



Beste mensen,

Hier alweer de eerste van onze luchtpost van het nieuwe seizoen, wat gaat het snel de tijd. Hopelijk zijn jullie de griepperiode goed doorgekomen. Het was op veel plekken weer armoede troef met de griep, de ziekenhuizen en dan met name de longafdelingen lagen bomvol. Maar het is gelukkig weer op z'n retour. Ja en daar is hij weer de datum voor de jaar vergadering, hij is op **24 maart bij Revant de zaal achter het restaurant.**

Aanvang om 19.30 uur tot 20.30 uur. Daarna hebben we weer een thema bespreking die wordt dit jaar gegeven door Mw. Renée Berting, de paramedisch specialist van de vereniging, Het onderwerp dit jaar is, Chronische longziekten/auto immuunziekten met long/of gewricht betrokkenheid. Dus weer heel wat stof om te behandelen. Het is afgelopen om 21.30 uur, de zaal is open om 19.uur.De agenda kunt u weer vinden op de website zoals gewoonlijk. Graag tot de 24^e maart dan verwelkomen wij u graag.

Tot dan, namens het bestuur ,
Huib Vrijhoeven Voorzitter

Stoken met Houtkachels

Luchtvervuiling is slecht voor de gezondheid van mensen. Een van de veroorzakers van luchtvervuiling



Is de uitstoot van stoffen die vrijkomen bij het stoken van hout in de openhaard, houtkachel, vuurkorf of BBQ. Op lokaal niveau draagt houtrook bij aan gezondheidsklachten door fijn stof (PM 10 en met name PM2,5) Ook kankerverwekkende PAK's en ander giftige stoffen (Vos en koolmonoxide) komen vrij bij de verbranding van hout. Houtrook is daarmee naast een stankprobleem, ook een gezondheidsprobleem.

Mensen met een chronische longziekte zoals astma of COPD (chronische bronchitis en longemfyseem)

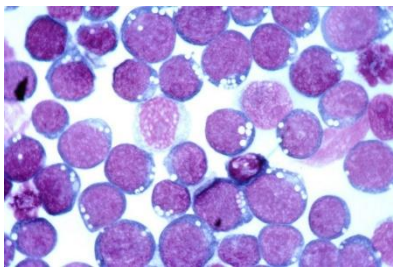
Maar ook gezonde kinderen en oudere ondervinden de meeste klacht door hout rook. Zij kunnen benauwd worden, veel moeten hoesten of een verslechterende longfunctie krijgen. Bij hoge blootstelling kennen de klachtenlang aanhouden, ook als de blootstelling al is beëindigd. Hierdoor worden de mensen belemmerd in hun dagelijkse leven.

Longpatiënten die in de buurt wonen van een vervuiliingsbron zoals een houtkachel, kunnen zich daartegen niet adequaat beschermen. Het is onmogelijk om de eigen woning zodanig af te sluiten dat de rook niet meer binnendringt. Bovendien is het juist nodig om continu te ventileren om de luchtkwaliteit binnenshuis gezond te houden.

De gemeente kan de gezondheid van longpatiënten wel beschermen. Bij het stoken van hout moet men minimaal worden voldaan aan de wettelijke eisen die gesteld worden aan "goed stoken"

Daarnaast is een stookverbod bij bepaalde weertypes. Windstil weer, temperatuurinversies, mist en/of hoge concentratie luchtvervuiling sterk aan te bevelen. Een ontmoedigingsbeleid voor het stoken van houtvuur met kachels en haarden draagt bij aan de gezondheid van de inwoner.

Bron: Longfonds



Virus ziekte van Pfeiffer hangt mogelijk samen met ontstaan van SLE

Het virus dat de ziekte van Pfeiffer veroorzaakt, speelt mogelijk een rol bij het ontstaan van systemische lupus erythema odes (SLE). Dat ontdekte een onderzoeksteam onder leiding van dr. Michiel Pegtel van het VUmc in Amsterdam. Het zogeheten epstein-barrvirus verspreidt een boodschap die het immuunsysteem bij mensen met

SLE op hol doet slaan. Pegtel denkt dat uit de nieuwe kennis op termijn mogelijk nieuwe behandelingen oplevert.

Bij bijna elk mens is het epstein-barrvirus in een heel klein percentage van de witte bloedcellen aanwezig. Tot voor kort werd gedacht dat het virus onzichtbaar was voor het afweersysteem. Dr. Michiel Pegtel heeft laten zien dat het virus een boodschap vanuit de witte bloedcellen een boodschap verstuurt aan het afweersysteem. Het immuunsysteem komt dan in actie, waardoor de meeste mensen niet ziek worden.

Immuunsysteem slaat op hol bij mensen met SLE

Bij mensen met een ontregeld afweersysteem slaat dit mechanisme juist op hol. Pegtel en zijn onderzoekers hebben laten zien dat dit mogelijk in de huid van mensen met systemische lupus erythema odes gebeurt. Alarmcellen in het immuunsysteem zorgen ervoor dat er ontstekingen chronische (gewricht) ontstekingen ontstaan.

Grote rol voor kleine blaasjes

Heel kleine blaasjes uit de witte bloedcellen brengen de boodschap van het epstein-barrvirus over aan het immuunsysteem. Deze blaasjes heten exosomen. Ook bij kanker kunnen de exosomen ervoor zorgen dat het immuunsysteem geactiveerd wordt. Kankerpatiënten kunnen dan resistent worden tegen de behandeling.

Veel kansen voor nieuwe behandelingen

Michiel Pegtel is enthousiast over zijn ontdekking. 'Als we dit mechanisme verder kunnen begrijpen en ontrafelen, biedt het veel kansen voor de behandeling van allerlei aandoeningen. Dan denk ik aan de auto-immuunziekte SLE, maar ook aan kanker.' Inmiddels is een VUmc-onderzoeksteam gestart met de ontwikkeling van nieuwe methodes om de ontrafeling van dit ingenieuze communicatiemechanisme mogelijk te maken.

Publicatie

VUmc-onderzoeker Pegtel en zijn collega's publiceren hun onderzoek in het gerenommeerde tijdschrift PNAS. Het onderzoek is tot stand gekomen door een intensieve samenwerking tussen artsen en wetenschappers van een groot aantal afdelingen, zoals pathologie, oncologie, reumatologie, dermatologie en neuro-oncologie van VUmc en onderzoekers en artsen uit Utrecht en de Verenigde Staten.

Artikel van het Reumafonds

Bron: VUmc



Longaanval actieplan COPD

Het longaanval actieplan COPD vult u samen met de zorgverlener in. Hiermee herkent u een longaanval eerder, weet wat u moet doen en kan zelf actie ondernemen. Hiermee kan opname in het ziekenhuis worden voorkomen.

Verzending: via post **Prijs:** Gratis (t.w.v. € 1,99)

U kunt maximaal 1 exemplaar bestellen.

Indien u meerdere exemplaren nodig hebt kunt u contact opnemen met de Servicelijn via

servicelijn@longfonds.nl

Ik kan nog steeds copy gebruiken, dus schroom niet en schrijf een leuk stukje over iets bv, een fietstocht, etentje, beweeggroep waar u in zit of iets anders leuk

Marco Voesenek-Janse mijn email: hetvingerhoedje@gmail.com