

# MIKROKLIMATO IR VĖDINIMO ĮTAKA SVEIKATAI

Šiuolaikinis žmogus 80 proc. paros laiko praleidžia uždaroje erdvėje. Tam, kad patalpų aplinka būtų palanki žmogaus buvimui ir sveikatai, turi būti užtikrinamos rekomenduojamos patalpų mikroklimato – oro temperatūros, temperatūros skirtumų, santykinės oro drėgmės ir oro judėjimo greičio vertės.

## KAS VYKSTA UŽDAROSE IR NEVĖDINAMOSIOSE PATALPOSE?



- Kaupiasi drėgmė, anglies monoksidas, azoto dioksidai, anglies dvideginis, sieros vandenilis ir kitos kenksmingos medžiagos.
- Sumažėja deguonies kiekis ir padidėja anglies dvideginio kiekis.
- Žema patalpų temperatūra ir padidėjusi drėgmė – puiki terpė mikroorganizmams gausėti ir plisti.

## NETINKAMO MIKROKLIMATO IR VĖDINIMO PADARINIAI:



- Gali atsirasti sveikatos sutrikimų, tokių kaip irzlumas, vangumas, blogas miegas ar nemiga, apetito praradimas, galvos skausmai ir kiti.
- Cheminė, fizinė ir biologinė aplinkos oro tarša skatina sergamumą kvėpavimo organų, kraujotakos ligomis ir veikia besivystančią imuninę sistemą – prarandamas atsparumas ligoms.
- Nevėdintose patalpose ir esant pernelyg sausam orui gali džiūti gerklė, išsausėti nosis, skilinėti plaukai, lūžinėti nagai, sausėti oda, atsirasti alergijų.

## KAIP TO IŠVENGTI? VĖDINKITE PATALPAS:



- Patalpos turi būti vėdinamos reguliariai bent du kartus per dieną.
- Jeigu ugdymo įstaigose nėra įrengto mechaninio vėdinimo, natūraliai vėdinti klases reikia po kiekvienos pamokos praveriant langus.
- Patalpas reikia vėdinti trumpai, bet intensyviai, t. y. vos kelias minutes plačiai pravėrus langus.
- Šviežias oro srautas turi tekėti iš išvėdintų patalpų į neišvėdintas.
- Patalpas reikia vėdinti sukėlus skersvėjų žmonėms nebūnant jose.
- Patalpų negalima vėdinti per tualetu-prausyklos patalpas.
- Patalpas reikia vėdinti ne tik vasarą, bet ir žiemą.