

Pitkä kuuma kesä...

Mistä viilennystä sisälle?

Kesähelteellä saattaa asunnossa ilman lämpötila nousta tukalan kuumaksi. Ikkunan avaaminen on helpoin keino viilentää ilmaa – kovin kuumalla säällä se ei tosin paljon auta. Parhaiten asunto viilenee jos sinne saa läpivedon eli ikkunat auki yhtä aikaa eri puolilta asuntoa. Ikkunat kannattaa jättää auki erityisesti yöllä, koska yön aikana ulkoilman lämpötila laskee.

- Jos yöllä ei tule uni silmään kuumuuden takia, kannattaa kokeilla nukkumista kostean pyyheliinan tai lakanan alla, opastaa sisäilma-asiantuntija Tuula Syrjänen Allergia- ja Astmaliitosta.

- Kosteus tarvitse haihtuakseen lämpöä, joka otetaan nukkujan ihosta, joka näin viilenee.

Ilmaa pyörittävät pöytä- tai kattotuulettimet helpottavat varsin tehokkaasti oloa, koska ne saavat ilman liikkumaan ja liikkuva ilma poistaa lämpöä iholta.

Auringon säteitä ei kannata päästää sisälle. Parasta olisi jos aurinko ei pääsisi lämmittämään edes talon ulkoseiniä, eli talo olisi puiden varjossa. Ikkunat peitetään sälekaihtimilla tai verhoilla – paisteisella seinällä ikkunan ulkopuolelle asennettavat markiisit estävät vielä verhoja tehokkaammin auringon lämmittävän vaikutuksen.

Ikkunan pintaan voi myös kiinnittää auringonsuojakalvon, joka vähentää lämmön pääsyä sisälle. Suojakalvo on erityisen kätevä todella suurissa ikkunoissa, joihin ei pystytä tai haluta laittaa verhoja.

Ilmastointi säädetään kesäasentoon

Jos kotona on koneellinen tulo- ja poistoilmanvaihto, kannattaa se säätää kesäasentoon. Ilmastointikoneissa on lämmöntalteenottokenno, joka siirtää lämmön poistoilmasta tuloilmaan. Niin sanotun kesäpellin avulla lämmöntalteenottokenno saadaan kesäajaksi pois käytöstä, jolloin poistuva ilma ei turhaan lämmitä sisälle tulevaa ilmaa. Yleensä laitteissa neuvotaan samalla kytkemään jälkilämmitysvastus pois päältä. Kannattaa tutustua oman laitteen käyttöohjeisiin.

Kodinkoneliikkeissä ja suurimmissa marketeissa myydään siirrettäviä jäähdytyslaitteita. Ainoastaan sellainen laite kannatta hankkia, joka puhaltaa kerätyn lämmön putkea pitkin ikkunasta tai ovenraosta ulos. Muunlaisista laitteista ei ole juurikaan hyötyä. Kannattaa kiinnittää huomiota laitteen melutasoon, jos sitä käytetään myös öisin.

Tehokkaimmin kodin sisäilmaa viilentää kiinteästi asennettava jäähdytyslaite eli ilmalämpöpumppu. Kiinteän jäähdytyslaitteen asentaa ammattimies, joka neuvoo samalla miten laitetta käytetään. Uuden talon rakentaja voi harkita ilman viilennyksen asennusta ilmanvaihtokoneiston yhteyteen.

Lisätietoja:

Tiedottaja Maarit Rautio, p. (09) 473 351, 040 549 1003

Sisäilma-asiantuntija Tuula Syrjänen, p (09) 4733 5421, 0400 824 172

www.allergia.fi

