Frisk luft ger friska barn

Visste du att
40 % av alla barn har problem
med astma eller allergi?

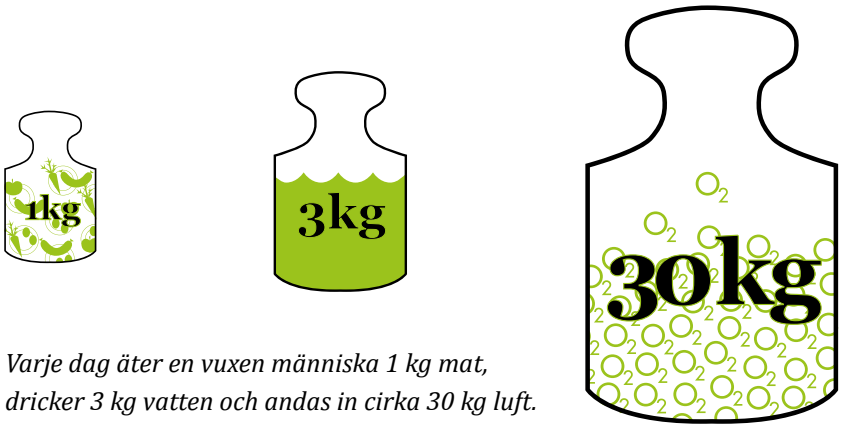
Genom bra ventilation
kan du halvera risken att ditt
barn får dessa sjukdomar.

Svensk Ventilation
Bransch i samverkan

www.svenskventilation.se

Livsviktigt med bra inomhusluft

De flesta av oss är noga med vad vi äter och dricker, men något vi ofta glömmer är luften vi andas. En vuxen människa andas ca 30 kg eller 25 000 liter luft varje dag. Vi som bor i Sverige tillbringar dessutom 90 % av vår tid inomhus och hälften av den tiden är vi hemma. Luften vi andas tar vi som en självklarhet och förutsätter att den är bra.



Varje dag äter en vuxen människa 1 kg mat, dricker 3 kg vatten och andas in cirka 30 kg luft.

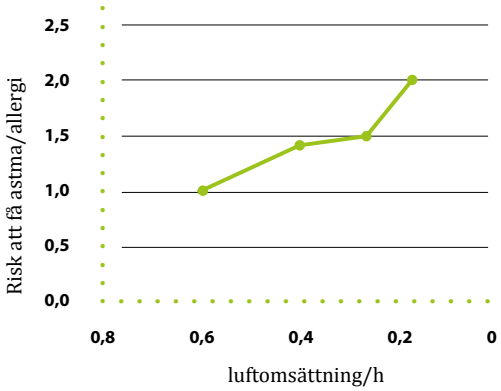
Vi människor är också en del av problemet. Vi förorenar luften med allt ifrån parfymer till matlagning som påverkar inneluftens kvalitet. Även byggmaterial avger ämnen som förorenar luften, samma gäller möbler, rengöringsmedel och kontorsmaskiner.
Datorskärmar tillhör de värsta bovarna. Dessutom ger vi ifrån oss koldioxid som andra i vår omgivning tvingas andas in. För hög koldioxidhalt leder till huvudvärk, yrsel och illamående. Besvär som kunde ha undvikits med en bra ventilation som håller koldioxidhalten på en hälsosam nivå.

Ett väl fungerande ventilationssystem tar in ren och frisk luft och transporterar bort gammal och dålig luft. Om den fungerar väl, ger den oss frisk luft till rätt temperatur och utan drag eller störande ljud. Ventilationen ska heller inte använda mer energi än nödvändigt. Den ska istället hushålla med energi – och därigenom spara pengar.

Frisk luft ger friska barn

Världens största studie om hur inneklimatet påverkar barns hälsa är den s k Värmlandstudien (”Dampness in Buildings and Health”). Den görs i samarbete med ett 20-tal universitet och institutioner i fem olika länder. Studien har letat efter sambandet mellan inneluft och barns hälsa. 8 000 familjer med 11 000 barn i Värmland deltog i studien genom att bl a besvara en enkät. 400 barn valdes ut, varav hälften var helt friska och hälften svårt allergiska eller astmatiska. Studien konstaterar att det finns ett klart samband mellan hur bostäderna är ventilerade och hur barnen mår.

Bra ventilation tar inte bort risken för astma eller allergi men barn som bor i hus med bra ventilation har påtagligt bättre förutsättningar att förbli friska. Flertalet bostäder i Sverige har för låg luftomsättning enligt studien. 60 % av alla lägenheter och 80 % av alla villor uppfyllde inte de krav som vi har för luftomsättning i Sverige. En av slutsatserna i studien var att risken för astma och allergi hos barn var dubbel så stor vid en luftomsättning på 0,18 ggr/timme jämfört med 0,62 ggr/timme.



Diagrammet visar att barn som bor i välventilerade hus har större chans att slippa astma och allergier.

(Värmlandsstudien)

De flesta som har radon vet inte om det

Nästan en halv miljon bostäder i Sverige är så påverkade av radon att de behöver saneras. Bara 10 % av dem som bor i hus med för hög radonhalt känner till det. 90 % är alltså okunniga om detta faktum. Gränsvärdet för radon i bostäder är 200 becquerel per kubikmeter. Statens Strålningsinstitut, SSI, räknar med att det finns cirka 150 000 bostäder med en högre radonhalt än 400 becquerel per kubikmeter, alltså dubbelt så mycket som gränsvärdet säger är tillåtet.

Mäta radonhalten

Att mäta radonhalten är enkelt. Den vanligaste mätmetoden är att använda så kallad spårfilm som man får från ett mätlaboratorium. Miljöförvaltningen i alla kommuner vet vilka man ska vända sig till, många kommuner genomför också radonmätningar kostnadsfritt.

Om Svensk Ventilation
Svensk Ventilation är en branschförening som representerar cirka hundra ventilationsföretag - såväl tillverkare som installatörer. Fyra av de sex största ventilationsföretagen har sin hemvist i Sverige. Läs mer på vår webbplats: www.svenskventilation.se

Luftföroreningar skadar vår hälsa

Normalt tänker vi kanske på bilavgaser, pollen och olika typer av utsläpp när vi tänker på luftföroreningar. Studier runt om i världen visar att en ökad risk för hjärt- och kärlsjukdomar, inklusive dödsfall, vid exponering för luftföroreningar. Särskilt farliga är partiklar från fordon och dubbdäck. Dessa partiklar stannar i lungorna och förs ut i organen. Om inomhusluften innehåller dessa föroreningar, andas vi in dem i våra kroppar och de påverkar vår hälsa. Föroreningar i inandningsluften är direkt kopplade till ökade andningsbesvär, medicinering, astma, och kronisk obstruktiv lungsjukdom. Varje år dör ca 5 000 personer en för tidig död i Sverige p g a luftföroreningar.

Luft som kommer in är alltså förorenad redan från början. Den bästa garantin för ett hälsosamt inomhusklimat är därför en bra ventilation med utomhusluft som först filtrerats från föroreningar och där ventilationen ger rätt luftomsättning.

Studier visar att bra ventilation

- minskar risken att få astma och allergier
- ökar arbetseffektiviteten
- bidrar till bättre hälsa och lägre sjukfrånvaro
- är en förutsättning för välisolerade och täta hus i vårt kalla klimat
- spar energi

Svensk Ventilation Mejerivägen 1-3, Box 47 103, 100 74 Stockholm Tel: 08-762 75 00 Fax: 08-668 11 80 E-post: info@svenskventilation.se