

## Mange mennesker med lungesygdom oplever gener, når vi går indenfor i juletiden

### Hovedbudskaber

- Det er ikke unormalt, at et menneske med en lungesygdom oplever gener i deres lunger, når de er i nærheden af os fra brændeovne, stearinlys, parfume, madlavning eller mennesker, der ryger
- 6 ud af 10 personer med en lungesygdom er generet, hvis de befinder sig i et rum, hvor der er tændt brændeovn, er tændte stearinlys eller meget mados
- 55 pct. er generet, hvis de befinder sig udenfor i et område, hvor folk bruger en brændeovn
- Derfor opfordrer Lungeforeningen til, at vi tager hensyn til mennesker med lungesygdomme, når vi har dem på besøg i vores hjem. Konkret kan små greb som at huske udluftningen eller erstatte stearinlyset med et LED-lys have stor betydning.

### Baggrund

I takt med at det bliver koldere i Danmark, rykker vi indenfor og bruger bl.a. brændeovne og stearinlys til at skabe hygge. Det er dog vigtigt, at når vi tænder brændeovnen eller stearinlyset, at vi husker, at personer med lungesygdom i højere grad er disponeret for de gener, som f.eks. røgen fra tobak, madlavning, stearinlys eller brændeovne giver på denne årstid.

Det er derfor vigtigt at være opmærksom på indeklimaet, når man har besøg fra en person med en lungesygdom og vigtigt, at man tager hensyn til mennesker med en lungesygdom og begrænser brugen af de ting, der skaber generne, mens de er på besøg.

### Små partikler generer

Ren luft er en grundlæggende forudsætning for at sikre et så godt helbred som muligt, særligt for lungerne. Et godt indeklima er et klima med frisk luft, ingen eller få generende partikler og et lavt CO2 indhold, der sikrer, at alle kan være der. Det gælder både i daginstitutioner, skoler, arbejdspladser og i private hjem.

Det er ikke unormalt, at et menneske med en lungesygdom oplever gener i deres lunger, når de er i nærheden af os fra brændeovne, stearinlys, parfume, madlavning eller mennesker, der ryger.

Det skyldes, at røgen fra brændeovnen indeholder irriterende og kræftfremkaldende stoffer, som ingen har godt af at indånde, men for mennesker med luftvejsproblemer, er der små fine partikler i røgen, som særligt generer.

Ved stearinlys er generne mest til stede, hvis det trækker, eller når lysene slukkes. Det er derfor vigtigt, at det levende lys bliver slukket uden at der sker for stor røgdudvikling, og at der generelt luftes ud.

Parfume og rygning kan ligeledes forårsage irritation og sammentrækninger i luftvejene, som kan fremkalde hoste og ubehag.

## 6 ud af 10 er generet

Lungeforeningen har via en medlemsundersøgelse, hvor over 4.000 medlemmer deltog, undersøgt, hvor generet medlemmer er i forhold til mados, parfume, stearinlys og brændeovne – både inde og ude.

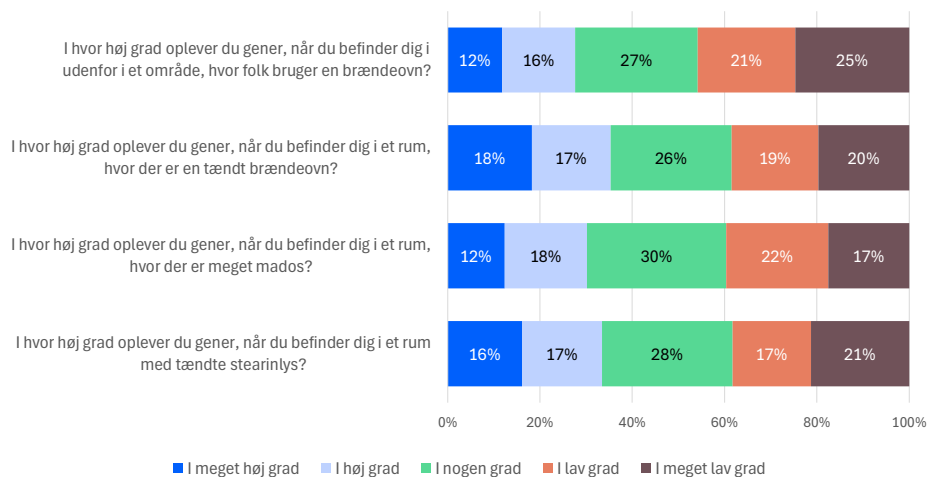
Undersøgelsen viser, at 61 pct. af medlemmerne oplever, at de har gener i nogen, høj eller meget høj grad, hvis de befinder sig i et rum, hvor der er en tændt brændeovn, heraf er 35 pct. i høj eller meget høj grad generet.

61 pct. af medlemmerne er nogen, høj eller meget høj grad generet, hvis de befinder sig i et rum med tændte stearinlys, heraf er 33 pct. i høj eller meget høj grad generet.

60 pct. er i nogen, i høj eller meget høj grad generet, hvis de befinder sig i et rum, hvor der er meget mados, heraf er 30 pct. i høj eller meget høj grad generet.

Endelig er 55 pct. i nogen, i høj eller meget høj grad generet, hvis de befinder sig udenfor i et område, hvor folk bruger en brændeovn, heraf er 28 pct. i høj grad eller meget høj grad generet.

I hvor høj grad har du gener i følgende situationer?



Note: De medlemmer, der har svaret "ved ikke" til spørgsmålet indgår ikke i opgørelsen.

## Husk at tage hensyn, når du har et menneske med en lungesygdom på besøg

Når omkring 6 ud af 10 med lungesygdom er generet, når de befinder sig i et rum, hvor der er en tændt brændeovn, tændte stearinlys eller meget mados, er det vigtigt, at man som pårørende eller ven er opmærksom på de gener osen medfører for f.eks. niecen med astma eller bedstefaren, der har KOL.

Det er en af grundene til, at Lungeforeningen sætter fokus på indeklimaet i de private hjem og hvad brugen af brændeovne, stearinlys og madlavning betyder.

”Det er vigtigt, at vi bliver bedre til at tage hensyn til mennesker med lungesygdomme, når vi har dem på besøg i vores hjem. Selv små greb som at huske udluftningen eller erstatte stearinlyset med et LED-lys har stor betydning. Man kan jo vente med at tænde brændeovnen til man ikke længere har besøg og på den måde sikre et hyggeligt besøg uden gener”, forklarer Ann Leistiko, direktør i Lungeforeningen.

## Om medlemsundersøgelsen

Medlemsundersøgelsen blev udsendt til Lungeforeningens 16.930 medlemmer med en gyldig mail. Heraf valgte 4.011 medlemmer at besvare undersøgelsen, svarende til en svarprocent på 23,7 pct.