

Antwoord op de meest gestelde vragen over gezondheid en loden waterleidingen (november 2019)

V: Is het Nederlandse drinkwater gezond?

A: Het Nederlandse drinkwater is het gezondste wat u kunt drinken. Alleen in sommige situaties kan er teveel lood in zitten. Lood kan in het drinkwater komen als u een loden waterleiding hebt of de eerste 3 maanden bij een nieuwe kraan of een nieuwe drinkwaterinstallatie.

Antwoorden op vragen wat u zelf kunt doen

V: Wat kan ik doen als ik loden leidingen heb?

A: Het beste is de loden leidingen te vervangen. Zolang dat niet is gedaan, kunt u beter flessenwater (bronwater zonder koolzuur) gebruiken voor de volgende groepen:

- Flesgevoede zuigelingen
- Kinderen tot en met 7 jaar
- Zwangere vrouwen

Kinderen vanaf 8 jaar en volwassenen hoeven niet al hun water uit flessen te halen, maar kunnen kraanwater wel gebruiken, zolang het niet heel veel is (maximaal zo'n 1 liter voor kinderen tot 2 liter voor volwassenen) en de leidingen na lange stilstand (ongeveer 8 uur) goed (ongeveer 2 minuten) worden doorgespoeld. Het water kunt u opvangen en voor iets anders gebruiken (handen wassen, schoonmaken, de WC doorspoelen, de planten water geven).

V: Wat kan ik doen als ik water drink uit een nieuwe kraan?

A: Als u water gaat drinken uit een nieuwe kraan, zet de kraan dan eerst 10 seconden open voordat u water voor consumptie tapt.

Na 3 maanden is het lood nagenoeg verdwenen en kunt u de kraan zonder doorspoelen gebruiken.

V: Wat kan ik doen als ik water drink uit een nieuwe waterleiding?

A: Als u water gaat drinken uit een nieuwe waterleiding, spoel het dan eerst goed (ongeveer 2 minuten) door als de leiding lang (ongeveer 8 uur) niet is gebruikt. Het water kunt u opvangen en voor iets anders gebruiken (handen wassen, schoonmaken, de WC doorspoelen, de planten water geven).

Na 3 maanden is het lood nagenoeg verdwenen en kunt u de leiding zonder doorspoelen gebruiken.

V: Is het schadelijk om kraanwater uit loden leidingen te drinken tijdens de zwangerschap?

A: Ja, u kunt tijdens de zwangerschap beter geen kraanwater uit loden leidingen drinken. Lood kan via de placenta worden overgedragen aan het kind (foetus). U kunt in plaats van kraanwater het beste water uit flessen drinken.

V: Is het schadelijk om mijn kind borstvoeding te geven als ik kraanwater met lood drink?

A: Nee dat is niet schadelijk. Volwassenen hebben minder lood in het bloed dan kinderen. Daarvan komt slechts een klein deel (maximaal 10 procent) in de moedermelk terecht.

V: Kan het kwaad om eten voor mijn kinderen te bereiden met loodhoudend kraanwater?

A: Het afspoelen van bijvoorbeeld groente en fruit kan geen kwaad. Ook wanneer u voedsel zoals groenten en aardappelen kookt, kunt u dat gewoon in kraanwater doen. Dit geldt niet voor producten die erg veel water opnemen, zoals pasta en rijst. Gebruik voor het koken van pasta en rijst en ook voor het maken van soepen en sauzen liever flessenwater.

V: Heeft het zin om het water te koken, zuiveren of filteren?

A: Met koken verdwijnt het lood niet uit het water. Er zijn filters op de markt, waarvan de leverancier stelt dat deze effectief zijn in het verwijderen van lood uit leidingwater. Er is geen onafhankelijk onderzoek dat aantoont dat lood uit het water verdwijnt of onschadelijk gemaakt wordt door zuiveren of filteren.

Antwoorden op vragen over gezondheid

V: Wat zijn de gezondheidseffecten van lood?

A: Wanneer ongeboren kinderen en jonge kinderen teveel lood binnenkrijgen, kan dit leiden tot een lagere intelligentie (tot 5 punten IQ verlies). Er zijn veel factoren die bepalen hoe intelligent een kind wordt. Het is niet mogelijk om voor een individueel kind te achterhalen of het lood een effect op het IQ heeft gehad.

V: Waarom is het voor kinderen tot en met 7 jaar belangrijk om geen water uit loden leidingen te drinken?

A: Jonge kinderen zijn gevoelig omdat zij:

- Veel drinken in verhouding tot hun lichaamsgewicht
- Relatief veel lood opnemen in het maagdarmkanaal
- Lood bij jonge kinderen de hersenbarrière kan passeren
- De hersenen bij jonge kinderen sterk in ontwikkeling zijn.

