

Veszélyeket rejt a lakás levegője?

Gondtad, hogy egyes légszennyező anyagok nagyobb mennyiségben vannak jelen a lakások levegőjében, mint a forgalmas belvárosban? Mely anyagok károsak az egészségre, és hogyan védekezhetünk ellenük?

Egy szippantás a kipufogógázos városi levegőből, és máris köhöghetnékünk támad. Kár, hogy a légszennyezéstől otthon sem szabadulhatunk meg: rázárhatjuk ugyan az ajtót, szellőztetni mégis kell. Ráadásul a legtöbb légszennyező nem kívülről támad, hanem a lakásban lévő tárgyakból szabadul fel. A VOC-k, vagyis illékony szerves szénhidrogének például fejfájást, émelygést, szemirritációt idézhetnek elő.

Melyek tehát az elkerülendő források?

Ott vannak például a festékek, ragasztók. A falfestékek és festékoldók például kifejezetten veszélyesek, ezért ha lakásokat újrafestitek, próbáljatok alacsony VOC tartalmú terméket választani. A beköltözés előtt néhány napig szellőztessetek, így a felület teljesen megszárad. A barkácsoláshoz használt ragasztókból és egyes filctollakból is párologhatnak egészségre káros anyagok, így kedvelt időtöltéseidnek jobb, ha a szabadban – vagy legalábbis nyitott ablaknál – hódolsz.

A bútorok, szőnyegek, függönyök, párnahuzatok is potenciális „szennyezők”. Léteznek viszont alacsony VOC tartalmú szőnyegek, és azzal is csökkenthető a kibocsátás, ha használat előtt kitekerjük, kiszellőztetjük őket. A formaldehid mérgező illékony vegyület, leginkább farostlemezéből készült bútorokból, nem gyűrődő (formaldehiddel is kezelt) függönyökből, huzatokból szabadul fel, és főleg gyerekeknél légúti irritációt okozhat. Mivel az új tárgyak több formaldehidet bocsátanak ki, fontolóra vehetitek az üzletben kiállított bemutató darab beszerzését is (ezt egy ideje kibontották a csomagolásából), a huzatokat pedig alaposan mossátok ki használat előtt!



Hasonlóképpen egészségtelen anyag a perklóretilén, amit a tisztítóból hazahozott ruhák bocsátanak ki nagyobb mennyiségben. Mivel állatkísérletekben ez az anyag karcinogénnek mutatkozott, próbáljatok elkerülni a ruhák száraz tisztítását. Ha egy kényes holmit mégis a tisztítóba visztek, hordás előtt pár napig tegyétek jól szellőző, elkülönített térbe (pl. garázsba).

A nem-tapadó teflonos serpenyők egészségügyi hatásaival kapcsolatban gyakran merülnek fel aggódalmak. Ha nagyon magas hőmérsékletre hevíted a teflonnal bevont edényt, abból mérgező gőzök szabadulhatnak fel. Ezért ne tedd túl magas lángra vagy a többszáz fokos sütőbe, és használatakor kapcsolj be a szagelszívót

Néha többet ártnak, mint használnak

Ez igaz lehet egyes háztartási tisztítószerre, és légfrissítőkre. A tisztítószeres bőrkiütést és légúti irritációt okozhatnak, valamint allergiás reakciót is kiválthatnak. A klórt és ammóniát

tartalmazó szerek az asztmával küzdőket kifejezetten zavarják. Ha érzékeny vagy, a brutális tisztítószerek helyett hívd segítségül a forró vizet, szódabikarbonát, a mikroszálal törlőkendőt és általában a kevésbé mérgező termékeket.

Az asztmások állapota a légfrissítővel ellátott lakásban általában romlik, másoknál pedig az illatanyagok fejfájás előidézésére is képesek. Az légfrissítők az egészségre káros vegyületeket - ftalátokat - tartalmazhatnak. Mesterséges anyagok helyett inkább használj rozsmaringot, bazsalikomot, mentát és más növényeket, és szellőztess gyakran a szobában.

Mindenképpen ki kell térni a tűzhely, a kémény és a kazán révén esetleg a lakás levegőjébe kerülő mérgező gázokra is. A rosszul beállított gáztűzhely szénmonoxidot és nitrogén-dioxidot juttathat a levegőbe, az előbbi kis mennyiségben fáradtságot, nagyobb mennyiségben émelygést és halált okozhat; az utóbbi pedig légzési nehézségeket. Figyelj arra, hogy a gázcső minden lángra kék legyen, különben főzés közben szivároghat a gáz. A kémény és a kazán rendszeres karbantartásával szintén elkerülhető, hogy szénmonoxid kerüljön a lakás levegőjébe.

Végül, de nem utolsósorban a dohányfüst is a veszélyes levegőszennyező anyagok közé tartozik. Azok, akiknek a szülei dohányoznak (vagyis ők maguk passzív dohányosok), hajlamosabbá válnak a tüdőgyulladásra, hörghurutra, fülgyulladásra, köhögésre, ráadásul a dohányfüst belélegzése segítheti az asztma kialakulását. A lakás levegőjében ezen kívül az urán bomlásából keletkezett, radioaktívan bomló radon is megtalálható – ez a talajból, vizekből a ház repedésein keresztül és a csövek mentén jut be a szobákba. A radon jelentősebb hatással bírhat ott, ahol egyébként dohányoznak is, hiszen a levegőben kószáló aeroszolokra tapadva könnyen bejut a tüdőbe, és ott a sugárzás által rákos megbetegedés okozója lehet.

Forrás: <http://www.kamaszpanasz.hu/hirek/zoldovezet/3151/lakas-levego>