

KBS-dossier

Kennis en expertise netwerking is enige antidotum tegen COVID-19

Digitaal lerend netwerk – Ventileren en verluchten

11 juni 2021

1. Ventileren en verluchten

De presentatie die door Inge Vervondel werd toegelicht, vind je als bijlage bij het verslag. Er is ook een ingesproken Oost-Vlaamse versie. Via onderstaande links kan de presentatie voor directie/preventieadviseurs (her)bekijken. De kortere presentatie voor de medewerkers kan je tonen tijdens teamoverleg, interne opleidingsmomenten...

Je vindt de ingesproken presentatie:

- voor (zorg)directie en preventie-adviseurs op: <https://youtu.be/uPRph83RqFk>
- voor zorgend personeel en schoonmaak-/technische dienst op: <https://youtu.be/piD-YcmUIjQ>

Zoals afgesproken, geven we via dit verslag nog enkele normen mee van waardes die je kan aflezen op de meeste CO₂-meters. Wij baseren ons hiervoor op de adviezen van de taskforce ventilatie en het binnenmilieubesluit van de Vlaamse regering.

- In een drukbezette ruimte hou je de concentratie CO₂ onder de 900 ppm voor een goede luchtverversing en om te vermijden dat virusdeeltjes zich opstapelen in de binnenlucht.
- De relatieve luchtvochtigheid ligt in de winter het best tussen 30% en 55%. In de zomer ligt deze het best tussen 30% en 80% (warme lucht kan meer vocht bevatten zonder dat dit tot vochtproblemen leidt).
- De temperatuur houdt je het liefst tussen 20°C en 24°C in de winter. In de zomer kan je een temperatuur tussen 22°C en 26°C aanhouden in leefruimtes. Je zorgt er het best voor dat de temperatuur altijd boven de 15°C blijft, want bij een lagere temperatuur is er een veel grotere kans op condensatie van vocht.

2. Ventileren en verluchten op warme dagen

Ventileren is altijd aangewezen, maar op warme dagen is de regel dat je best zoveel mogelijk verlucht als het buiten koeler is dan binnen ('s nachts en 's ochtends vroeg). Dat is in strijd met de aanbevelingen om doorheen de dag regelmatig aanvullend te verluchten ter preventie van infectieziektes, zoals COVID-19.

Aan preventieadviseurs wordt geadviseerd om een risico-inschatting te maken van de situatie. Er zijn veel aspecten die meespelen, zoals de mogelijkheden om de warmte buiten te houden,

mogelijkheden om te koelen, type ventilatievoorziening, andere maatregelen om bewoners koelte te bezorgen, vaccinatiegraad van de bewoners en personeel, is er een cluster van COVID-besmettingen,...

Het is dus steeds maatwerk om te bepalen welke maatregelen het meeste gezondheidswinst of -bescherming met zich meebrengen.

Daarnaast voorkom je best zoveel mogelijk dat binnenruimtes opwarmen tijdens een periode met erg warme dagen. Je vindt hiervoor tips op <https://www.warmedagen.be/hoe-afkoelen-bij-warm-weer>. Basisprincipe om hitte te voorkomen, is het afschermen van glaspartijen om een snelle opwarming van binnenruimtes tegen te gaan. Deze afscherming is het meest efficiënt wanneer deze aan de buitenkant wordt geplaatst. Bij afscherming aan de binnenkant van glaspartijen dringt de warmte al binnen en zal er toch een significante opwarming plaatsvinden.

Enkele opmerkingen die aan bod kwamen tijdens het lerend netwerk:

- Zonnewering is vaak alleen aanwezig aan de zuidkant, maar op warme dagen zorgt de ochtend- of avondzon ook aan andere kanten van het gebouw voor opwarming.
- Bij (ver)bouwplannen rekening houden met voldoende afscherming van de zon aan de buitenzijde.
- Bomen zorgen voor verkoeling en helpen de zon buiten houden. Heb je die niet, werk dan met bvb een luifel of parasol voor het raam.
- Ramen bedekken kan helpen, vb met aluminiumfolie, karton, ... (meest effect als dit aan de buitenkant aangebracht wordt).

Ventilatoren en (mobiele) airco's kunnen gebruikt worden, maar een directe luchtstroom gericht op individuen of groepen moet worden vermeden om de verspreiding van SARS-CoV-2 of andere virussen te vermijden. Een goed geventileerde ruimte blijft zeer belangrijk, in het bijzonder indien de ventilator of airco niet rechtstreeks gevoed wordt met verse buitenlucht.

Eigenlijk zorgt een ventilator enkel voor extra luchtverplaatsing, waarbij de huid makkelijker kan afkoelen (op voorwaarde dat je zweet). Bij heel hoge temperaturen of bij hoge luchtvochtigheid zal dit minder efficiënt gebeuren. Een ventilator koelt de lucht dus niet. Je kan wel een bakje met ijsblokjes voor de ventilator plaatsen, zodat er tijdelijk koelere lucht wordt rondgeblazen. Een (mobiele) airco koelt wel de lucht, maar verbruikt zeer veel energie.

In gemeenschappelijke ruimtes zijn al deze toestellen afgeraden omdat ze het besmettingsrisico kunnen verhogen. In individuele kamers of particuliere woningen kan het gebruik van ventilatoren en (mobiele) airco's makkelijker worden toegepast. Omwille van mogelijke spierklachten enz richt je ze best nooit op een persoon. Om te voorkomen dat virusdeeltjes uit stof terug in de lucht worden verspreid, richt je ze best niet op stoffige oppervlakken zoals een vloer. Wanneer bezoekers of medewerkers de kamer betreden, schakelen ze het toestel best uit om bijkomende besmettingsrisico's te vermijden.

