

Κλιματιστικά που μας αρρωσταίνουν αντί να μας δροσίζουν - Τι πρέπει να κάνουμε

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Περνάμε το 90% του χρόνου μας σε κλειστούς χώρους, οι οποίοι για λόγους ασφάλειας και θερμοκρασίας κλιματίζονται μηχανικά. Ο καθαρισμός των κλιματιστικών μονάδων επιβάλλεται, μια και το 50% των μολυσματικών ασθενειών και αλλεργιών των εργαζομένων αποδίδεται στις πλημμελείς συνθήκες καθαρισμού της εσωτερικής ατμόσφαιρας των κτιρίων.

Τι επιβαρύνει τον εσωτερικό αέρα;

1. Σωματίδια και οργανισμοί που υπάρχουν στον εξωτερικό αέρα.
2. Συστατικά των μοκετών, χαλιών αλλά και των επίπλων.
3. Μικρόβια που αποβάλλουν οι ίδιοι οι άνθρωποι, ιδίως σε πολυσύχναστους εσωτερικούς χώρους.
4. Το κάπνισμα στους εσωτερικούς χώρους.
5. Οποιοσδήποτε εργασίες επισκευών και ανακαινίσεων που λαμβάνουν χώρα εντός των κτιρίων.

Τι αρρώστειες μας προσβάλλουν:

Νόσος των λεγεωνάριων (legionella)

Ονομάστηκε έτσι επειδή εκδηλώθηκε για πρώτη φορά σε άτομα που είχαν παρευρεθεί σε αμερικάνικη συγκέντρωση λεγεώνων στην Φιλαδέλφεια των ΗΠΑ το 1976 και στην οποία προσεβλήθησαν 220 άτομα, από τα οποία τα 34 πέθαναν.

Τότε για πρώτη φορά οι επιστήμονες ανακάλυψαν το μικρόβιο legionella, το οποίο «φώλιαζε» σε κλιματιστικά μηχανήματα και μεταδιδόταν μέσω της αναπνοής ή της εισρόφησης σταγονιδίων που περιέχουν τον μικροοργανισμό. Κάθε χρόνο μεγάλος αριθμός ατόμων προσβάλλεται από την συγκεκριμένη νόσο, κυρίως τους καλοκαιρινούς μήνες, παρουσιάζοντας συμπτώματα όπως υψηλό πυρετό, ρίγη, βήχα και ενίοτε μυϊκούς πόνους ή πονοκέφαλο.

Η θνησιμότητα της νόσου, είναι περίπου 12-15 τοις εκατό, αλλά μπορεί να φτάσει και το 40 τοις εκατό σε άτομα με αδύναμο ανοσοποιητικό σύστημα. Η μόλυνση από τον μικροοργανισμό μπορεί να προληφθεί αν γίνεται επαρκής συντήρηση και καθαρισμός των φίλτρων των κλιματιστικών που λειτουργούν με νερό, αλλά και γενικότερα απολύμανση των υδραυλικών συστημάτων νερού που βρίσκονται σε μεγάλα κτίρια.

Αλλεργική ρινίτιδα

Η υπερβολική χρήση των κλιματιστικών έχει συνδεθεί άμεσα και με την εμφάνιση αλλεργικής ρινίτιδας. Πρόκειται για πάθηση, οι οποία όπως αναφέρουν πρόσφατες έρευνες προσβάλλει, σε ποσοστό μεγαλύτερο από το 28 τοις εκατό (ενώ πριν 25 χρόνια δεν ξεπερνούσε το 6 τοις εκατό) του συνολικού πληθυσμού. Σύμφωνα λοιπόν με έρευνες, η κατάχρηση των κλιματιστικών και ο μη επαρκής εξαερισμός σε κλειστά κτίρια ή αίθουσες μπορεί να προκαλέσει βλάβη στο ρινικό επιθήλιο και κατ' επέκταση να δυσχεράνει την αναπνοή. Επίσης έχει φανεί, πως η υπερβολική χρήση κλιματιστικών μπορεί να καταστρέψει σε μεγάλο βαθμό τον φυσιολογικό μηχανισμό φίλτρου της ρινικής αναπνοής.

Για να μην γίνουν εχθρικά για την υγεία μας τα συστήματα κλιματισμού θα πρέπει να συντηρούνται σωστά και να τηρούνται πιστά οι εκάστοτε προδιαγραφές του κατασκευαστή.

Μονοξείδιο του άνθρακα

Σε εξαιρετικές περιπτώσεις και αν το κλιματιστικό χαλάσει, υπάρχει περίπτωση να εκλυθεί μονοξείδιο του άνθρακα, το οποίο είναι δηλητηριώδες και θανατηφόρο αν ο χώρος δεν αερίζεται και οι παρευρισκόμενοι κοιμούνται. Παρόμοιο περιστατικό είχε συμβεί σε τουρίστες σε ξενοδοχείο της Κέρκυρας το 2006, όταν δύο ανήλικα παιδιά βρήκαν τραγικό θάνατο και οι γονείς τους μεταφέρθηκαν στο νοσοκομείο σε κωματώδη κατάσταση.

Οι ψύξεις

Είναι εξίσου συνηθισμένο φαινόμενο από την κατάχρηση του κλιματιστικού,

επομένως η τοποθέτησή του θα πρέπει να γίνει σε κατάλληλο σημείο ώστε να δροσίζει το δωμάτιο και να μην «χτυπά» τα άτομα. Επίσης, σοβαρό πρόβλημα στην υγεία των παρευρισκόμενων σε έναν κλιματιζόμενο χώρο προκαλεί ο καπνός του τσιγάρου και οι καρκινογόνες ουσίες που αυτός περιέχει. Αυτές ανακυκλώνονται διαρκώς στον χώρο και αν δεν υπάρχει επαρκής εξαερισμός, μπορούν να βλάψουν το αναπνευστικό σύστημα των παρευρισκόμενων, όπως ακριβώς και το παθητικό κάπνισμα.

Τι πρέπει να κάνουμε

- Αλλάζετε τα φίλτρα συχνά, ανάλογα με τη χρήση τους.
- Ρυθμίζετε τη θερμοκρασία σε λογικές τιμές (όχι στους 18 βαθμούς Κελσίου), έτσι ώστε να μη ζεσταίνεστε, αλλά ούτε και να κρυώνετε.
- Κλείνετε το κλιματιστικό όταν δεν βρίσκεστε στο δωμάτιο. Σε αντίθεση με το τι ακούγεται για ερμητικά κλειστά παράθυρα και πόρτες, αφήνετε πάντα ένα παράθυρο μισάνοιχτο στον χώρο που κλιματίζεται, έτσι ώστε να ανανεώνεται ο αέρας και να μην ξηραίνεται η ατμόσφαιρα, ιδιαίτερα όταν κοιμάστε με ανοικτό κλιματιστικό.
- Αερίζετε συχνά τους χώρους του σπιτιού και ξεσκονίζετε τακτικά έπιπλα και υφάσματα που μπορεί να πιάσουν σκόνη. Το κλιματιστικό ανακυκλώνει τη σκόνη που υπάρχει στην ατμόσφαιρα, αυξάνοντας τον κίνδυνο εκδήλωσης αλλεργιών.
- Ποτέ μην κάθεστε εκεί που «χτυπάει» το κλιματιστικό για πολλή ώρα. Το πιθανότερο είναι την επόμενη μέρα να υποφέρετε από ψύξη, πονοκέφαλο ή μυϊκούς σπασμούς.

Πηγή: iefimerida.gr