

Huono sisäilman laatu sairastuttaa

Tänä syksynä niin aikuiset kuin lapsetkin ovat sairastelleet urakalla. Lyhyen kesän jälkeen auringosta saatavaa D-vitamiinia ei ole kertynyt elimistöön tarpeeksi ja vastustuskykymme on alhaalla. Kun samaan aikaan rakennusten sisäilman laatu on huono, on vaikea välttää jatkuvalla sairastelukierteeltä.

Sairastelukierteessä ja lämmityskauden alkaessa huomaamme herkästi, että nenän limakalvot ja iho kuivuvat. Limakalvojen ärsyyntynyt tila edesauttaa uusien tautien saamista ja siksi on erityisen tärkeää huolehtia mm. huoneilman suhteellisen kosteuden seuraamisesta.

Lämmityskaudella sisäilman ihanteellinen suhteellinen kosteus on 30 - 40 %. Pidempiaikaisesti yli 45 % suhteellinen kosteus sisäilmassa voi aiheuttaa kosteuden tiivistymisen talon ulkovaipan kylmiin rakenteisiin, jolloin riski rakennuksen kosteus- ja homevaurioille kasvaa.

Korkea sisäilman kosteus johtuu usein hetkellisestä runsaasta veden käytöstä, kuten siivouksesta, peseytymisestä tai pyykin kuivauksesta sisätiloissa. Näissä tilanteissa tuuletuksen hetkellinen tehostaminen esimerkiksi risti- tai läpivedon avulla on tehokkain tapa huolehtia riittävästä ilmanvaihdosta. Mikäli kosteus on pidempiaikaisesti sisäilmassa yli 45 %, on ilmanvaihdon tehostamiseen mietittävä pysyviä ratkaisuja.

Lämpötilan laskemisella terveydellisiä ja taloudellisia vaikutuksia

Toinen helppo ja myös taloudellisesti kannattava sisäilman laadun parantamiskeino on huoneilman lämmön säätäminen ihanteelliseen, n. 21 - 22 asteeseen. Jo yhden asteen pudotus huonelämpötilassa vastaa noin viiden prosentin säästöä vuotuisessa energiankulutuksessa. Samalla sisäilman laatu puhdistuu eikä huoneilma tunnu pölyiseltä tai tunkkaiselta.

Unohdamme usein myös korvausilmaventtiilien säännöllisen puhdistamisen. Tällä pienellä, mutta säännöllisesti suoritettavalla kotiaskareella saa ihmeitä aikaan; sisäilma raikastuu, venttiilien suut puhdistuvat, ilmanvaihtokanavat pystyvät puhtaampina ja samalla myös rahaa säästyy.

Korvausilmaventtiilien säännöllisessä puhdistamisessa tulee muistaa, että ammattilaisten taloon säätämät asetukset tulee säilyttää eikä niitä voi lähteä muuttamaan oman mielen mukaan. Samalla on hyvä vaihtaa suodattimet laitevalmistajan ohjeiden mukaisesti.

Mikäli korvausilmaventtiileitä ei talossa ole, tulee ne tarvittaessa teettää, sillä niillä on suuri merkitys sisäilmaan. Etenkin vanhemmista taloista korvausilmaventtiilit usein puuttuvat.

Muista myös ikkunoiden ja ovien tiivistäminen

Kylmä ilma hakeutuu helposti sisätiloihin, mutta ikkunoiden ja ovien oikeaoppisella tiivistämisellä asumismukavuutta voi parantaa huomattavasti. Korvausilmaventtiilit tulee kuitenkin muistaa pitää auki, sillä korvausilmaa tarvitaan myös talvella. Mikäli venttiilit ovat kokonaan kiinni, korvausilma tulee asuntoon rakenteiden läpi kuljettaen mukana myös epäpuhtauksia ja sisäilman laatu heikkenee entisestään.

Raksystems Insinööri-toimisto Oy:n Sisäilma-osaston päällikkö **Elina Saukko** muistuttaa lisäksi lattiakaivojen ja hajulukkojen kunnossapidon tärkeydestä.

'Mikäli haistat asunnossa viemärin hajua, on hyvä puhdistaa lattiakaivot ja samalla tarkastaa, mikäli hajulukot ovat päässeet kuivumaan. Lattiakaivot olisi hyvä tutkia ja puhdistaa säännöllisesti, sillä kosteassa ja lämpimässä kylpyhuoneessa on otolliset kasvualustat mikrobeille' Elina Saukko tarkentaa.

Myös maakellarimainen haju on yleensä merkki rakennuksessa piilevästä ongelmasta. Asukkaan kannattaa tarkastaa, ettei viherkasvien multa ole jatkuvasti pinnalta märkää tai ettei niiden pinnalla ole näkyvää sienikasvua. Maakellarimainen haju tulee aina selvittää ja tarvittaessa turvautua ammattilaisen apuun, sillä se voi olla merkki kosteusvauriosta ja home

Lisätietoja aiheesta:

Elina Saukko
RI (YAMK)
Johtava sisäilma-asiantuntija,
Rakennetekninen kuntotutkija

Raksystems Insinööri-toimisto Oy
+358 (0)30 670 5597
elina.saukko@raksystems.fi

www.raksystems.fi

Kansallissomaisuuden edunvalvontaa jo vuodesta 1989

Raksystems on vuonna 1989 perustettu rakennus- ja kiinteistöalan asiantuntijayritys. Olemme Suomen suurin kuntotarkastusyhtiö. Olemme tehneet yli 50 000 kuntotarkastusta ja -tutkimusta sekä suunnitelleet ja valvooneet satoja peruskorjaushankkeita. Tarjoamme asiakkaillemme palvelukokonaisuuksia, joiden avulla varmistamme kiinteistösomaisuuden arvon säilymisen ja terveellisen elinympäristön. Toimimme aktiivisesti alan kehitystehtävissä kiinteistöjen ja kansallissomaisuutemme edunvalvojina.

Yritysfaktat

Insinööri-toimisto Raksystems Oy perustettiin vuonna 1989.

Raksystems Insinööri-toimisto Oy perustettiin vuonna 2014.

Toimitusjohtaja Marko Malmivaara, DI.

19 toimipistettä – valtakunnallinen asiantuntijaverkosto.

Työntekijöitä noin 110.

Liikevaihto vuonna 2014 n. 10,2 M€.

Ympäristöpolitiikkamme

Vastuullisuus on yksi Raksystems Insinööritoimiston Oy:n perusarvoista. Raksystemsissä olemme sitoutuneet arvojemme mukaisesti ottamaan vastuuta yhteisestä ympäristöstämme.

Lue lisää palveluistamme www.raksystems.fi