

Специалисты рассказали, как очистить воздух в доме

Один из главных советов — отказ от токсичных чистящих средств. Сидя дома, вы чувствуете раздражение и сухость в носу, горле, глазах, сонливость, упадок сил и даже головокружение? А когда выходите на улицу, все проходит без следа? Это означает, что качество воздуха в вашей квартире оставляет желать много лучшего.

По оценкам Всемирной организации здравоохранения, из-за болезней, связанных с содержанием вредных примесей в домашнем воздухе, на планете ежегодно умирают более 4 миллионов человек. В первую очередь страдают дети, беременные и пожилые люди, то есть те, кто проводит дома большую часть времени. У детей загрязненный воздух чаще всего вызывает аллергию. Взрослые страдают от хронических сердечно-сосудистых, респираторных, онкологических заболеваний.

Как подчеркивают специалисты, образца типичного воздуха в квартире просто не существует, атмосфера каждого дома представляет собой очень сложный, индивидуальный по составу и постоянно меняющийся коктейль из различных загрязнителей, и реакция на него обитателей жилища тоже совершенно индивидуальна. Эффект, оказываемый на организм одним таким веществом, еще можно предположить, но то что происходит с человеком под влиянием комбинации этих веществ, неизвестно.

Уровень загрязнения внутриквартирного воздуха усиливается при неблагоприятных условиях среды — повышенной влажности, сухости, недостаточной вентиляции, слишком высокой или низкой температуре воздуха.

Специалисты сходятся на том, что полностью очистить воздух в доме не удастся никогда. Облегчить ситуацию помогут увлажнители воздуха, регулярная влажная уборка с помощью обычной тряпки, отказ от использования обычных пылесосов, которые способствуют тому, чтобы пыль поднималась в воздух. Вместо разрекламированных чистящих средств, выделяющих токсичные испарения, в доме, где живет аллергик, лучше пользоваться их экологически чистыми аналогами или старыми добрыми уксусом, лимонным соком и содой. А самое главное — почаще проветривать.