Wanneer de binnenruimtes toch opwarmen, verhoog dan de intensiteit van andere maatregelen tegen hitte (voldoende drinken, zorgen voor afkoeling, nachtventilatie, lichte kledij, extra controles,...) om de impact van de hitte te beperken. Het is de combinatie van de vele hittemaatregelen die maakt dat ze succesvol zijn of niet.

COVID-19 verhoogt de fysiologisch en sociale gevoeligheid van heel wat kwetsbare groepen voor hittestress en omgekeerd. Ouderen, zoals 65+'ers en zeker 85+'ers zijn erg kwetsbaar, net als

personen met onderliggende gezondheidsklachten of personen die bepaalde medicijnen nemen. Ook zorgpersoneel dat persoonlijke beschermingsmiddelen draagt kan extra gevoelig zijn voor hittestress.

Voor meer informatie, inspiratie en kant en klare materialen kan je terecht op:

- Coronavirus – warme dagen: <https://www.warmedagen.be/warmte-en-het-coronavirus>
- Ouderen – warme dagen: <https://www.warmedagen.be/ouderen>
- Huisartsen – warme dagen: oa over aanpassen medicatie - <https://www.warmedagen.be/huisartsen-0>
- Materialen bestellen of downloaden: <https://www.warmedagen.be/gratis-campagnemateriaal>

3. Matrix

Als bijlage bij dit verslag bezorgen we je een matrix vol inspiratie voor je ventilatie- en verluchttingsbeleid. Deze matrix bevat tips vanuit de Vlaamse Logo's en het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid en tips die gegeven werden door de deelnemers tijdens het lerend netwerk. Ga hiermee gerust aan de slag binnen je eigen voorziening, maar we willen je vragen om deze niet verder te verspreiden. Jullie ontvingen immers eerst de toelichting en leverden jullie bijdrage voor deze matrix. We willen andere zorginstellingen ook de nodige duiding geven voor we met hen met de matrix aan de slag gaan. Residentiële zorginstellingen kunnen immers bij de Vlaamse Logo's aan de slag voor informatie en ondersteuning bij het uitwerken van hun ventilatie- en verluchttingsbeleid.

In de matrix wordt herhaaldelijk verwezen naar het correct plaatsen, gebruiken en onderhouden van ventilatiesystemen. Je vindt hierover meer informatie op <https://omgeving.vlaanderen.be/ventilatieroosters-mechanische-ventilatie-plaatsing-gebruik-en-onderhoud>.

Samen met onze Vlaamse partners onderzoeken wij momenteel of er onderhoudsfiches voor courante ventilatie-openingen kunnen worden opgemaakt. Van zodra we hierover meer informatie hebben, bezorgen wij jullie graag deze informatie.

Wil je weten welke maatregelen op het vlak van ventileren en verluchten worden aanbevolen voor de verschillende ventilatiesystemen in de strijd tegen COVID-19 en andere infectieziektes? Neem dan een kijkje op <https://www.zorg-en-gezondheid.be/hoe-ventileren-en-verluchten-tegen-covid-19> en klik door naar de maatregelen voor jouw ventilatiesysteem (A, C of D).

4. EXTRA INFO

- **Bouw gezond van departement omgeving**
<https://omgeving.vlaanderen.be/klimaat-en-milieu/gezonde-veilige-en-aantrekkelijke-leefomgeving/gezond-bouwen>
- **Gratis energiescan voor zorginstellingen bij VIPA**
<https://www.departementwvg.be/vipa-duurzaam-bouwen-zorg-voor-klimaat-energiescans>
- **Info over luchtzuiveringstoestellen van FOD Volksgezondheid**
<https://www.health.belgium.be/nl/ventilatie-zuiveringssystemen-strijd-tegen-covid-19>
- **Technische aanbevelingen voor een CO2-meter**
<https://www.zorg-en-gezondheid.be/tips-voor-een-goede-co2-meter>

- **Praktijkrichtlijn federale overheidsdienst Arbeid**
<https://www.werk.belgie.be/sites/default/files/content/documents/Welzijn%20op%20het%20werk/Praktijkrichtlijn%20Binnenluchtkwaliteit%20in%20werklokalen.pdf>
- **Aanbevelingen voor de praktische implementatie en bewaking van ventilatie en binnenluchtkwaliteit in het kader van Covid-19 van taskforce ventilatie**
https://werk.belgie.be/sites/default/files/content/documents/Coronavirus/Implementatieplan_ventilatie.pdf
- **Meer info over ventileren en verluchten in het woonzorgcentrum:**
<https://www.zorg-en-gezondheid.be/binnenmilieu-in-wzc>
- **Bestelformulier raamstickers:**
<https://zorg-en-gezondheid.be/bestelformulier-raamstickers-ventilatie>
- **Infofiches over gezonde binnenlucht**
<https://www.gezondleven.be/themas/gezondheid-en-milieu/gezond-binnen/gezonde-binnenlucht>

Voor vragen of advies kan u terecht bij de Medisch Milieukundige van het Logo

Logo-Waasland: Inge Vervondel – inge.vervondel@logowaasland.be of 0479 97 41 90

Logo Dender: logo@logodender.be of 0456 32 96 86 – 053 60 31 60

Logo Gezond+: Vivian Oltheten - vivian.oltheten@gezondplus.be of 0494 52 30 50