



Με τον υδράργυρο να «χτυπάει» κόκκινο, η δροσιά του κλιματιστικού είναι απόλαυση.

Ωστόσο, οι ειδικοί επισημαίνουν τους κινδύνους που ελλοχεύουν από την αλόγιστη χρήση τους και την μη σωστή συντήρησή τους. Όπως αναφέρει στο www.praktoreio-ygeias.gr/, του ΑΠΕ- ΜΠΕ, ο Δημήτρης Βασσά-λος, Πνευμονολόγος, διδάκτωρ του Πανεπιστημίου Αθηνών...

και Επιστημονικός συνεργάτης της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας (ΣΕΥΠ) ΤΕΙ Αθήνας, έχει παρατηρηθεί από ιατρικές μελέτες ότι αυξάνονται οι παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος, δέρματος, μυών και αρθρώσεων σε ανθρώπους που ζουν ή και εργάζονται σε χώρους με κλιματισμό.

Αύξηση της νοσηρότητας κατά τους μήνες που γίνεται μεγαλύτερη χρήση των κλιματιστικών, κατέγραψε, ανάλυση στην Καλιφόρνια, με πρώτη αιτία νοσηρότητας την πνευμονία, το άσθμα και την ΧΑΠ, ακολουθούσαν τα καρδιαγγειακά και τα εγκεφαλικά.

Σύμφωνα με τον κ. Βασσάλο, τα πλέον συνηθισμένα προβλήματα υγείας στην Ελλάδα με τα οικιακά κλιματιστικά είναι: η φαρυγγίτιδα (επίμονη που κρατεί 2 εβδομάδες), η ρινίτιδα, λόγω ξηρότητας των βλεννογόνων από τον αέρα που ανακυκλώνεται με το κλιματιστικό, ο πονοκέφαλος, η ψύξη μυών, η επιδείνωση αρθρίτιδας ή νευρίτιδας, η ξηρότητα δέρματος και η εμφάνιση δερματοπαθειών, η εμφάνιση αλλεργιών από μύκητες και σκόνη από τα φίλτρα του κλιματιστικού, η ξηροφθαλμία και η επιπεφυκίτιδα.

Επίσης, από κλιματιστικά σε νοσοκομεία, ξενοδοχεία και χώρους εργασίας, λόγω κακής συντήρησης των συστημάτων αποθήκευσης και μεταφοράς του νερού στον κλιματισμό, μπορεί να αναπτυχθούν μικρόβια που προκαλούν μια επικίνδυνη πνευμονία την *Legionella* (νόσος των Λεγεωνάριων).

Ο κ. Βασσάλος εξηγεί τι πρέπει να κάνουμε, ώστε η χρήση των κλιματιστικών να μην έχει επιπτώσεις στην υγεία μας:

***Σωστή συντήρηση κλιματιστικών**

***Καθαρισμός φίλτρων σε τακτά χρονικά διαστήματα**

***Ρύθμιση σε 25 βαθμούς Κελσίου (ιδανικές συνθήκες θερμοκρασία 25-26 βαθμούς Κελσίου και 65% υγρασία)**

***Συχνός αερισμός του χώρου (π.χ. λίγο ανοικτό το παράθυρο συνεχώς)**

***Όχι απότομες εναλλαγές κρύο – ζεστό και αντίστροφα**

Τέλος, αφενός δεν βάζουμε το κλιματιστικό σε πολύ χαμηλή θερμοκρασία και αφετέρου το σβήνουμε 20 λεπτά πριν βγούμε από το σπίτι ή το αυτοκίνητο, ώστε να προσαρμοστεί ο οργανισμός στην μεταβολή της θερμοκρασίας.

πηγή: imerisia.gr