

Efterårets indeklima gør familier syge

Efteråret har meldt sin ankomst, sammen med svampe, husstøvmider, bakterier, virus og allergener. Det er efterårets lune for mange danske familier, der har et usundt indeklima.

Der skal massiv udluftning til i oktober og november for at sikre et sundt indeklima.

Luftfugtigheden skal være på 40–45 %, for netop i det interval gøres livet surt for bakterier, virus, svampe, støvmider og allergener, forklarer Rikke Lildholdt fra Velfac. En luftfugtighed under eller over dette interval øger risikoen for, at hoste og snue rammer de danske familier.

Svampe og støvmider trives især ved en høj luftfugtighed, mens andre gener såsom bakterier og virus stortrives ved lav fugtighed. Rikke Lildholdt fortæller, at når vi om efteråret lukker vinduer og døre og tænder op for varmen, så får det sommerens ophobede fugt i huset til at fordampe, hvilket ofte viser sig som dug ved vinduerne. Det er en tydelig indikator på, at der er for høj luftfugtighed i boligen.

Seniorforsker Kjeld Johnsen fra SBI slår fast, at lys og udluftning har en større betydning for vores sundhed, end vi hidtil har været klar over. Især energirigtige, moderne huse kræver god udluftning, da der ikke er den samme luftcirkulation, som i ældre huse. En familie på fire personer producerer omkring 15 liter vanddamp i døgnet, og det kræver udluftning, da støvmider og svampe trives ved høj luftfugtighed.

VELFAC kommer her med råd, der sikrer et godt indeklima, og dermed øger familiens sundhed.

- Luft ud med gennemtræk tre gange dagligt i 5–10 minutter
- Lad de indvendige døre stå åbne, så luften kan cirkulere
- Tør ikke tøj indendøre
- Luft godt ud i forbindelse med madlavning og bad
- Sørg for at bevare en indendørstemperatur på 20–21 grader
- Begynd efteråret med en udluftningsweekend, hvor alle vinduer og døre står på vid gab i mange timer
- En luftfugtighed på 40–45 % sikrer det sundeste indeklima.

Rikke Lildholdt, Marketing manager. mobil 45 2944 6328

VELFAC er Danmarks førende designvindue. Læs mere på www.velfac.dk