

# Cadmium

## ***Wat is Cadmium?***

Cadmium is een zilvergrijs metaal dat in zijn natuurlijke vorm wordt aangetroffen in de aardkorst. Het komt er voor onder de vorm van mineralen, meestal in combinatie met andere elementen.

## ***Waar kan je het vinden?***

Een kleine hoeveelheid cadmium wordt aangetroffen in omgevingslucht, water en in de bodem. Hogere cadmiumconcentraties kan men terugvinden in de bodem en het water nabij industriezones of stortplaatsen voor gevaarlijk afval. Verder is cadmium ook aanwezig in tabak.

•Cadmium komt meestal vrij als bijproduct van zinkwinning en in mindere mate via lood- en koperwinning. Cadmium wordt gebruikt in batterijen, verfpigmenten, coatings en bij platering.



## ***Humane biomonitoring van Cadmium***

Cadmium is meetbaar in bloed en urine. Langetermijn blootstelling aan cadmium kan bepaald worden in urine. De bepaling van cadmium in bloed wordt beschouwd als een biomerker van recente(re) blootstelling tot ongeveer drie maanden voor de stalname. Een concentratie cadmium in het bloed of in urine betekent niet altijd dat het een negatieve impact heeft op de gezondheid.

## ***Hoe worden we blootgesteld?***

Tabaksrook is de voornaamste bron van blootstelling aan cadmium. De cadmiumdeeltjes komen vrij via tabaksrook en kunnen vervolgens makkelijk ingeademd worden. Niet-rokers die tabaksrook uit de omgeving inademen (passief rokers) nemen ook cadmium op.

Naast roken, is de belangrijkste bron van cadmium opname uit de voeding, o.a. bij het frequent consumeren van schelpdieren, lever, nieren en wilde paddenstoelen of groene bladgroenten uit cadmiumhoudende gronden.

## ***Welk effect heeft het?***

Langetermijnblootstelling aan kleine hoeveelheden cadmium aanwezig in de omgevingslucht, water en de bodem kan een negatief effect hebben op de nierwerking en botdensiteit. Het inademen van hoge hoeveelheden kan ook schade toebrengen aan de longen. Dit gebeurt eerder bij beroepsblootstelling. Hoge hoeveelheden cadmium kunnen kanker veroorzaken.

## ***Hoe je blootstelling verminderen?***

- Rook geen tabakhoudende producten en beperk de blootstelling aan nicotine door passief roken.
- Batterijen en andere producten die cadmium bevatten moeten via de gepaste afvalcontainer verzameld worden
- Vermijd het eten van lever, nieren en schelpdieren.
- Eet gevarieerde en evenwichtige voeding.
- Info over gezonde voeding en over hoe cadmiumhoudende producten verwijderen, vindt u via de links op onze website [www.nehap.be](http://www.nehap.be)

