neemt het aantal sporen van heel wat schimmels gestaag toe. Twee schimmelsoorten vormen echte uitschieters: *Cladosporium herbarum* en *Alternaria alternata*. Andere daarentegen zijn permanent in het buitenmilieu aanwezig, zoals *Penicillium* dat bovendien ook geen seizoenspieken kent. Heel wat van die schimmelsporen dringen de woning binnen en nestelen zich in stof.

EN BINNEN?

De buitenlucht vormt een indrukwekkend reservoir van natuurlijke schimmelsporen of van schimmelsporen die een gevolg zijn van menselijke activiteit. De buitenlucht die onze woningen binnendringt, vormt de eerste bron van schimmelcontaminatie.

In combinatie met vocht kunnen sommige schimmels zich tegen een duizelingwekkend tempo vermenigvuldigen. Wie vocht zegt, denkt doorgaans ook aan problemen die met de dichtheid van het gebouw samenhangen. Schenk in ieder geval aandacht aan vocht in het interieur dat een gevolg is van douchen, koken, het drogen van wasgoed of gewoon aan het vocht dat in onze eigen uitgedamde lucht zit. Het is precies dat vocht dat aanvankelijk in de vorm van waterdamp op onvoldoende geïsoleerde en daarom iets te koude oppervlakken kan neerslaan. Gipsplaten, raamwerk, meubelen, zetels, kleding en matrassen zijn prima haarden voor schimmelvorming.



DE GEZONDHEIDSEFFECTEN

Grootschalige en langdurige blootstelling aan schimmelvorming is dan wel niet geheel vrij van gezondheidsrisico's, vergeet niet dat schimmels ook bijzonder nuttig kunnen zijn. Ze spelen een rol bij de ontbinding van plantaardig materiaal, helpen bij de productie van humus en worden daarom ook gebruikt als hulpmiddel bij het composteren.

Neemt de blootstelling echter buitensporige proporties aan, dan kunnen er zich gezondheidsproblemen en meer bepaald allergieën voordoen.

GECONTAMINEERDE WONING EN GEVOLGEN VOOR DE GEZONDHEID?

De grootste effecten van schimmel zijn ontegensprekelijk de sporen die zich in de woning ontwikkelen omdat we hieraan veelvuldig worden blootgesteld. Tal van wetenschappers wijzen op een significante correlatie tussen een herhaalde blootstelling aan schimmel enerzijds en gezondheidsproblemen, vooral dan ter hoogte van de luchtwegen, anderzijds. Neusverkoudheden, irritatie van de ogen, de neus en de keel, herhaaldelijke hoestbuien, benauwdheid, astmatische symptomen en allergische reacties zijn de voornaamste aandoeningen die we vaststellen bij mensen die aan schimmels worden blootgesteld.

Jonge kinderen en zwakke personen zoals astmapatiënten behoren tot de meest kwetsbare categorie. Wanneer dergelijke gezondheidsproblemen zich voordoen moet de woning nauwgezet worden gecontroleerd op de aanwezigheid van schimmel. *Cladosporium sphaerospermum* en *Aspergillus versicolor* zijn de twee soorten schimmels die zich het vaakst in vochtige woningen ophouden. *Stachybotrys chartarum* is eveneens een te duchten vijand die voor sommige zuigelingen zelfs levensbedreigende risico's kan inhouden.



PREVENTIE EN REMEDIËRING

- Door de woning goed te onderhouden en de bovenzijde van de meubelen met een vochtige doek schoon te houden, vermijdt u dat stof, waarin sporen afkomstig van buiten zich nestelen, zich kan opstapelen.
- Om te vermijden dat er condensatievocht wordt gevormd en dat er zich in vochtige ruimtes (keuken, badkamer) schimmel zou gaan vormen, doet u er goed aan tijdens en na de activiteiten waarbij waterdamp ontstaat, goed te verluchten. Controleer dat de luchtafvoer in de badkamer en de toiletten goed functioneert.
- Droog wasgoed in de mate van het mogelijke buiten of in een goed verluchte plaats en handhaaf een temperatuur tussen 18 en 22°C.
- Controleer de luchtvochtigheid met een vochtmeter (idealiter tussen 40 en 70%). Bij een te hoge luchtvochtigheid moet u verluchten, meer verwarmen of de oorzaak van het vocht opsporen.
- Maak de koelkast regelmatig schoon, vooral het bakje waarin het water wordt opgevangen.
- Inspecteer de ruimte onder de gootsteen in de keuken en de badkamer en spoor producten op die lange tijd in bergruimtes of in de kelder worden bewaard.
- Van zodra de eerste schimmelsporen of -vlekken zichtbaar zijn, verwijdert u deze met behulp van afwasmiddel. In het geval u gips moet behandelen, gebruikt u een beetje natriumbicarbonaat. Maak schoon wanneer er geen personen met een zwakke gezondheid of kinderen in de buurt zijn. Ga in ieder geval op zoek naar de oorzaak en pak die aan. Bij sterk verspreide schimmel (> 3 m²) moet u de hulp van een professional inroepen.
- Werp voorwerpen (kussens, tapijt, kleding, kartonnen dozen, enz.) die muffe ruiken of door schimmel zijn aangetast weg. Zelfs dode en uitgedroogde sporen blijven irritatie en allergische reacties uitlokken.
- Links: www.indoorpol.be - www.airallergy.be.