

Klimaatverandering en je longen

Klimaatverandering is de langdurige verandering van wereldwijde temperatuur en weerpatronen. Deze verandering wordt versneld door menselijk gedrag. We verbranden fossiele brandstoffen zoals steenkool, gas en olie, die kooldioxide en andere vervuilende stoffen of broeikasgassen produceren. Deze stoffen hopen zich op in onze atmosfeer en zorgen voor de opwarming van de aarde, wat gevolgen kan hebben voor je longen.

Klimaatverandering kan:

- het risico op het ontwikkelen van een longaandoening vergroten of bestaande aandoeningen verergeren.

Extreme hitte

Extreme hitte kan de symptomen van longziekten verergeren en ervoor zorgen dat ze vaker voorkomen. Hoge temperaturen verhogen het risico op droogte en stofstormen uit de woestijn. Dit verslechtert de luchtkwaliteit, omdat stof van de grond opstijgt en zo in de lucht terechtkomt die we inademen. Bosbranden zullen vaker voorkomen, en de rook vervuult de lucht die we inademen.

Overstromingen

Overstromingen kunnen leiden tot vocht, wat het risico op schimmelmicrobiële groei vergroot. Schimmel veroorzaakt allergieën, longinfecties en kan longaandoeningen zoals astma en rhinitis verergeren.

Besmettelijke ziekten

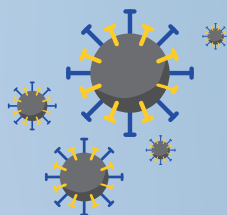
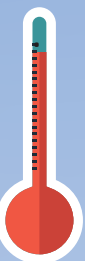
Klimaatverandering kan invloed hebben op hoe goed bacteriën en virussen zich verspreiden, voortplanten en overleven. We zullen waarschijnlijk een grotere verspreiding van bestaande virussen zien en meer nieuwe virussen die zich onder mensen verspreiden. Er zal waarschijnlijk een groter risico zijn op epidemieën en pandemieën als gevolg van klimaatverandering.

Luchtvervuiling

Luchtvervuiling en klimaatverandering zijn nauw met elkaar verbonden en worden veroorzaakt door dezelfde bronnen, waaronder verkeer, industrie en landbouw. Luchtvervuiling draagt bij aan klimaatverandering en klimaatverandering verhoogt het risico op luchtvervuiling.

Plantenpollen

Hogere temperaturen en meer kooldioxide zorgen ervoor dat planten langer en op meer plaatsen meer pollen produceren. De pollen bevat ook meer van de chemische stof die allergieën veroorzaakt. De verspreiding van planten kan ook veranderen door het veranderende klimaat.



HEALTHY LUNGS FOR LIFE

Wat kan jij doen?

Klimaatverandering is een groot probleem en soms kan het voelen alsof je er niets aan kunt doen. Hier zijn enkele dingen die jij kunt doen om voor jezelf en de planeet te zorgen.

Voer actie voor groene ruimtes!

Stedelijke groene ruimtes kunnen zowel het fysieke als mentale welzijn verbeteren, ze helpen koolstof uit de atmosfeer te verwijderen en hebben een verkoelend effect! Voer campagne bij uw lokale overheid om de toegang tot groene ruimtes in uw omgeving te verbeteren.

#TakeTheActiveOption

Door te lopen, fietsen of hardlopen in plaats van de auto te nemen, draag je minder bij aan vervuiling en worden je longen sterker en gezonder!

Eet groen

Eet gezond en gevarieerd. Meer fruit, groenten en peulvruchten, minder vlees en minder sterk bewerkte voedingsmiddelen kunnen ons helpen om onze impact op de planeet te beperken en ons ook gezond te houden!

Wees een groene patiënt!

- Je gezondheid moet altijd op de eerste plaats komen. Maar er zijn manieren om de impact die je zou kunnen hebben te beperken.
- Neem uw medicijnen in zoals voorgeschreven - een goed onder controle gehouden aandoening kan de noodzaak van aanvullende medicatie beperken.
- Ontdek waar u gebruikte inhalatoren of lege pillen verpakkingen kunt recycelen.
- Voer actie voor een groenere productie van geneesmiddelen

#BeSmokeFree

We weten allemaal dat roken schadelijk is voor onze gezondheid, maar de tabaksindustrie levert ook een grote bijdrage aan klimaatverandering en plasticvervuiling.

Dit document is opgesteld met als doel het publiek voor te lichten over het behoud van gezonde longen in het licht van klimaatverandering, manieren om klimaatverandering tegen te gaan en zorgprofessionals te helpen de voordelen van gezonde longen uit te leggen. Het is opgesteld door de European Lung Foundation (ELF) als onderdeel van de campagne Healthy Lungs for Life, met de steun van dr. Ana Maria Vicedo, prof. Barbara Hoffmann, prof. Zorana Jovanovic Andersen en Kjeld Hansen.



HEALTHY LUNGS FOR LIFE

