



Nr. 55

Warmte, kleding en gezondheid

Katie Willink-Maendel en Ina Emous-van der Kooij

In deze brochure wordt beschreven wat warmte voor ons kan betekenen en hoe we onze gezondheid kunnen bevorderen door juist die warmtehuishouding goed in de

gaten te houden.

Tegenwoordig zijn we niet meer zo gewend om goed te letten op deze warmtehuishouding. Door het dragen van synthetische kleding, door centraal verwarmde huizen en kantoren en door de auto als vervoermiddel zijn we meestal voldoende tegen de kou beschermd om daar veel aandacht aan te besteden. Voor gezonde volwassenen is dat in het algemeen ook prima, maar voor baby's, jonge kinderen, oude en zieke mensen ligt de zaak heel anders.