

PFAS

PER- EN POLYFLUORALKYLVERBINDINGEN



WAT ZIJN PFAS?

PFAS IS EEN VERZAMELNAAM VOOR CHEMISCHE STOFFEN OP BASIS VAN EEN KOOLSTOFKETEN EN FLUORVERBINDINGEN. PFAS WORDEN ALTIJD GEMAAKT DOOR DE MENS.



WAAR KOMEN ZE VANDAAN?

PFAS WORDEN GEBRUIKT OM VERSCHILLENDE MATERIALEN WATERAFSTOTEND, VETAFSTOTEND OF VUILAFSTOTEND TE MAKEN. DAAROM WORDEN ZE GEBRUIKT IN INDUSTRIËLE TOEPASSINGEN EN IN CONSUMENTENPRODUCTEN WAAR WE DAGELIJKS MEE IN AANRAKING KUNNEN KOMEN.



MEN KAN PFAS TERUGVINDEN IN: ANTIKLEEFPANNEN, KARTONNEN DRINKBEKERS, PIZZADOZEN, SPRAYS OM SCHOENEN WATERAFSTOTEND TE MAKEN, OUTDOOR REGENJASSEN EN TENTEN, PARAPLU'S, VUILAFSTOTENDE COATINGS VOOR TAPIJTEN, ZETELS EN TEXTIEL, VERF, BRANDBLUSAPPARATEN, SCHOONMAAKMIDDELEN, COSMETICA, MOBIELE TELEFOONS, ENZ...



HOE KOMEN ZE IN ONS LICHAAM TERECHT?

PFAS BREKEN MOEILIJK AF WAARDOOR ZE LANGE TIJD IN HET LEEFMILIEU AANWEZIG KUNNEN BLIJVEN, ZOALS IN DE BODEM, IN DE LUCHT EN IN GRONDWATER. OP DIE MANIER KAN OOK VOEDING EN DRINKWATER VERVUILD RAKEN.

PFAS KOMEN IN ONS LICHAAM TERECHT VIA VERSCHILLENDE WEGEN...



VOORAL VIA VOEDING: VIA HET GEBRUIK VAN BESCHADIGDE ANTIKLEEFPANNEN, DRINKBEKERS, VOEDINGSVERPAKKINGEN, LOKAAL GETEELDE EN MET PFAS VERVUILDE VIS, EIEREN, WATER, GROENTEN EN FRUIT, ...



ADEMHALING: VIA HET INADEMEN VAN STOFDEELTJES AFKOMSTIG VAN MET PFAS VERVUILDE BODEM OF MET PFAS BEHANDELDE TAPIJTEN OF MEUBELS, VIA VERVUILDE LUCHT IN DE BUURT VAN INDUSTRIË, ...



HUIDCONTACT: PFAS IN KLEDING EN COSMETICA KUNNEN IN BEPERKTE MATE DOOR DE HUID WORDEN OPGENOMEN EN ZO IN DE BLOEDBAAN TERECHTKOMEN.



NAVELSTRENG EN MOEDERMELK: PFAS KUNNEN DOORHEEN DE PLACENTA VIA DE NAVELSTRENG IN HET BLOED VAN DE ONGEBOREN BABY TERECHTKOMEN, PFAS KUNNEN OOK DOORGEGEVEN WORDEN VAN MOEDER AAN KIND VIA MOEDERMELK.



WAT IS DE INVLOED VAN PFAS OP ONZE GEZONDHEID?

UIT WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK TOT OP VANDAAG BLIJKT EEN HOGE PFAS-BLOOTSTELLING IN VERBAND TE STAAN MET VERSCHILLENDE GEZONDHEIDSEFFECTEN.

EEN VERHOOGDE PFAS-WAARDE IN UW BLOED BETEKENT NIET DAT U SOWIESO BEPAALDE GEZONDHEIDSKLACHTEN ZAL KRIJGEN.

