

Weet wat je ademt

CO2 is de sluipmoordenaar

Koolstofdioxide (CO₂) is een van de meest overvloedige gassen in de atmosfeer. Koolstofdioxide is essentieel voor de inwendige ademhaling in het menselijk lichaam. De inwendige ademhaling is een proces waarbij zuurstof naar en koolstofdioxide door lichaamswefsels wordt getransporteerd. Koolstofdioxide regelt de pH van het bloed, welke essentieel is om te overleven. Het buffersysteem waarin koolstofdioxide een rol speelt wordt de carbonaatbuffer genoemd.

Afgezien van het feit dat koolstofdioxide een essentiële buffer vormt in het menselijk lichaam, heeft het ook negatieve effecten op de gezondheid van (dementerende) mensen als de concentratie boven een bepaalde grens komt. Onderzoek van het RIVM heeft uitgewezen dat de buitenlucht tussen de 400 en 420 ppm (parts per million) koolstofdioxide bevat.

Mantelzorger Pieter de Boer adviseert om het koolstofdioxide gehalte binnenshuis rond de 600 en 1000 ppm te reguleren, omdat dit gezond is voor onze hersenen. De wettelijke norm van het koolstofdioxide gehalte is vastgesteld op 1000 ppm (BBA Binnenmilieu BV).

Onderzoek heeft uitgewezen dat een koolstofdioxide gehalte vanaf 800 ppm veelal voor problemen veroorzaakt bij mensen met dementie (Praktische handeling bij dementie). Een kleine greep van de problemen die ontstaan zijn; sufheid, hoofdpijn, paniekaanvallen, angstaanvallen, knarsetanden. Ook slaap en snurk problemen kunnen grotendeels door een te hoge koolstofdioxide gehalte worden toegeschreven. Door al deze problemen heeft koolstofdioxide ook wel de bijnaam 'sluipmoordenaar' gekregen.



Foto – De Wöhler CO₂ meter in actie bij Riethorst Stroomland in Waspik.

European Communication Projects BV
loop van den Endeplein 1
1216 WJ HILVERSUM
T. 035-6777577 F. 035-6777588
W. www.memomoto.nl
E. support@memomoto.nl
Brian Nonkes - Content Manager
Mark Janssen - General Manager