V: Is het drinken van water uit loden leidingen schadelijk voor kinderen vanaf 8 jaar?

A: Deze vraag is moeilijk te beantwoorden omdat bij oudere kinderen minder onderzoek is gedaan. De GGD'en schatten in dat er een klein effect op het IQ kan zijn voor kinderen die veel kraanwater uit loden leidingen drinken. Kinderen vanaf 8 jaar hoeven dus niet al hun water uit flessen te halen, maar kunnen kraanwater wel gebruiken, zolang het niet heel veel is (maximaal zo'n 1 liter). Het is daarbij nodig om de leidingen na lange stilstand (ongeveer 8 uur) goed (ongeveer 2 minuten) door te spoelen. Het water kunt u opvangen en voor iets anders gebruiken (handen wassen, schoonmaken, de WC doorspoelen, de planten water geven).

V: Is het drinken van kraanwater uit een loden waterleiding schadelijk voor volwassenen?

A: Bij volwassenen die veel kraanwater uit loden leidingen drinken (vanaf 2 liter) is er een verhoogde kans dat de nierfunctie vermindert of de bloeddruk licht stijgt. Het advies aan volwassenen is om niet meer dan 2 liter per dag uit loden leidingen te drinken en de leidingen na lange stilstand (ongeveer 8 uur) goed (ongeveer 2 minuten) door te spoelen. Het water kunt u opvangen en voor iets anders gebruiken (handen wassen, schoonmaken, de WC doorspoelen, de planten water geven). Voor mensen die meer dan 2 liter water drinken is het advies ook flessenwater te gebruiken zolang de loden leidingen niet zijn vervangen. Dit advies geldt in het bijzonder voor nierpatiënten en personen met een verhoogde gevoeligheid voor nierziekten.

Vragen over onderzoek en metingen

V: Kan ik lood in bloed laten meten?

A: Ja dat kan. Het heeft alleen weinig zin en de GGD raadt het daarom af. De hoeveelheid lood in bloed geeft aan hoeveel lood iemand de 4 tot 5 weken daarvoor heeft binnengekregen. Het zegt niets over de periode daarvoor. Als uw kind de afgelopen weken geen kraanwater met lood heeft gedronken, is het loodgehalte in bloed al gedaald. Het advies verandert ook niet als bekend is

hoeveel lood in het bloed zit. Het advies is altijd om kinderen tot en met 7 jaar geen water uit een loden leiding te laten drinken. Dat advies geldt ook als het loodgehalte in bloed laag is.

V: Hoe weet ik of er loden leidingen in mijn huis zijn?

A: Als uw huis voor 1960 is gebouwd, kan het zijn dat er loden leidingen zijn. In dit [filmpje](#) kunt u zien hoe u zelf kunt controleren of u loden leidingen hebt. Als u het niet zeker weet, vraag het dan na bij een erkend installatiebedrijf. Als een installatiebedrijf het niet kan vaststellen, kunt u een meting van het loodgehalte in water laten doen. In een volgende versie van deze vragen en antwoorden, komen adressen van laboratoria te staan waar u dit kunt laten doen. De GGD geeft advies over gezondheid en kan geen water testen.

Vragen over het vervangen van loden leidingen

V: Is een verhuurder verplicht de loden waterleidingen te vervangen?

A: Het is niet wettelijk verplicht om loden leidingen te vervangen, maar aangezien lood slecht is voor de gezondheid van kinderen, pleiten we er als GGD voor om de leidingen spoedig te vervangen. Dit is ook het advies van de Gezondheidsraad.

De Huurcommissies ziet een loodgehalte boven de gezondheidskundige norm van 10 microgram per liter als gebrek aan de woning. Wanneer de verhuurder hier niets aan doet kan een huurverlaging worden afgedwongen in afwachting van vervanging.

V: Ik zit in een VvE. Hoe zorg ik ervoor dat de VvE de loden leidingen vervangt?

A: Laat eerst het water testen. Als de concentratie lood te hoog is, meld het dan aan het VvE-bestuur. De VvE kan besluiten om de leidingen te vervangen. Ook als de concentratie lood in het water niet te hoog is, is het advies om de leidingen te laten vervangen.

Vragen over normen

V: Wat is de norm voor lood in drinkwater van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO)?

A: De norm voor lood is 10 microgram lood per liter water. Deze wordt waarschijnlijk aangepast naar 5.

V: Voldoet het water aan de norm voor lood in drinkwater van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO)?

A: In verreweg de meeste Nederlandse woningen is het gehalte lood in water rond de 1 microgram per liter. Het voldoet daarmee ruimschoots aan de norm. In woningen met loden leidingen is dat meestal hoger. Ook bij een nieuwe kraan of nieuwe leiding kan dat de eerste drie maanden zo zijn.