

Katupöly narsuttaa hampaita ja vinguttaa keuhkoja

Suurin osa katupölystä on suurikokoisia hiukkasia, jotka narskuvat hampaissa ja tuntuvat silmissä. Mutta se ihmiselle vaarallisin, paljaille silmille näkymätön pöly eli pienhiukkaset jatkaa matkaansa hengitysteihin ja siellä aina pienimpiin sopukoihin, keuhkorakkuloihin asti aiheuttaen oireita, kertoo Allergia- ja Astmaliiton rakennustekninen asiantuntija Tuula Syrjänen.

Katupöly on sekoitus eri aineksia

Keväällä katujen pinnoilta ilmaan nouseva pöly on monimuotoinen sekoitus. Katupölyn ainekset ovat peräisin lukuisista eri lähteistä, mutta pääosa katupölystä koostuu hiekoituksesta ja asfaltista irtaavasta kiviaineksesta. Muu osa on peräisin liikenteen pakokaasuista sekä erilaisista teollisuuden ja energiantuotannon hiukkasista. Lisäksi pölyssä on mukana renkaiden ja muiden autonosien sekä asfaltin bitumin kulumisesta lähteviä hiukkasia, tie- ja merisuolaa, kalsiumpitoisia hiukkasia sekä rauta- ja muita metallihiukkasia. Katupölyssä on mukana myös mikrobeja ja keväisin siitepölyjä, joilla myös on osuutensa havaittuihin oireisiin ja hengityselimistöön kohdistuviin terveydellisiin vaikutuksiin.

Miten välttää oireita?

Pahimpia oireita katupölyaikaan voi lievittää huolehtimalla ylähengitysteiden kunnosta, neuvoo allergianeuvoja Jonna Suominen Allergia- ja Astmaliitosta. Nenän limakalvoja voi puhdistaa keittosuolaliuoksella ja kostuttaa öljytippoilla. Tarvittaessa voi käyttää myös kortikoidipohjaisia nenäsuihkeita. Kun nenän limakalvot ovat kunnossa, kestävät ne paremmin myös tulevan siitepölykauden. Lisäksi tietysti allergisen ja astmaatikon peruslääkitys tulee olla kunnossa ja ulkona liikuttaessa pitää oireenmukainen lääkitys olla aina mukana.

Mikäli lääkityksestä huolimatta katupölystä saa vaikeita oireita, on parasta yrittää välttää liikkumista ongelma-alueilla pahimpaan pölyaikaan. Eniten pölyä on ilmassa vilkasliikenteisillä kulkuväylillä kuivalla ja tuulisella säällä. Mikäli ulkona liikkuminen on kuitenkin välttämätöntä, voi oireita yrittää välttää käyttämällä esimerkiksi uloshengityssventtiilillä varustettua P2-luokan hengityssuojainta. Suojaimen soveltuvuudesta omaan terveydentilaan tulee kuitenkin keskustella hoitavan lääkärin kanssa.

Kannattaa myös muistaa, että sisäilma on peräisin ulkoa ja ulkoilman hiukkasia kulkeutuu myös sisälle. Hiukkasten määrä sisätiloissa riippuu ilmanvaihdon suuruudesta ja suodatuksen tehosta. Katupöly pysyy paremmin ulkona, jos sisätiloihin tuleva ulkoilma otetaan pihan puolelta ja tuuletusikkunoihin, ulkoilmaventtiileihin sekä mahdolliseen ilmanvaihtokoneeseen laitetaan suodattimet.

Mitä kukin itse voi tehdä katupölyongelman vähentämiseksi?

Kiinteistöissä parempi vaihtoehto liukkauden torjuntaan hiekoituksen sijasta olisi hyvä lumen ja jään poisto kulkuväyliltä, jolloin hiekoitussoraa ei talven aikana tarvitsisi käyttää niin paljon. Mutta harvassa kiinteistössä on enää omaa talonmiestä, joka pystyy tarpeeksi nopeasti reagoimaan lumentuloon ja siksi lumen ja jään poisto valitettavasti korvataan yleensä hiekoituksella.

Hiekoitukseen kiinteistöjen kannattaa käyttää seulottua, pestyä ja karkearakeista soraa. Kiinteistön vastualueelle kerääntyvää hiekkamäärää voi lisäksi vähentää poistamalla alueelta hiekkaiset lumikinokset muutaman kerran talven aikana.

Keväällä kiinteistöjen vastualueiden puhdistustyö olisi parasta tehdä juuri ennen kaupungin puhdistustoimenpiteitä. Kiinteistön alueella olevan hiekan poistamiseen ei saa käyttää lehtipuhaltimia ja puhdistettava alue tulisi kostuttaa ennen puhdistusta.

Asukkaiden kannattaa tarkkailla kaupunkialueilla autojen siirtokehotustauluja, jotta kaupunkien vastuulla oleva keväinen hiekan poisto ja katupintojen pesu voitaisiin suorittaa mahdollisimman tehokkaasti. Lisäksi jokainen voi itse vaikuttaa leijuvan pölyn määrään ajamalla kaupunkialueella hiljaisemmalla ajonopeudella ja välttämällä ajamista katujen reuna-alueilla, joissa on paljon pölyä-vää hiekkaa keväisin.

Allergia- ja Astmaliiton Sisäilmaneuvoonasta, p. 0600 14429, voi kysyä katupölyyn ja sisäilmaan liittyvistä asioista tarkemmin. Sisäilmaneuvoonta palvelee maanantaista torstaihin klo 9 - 12.

Allergianeuvonnassa, p. 0600 14419, terveydenhuollon ammattilaiset vastaavat allergiakysymyksiin maanantaisin, tiistaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin klo 9 – 13 ja torstaisin klo 13 – 17. Puhelujen hinnat ovat 0,85 e/min + paikallisverkkomaksu.

Lisätietoja toimituksille:

- Rakennustekninen asiantuntija Tuula Syrjänen tai sisäilma-asiantuntija Taiju Virtanen Allergia- ja Astmaliitto ry, p. (09) 4733 51, sähköposti etunimi.sukunimi@allergia.com
- www.allergia.com