BLOOTSTELLING AAN PFAS VERHOOGT HET RISICO OP...

- LEVERSCHADE
- VERHOOGDE CHOLESTEROL
- VERSTORING VAN DE SCHILDKLIER
- LAGER GEBORTEGEWICHT
- VERMINDERDE VACCINATIERESPONS BIJ NAKOMELINGEN

TIPS

OM ZELF BLOOTSTELLING AAN PFAS TE VERMINDEREN

VOEDING



- **VARIEER VOLDOENDE** IN UW VOEDING, ZOWEL IN SOORT VOEDINGSPRODUCTEN ALS WAARVAN ZE AFKOMSTIG ZIJN.
- KIES ZOVEEL MOGELIJK VOOR PLANTAARDIGE EN **VERSE, ONBEWERKTE** PRODUCTEN.
- **SPOEL UW GROENTEN EN FRUIT** ALTIJD MET LAUWWARM WATER.
- GEBRUIK KEUKENGEREI IN **ROESTVRIJ STAAL OF GIETIJZER**, OF ALTERNATIEVE (KERAMISCHE OF EMAILLE) ANTIKLEEFPAFFEN.
- BRENG **OUDE ANTIKLEEFPAFFEN/POTTEN NAAR HET RECYCLAGEPARK** WANNEER ZE BEKRAST OF BESCHADIGD ZIJN.
- GEBRUIK IN PLAATS VAN GRONDWATER (PUTWATER) **LEIDINGWATER** ALS DRINKWATER OF VOOR HET BEREIDEN VAN MAALTIJDEN.

- **CONTROLEER LABELS** VAN COSMETICA EN VERZORGINGSPRODUCTEN EN PROBEER DE MIDDELEN MET "PFC", "PFTE", "FLUOR" EN "PERFLUOR(O)" TE VERMIJDEN. **WEETJE:** FLUORIDE IN TANDPASTA IS GEEN PFAS EN IS NODIG OM TANDGLAZUUR TE VERSTERKEN.
- **WAS REGELMATIG EN GOED UW HANDEN**, ZEKER VÓÓR HET ETEN, NA HET BUITENSPELEN EN NA HET WERKEN IN DE TUIN.
- DRAAG **HANDSCHOENEN** TIJDENS HET WERKEN IN DE TUIN EN ALS U BOENWAS, SMEERMIDDELEN OF DICHTINGSPRODUCTEN GEBRUIKT.
- INDIEN U VIA UW BEROEP OF HOBBY NAUW IN CONTACT KOMT MET CHEMISCHE STOFFEN, SPOEL DAN UW HUID MET WATER EN KLEED U OM BUITEN DE LEEFRUIMTE (BY. IN GANG OF GARAGE).

HYGIËNE



INADEMING



- GEBRUIK WATERAFSTOTENDE PRODUCTEN DIE **VRIJ ZIJN VAN PFOS/PFOA**. GEBRUIK DEZE PRODUCTEN ENKEL **BUITENSHUIS**.
- **VENTILEER EN VERLUCHT** REGELMATIG UW HUIS OM DE BINNENLUCHT TE VERVERSEN. VERLUCHT VOLDOENDE ALS U NIEUWE WOONACCESSOIRES HEBT (BY. NIEUW TAPIJT).
- **POETS REGELMATIG UW HUIS MET NAT** OM VERVUILDE STOFDEELTJES TE VERWIJDEREN.

ZWANGERSCHAP EN BORSTVOEDING

- VOLG ZEKER **ALLE TIPS** OM BLOOTSTELLING AAN PFAS TE VERMINDEREN.
- DE **VOORDELEN VAN BORSTVOEDING VOOR HET KIND EN DE MOEDER** BLIJVEN **BELANGRIJKE** DAN HET RISICO DAT KINDEREN VIA MOEDERMELK BLOOTGESTELD WORDEN AAN PFAS.

