

Jaký dům je nejlepší pro alergické dítě? Ten, který dýchá

Alergie neznamená pro děti jen omezený pobyt v přírodě nebo sennou rýmu z čerstvě posekané trávy. Nástrahy v podobě prachu, roztočů nebo látek, které se uvolňují z lepidel či různých laků, na ně mnohdy čekají i ve zdánlivém bezpečí domova. Jaký dům je tedy pro děti s alergiemi ten nevhodnější?

Alergie, tj. nepřiměřená reakce imunitního systému na běžné podněty, je ve vyspělých zemích jedním z nejčastějších zdravotních onemocnění. V některých státech trpí alergiemi až třetina jejich obyvatel, toto číslo navíc neustále roste. V České republice jsou nějakou formou alergie postiženy přibližně dva miliony obyvatel, podstatnou část z nich přitom tvoří děti. Kromě na první pohled neškodných příznaků, jakými jsou například zarudlé oči, rýma nebo svědění kůže, může alergie vyústit až třeba v astmatický záchvat.

Roztočům se daří v teple a vlhku

Ačkoliv je zřejmě neúčinnějším a nejlevnějším prostředkem, jak s alergiemi bojovat, se alergenům úplně vyhnout, zdaleka ne vždy je to možné. A to ani doma, kde spolu s dětmi trávíme nejvíce času. Paradoxně se totiž některé z hlavních alergenů, například roztoči, nacházejí právě v interiéru. Na vině jsou přetopené a vlhké místnosti, které tvoří ideální podmínky pro množení roztočů. Jejich trus je přitom typickým spouštěčem alergií. Jen pro ilustraci: během svého krátkého života zvládne každý roztoč vyprodukovat přibližně dva tisíce částíček výkalů. V jednom gramu prachu přitom žije 1500 až 5000 roztočů. Přímo semeništěm roztočů jsou potom postele, koberce nebo čalouněný nábytek. I proto odborníci doporučují takový nábytek odstranit a především snížit pokojovou teplotu a často a intenzivně větrat.



Rekuperační jednotka



Pasivní domy jsou díky systémům řízeného větrání s rekuperací tepla vhodné i pro alergiky.

Autor domu: Karon s.r.o.

Udržovat v pokoji stabilní vlhkost běžným větráním je však téměř nadlidský výkon. I proto se stále více prosazují, i když zatím převážně v nízkoenergetických a pasivních domech, systémy řízeného větrání s rekuperací tepla. „Ty zaručují neustálý přísun čerstvého vzduchu, který je navíc před vstupem do interiéru přehříván na pokojovou teplotu v rekuperační jednotce. Díky ní a dokonalé izolaci je v pasivním domě automaticky udržována stálá teplota bez nutnosti přitápět. A to i po většinu zimy,“ popisuje výhody řízeného větrání Jan Bárta z Centra pasivního domu. Teplota se sice v pasivních domech pohybuje zpravidla kolem 20 °C, od zateplených zdí však nejde takový chlad jako v běžných domech. Pocitově je tedy interiér mnohem teplejší, huře se v něm ale daří roztočům.

Pozor dejte i na prach a pyl!

Pokud v nejbližší době stěhování do pasivního domu neplánujete, měli byste alespoň dodržovat určitá základní pravidla. Především odstraňte věci, na které se zbytečně chytá prach. Kničky nebo například hračky uložte do uzavřených skříní, peřiny po babičce raději vyměňte za deky z hypoalergenních materiálů. Mimo dosah prachu by měly být uloženy i lůžkoviny, které raději často perte a po vyprání i žehlete.

Až 90% roztočů se lze podle odborníků zbavit odstraněním koberců. „Někteří rodi-

če se nechtějí vzdát koberců kvůli studeným podlahám. Ty však v pasivních domech, u kterých se běžně izoluje i podlaha, nenajdete,“ vysvětluje Jan Bárta. Upozorňuje zároveň, že by se rozhodně nemělo větrat v době se zvýšenou koncentrací pylů. „Pro alergiky by bylo samozřejmě nejlepší otevírat okna co možná nejméně. To je ale možné, jen pokud máte v domě nainstalovaný již zmíněný systém řízeného větrání s pylovými filtry,“ dodává. V žádném případě by pak neměli alergici utírat prach nebo luxovat. Ani plyšové hračky nejsou pro alergické dítě úplně vhodné. Pokud na nich ale trvá, vybírejte určitě jen ty přátelné. Alespoň jednou týdně je uložte na 24 hodin do ledničky, což spolehlivě zabije všechny roztoče, a následně je vyperte, abyste se mrtvých roztočů zbavili.

Více informací o systémech řízeného větrání najdete na webu www.pasivnidomy.cz.



**CENTRUM
PASIVNÍHO
DOMU**

Jan Bárta, Centrum pasivního domu
tel.: 732 121 651
e-mail: jan.barta@pasivnidomy.cz
www.pasivnidomy.cz