**Zasady właściwego utrzymania i eksploatacji wentylacji i klimatyzacji**

Odpowiednio zaprojektowana, utrzymana oraz drożna wentylacja jest niezbędna do bezpiecznego i komfortowego przebywania ludzi w pomieszczeniach, natomiast nieprawidłowo funkcjonująca wentylacja może być przyczyną negatywnych konsekwencji zdrowotnych.

Zadaniem klimatyzacji jest wymieniana powietrza i wentylowanie pomieszczenia oraz utrzymywanie temperatury na stałym poziomie, bez względu na temperaturę na zewnątrz. Klimatyzacja pobiera powietrze z pomieszczania i poddaje je obróbce - oziębia i odpowiednio nawilża, po czym wypuszcza otworami klimatyzacyjnymi.

Nowoczesne urządzenia klimatyzacyjne nie tylko nie szkodzą, ale i ułatwiają życie osobom chorym na alergię. Wyposażone w specjalne filtry powietrza usuwają z niego kurz, [roztocza](https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/alergie/roztocza-niewidzialny-wrog-aa-io1F-AVkr-8zX1.html), sierść zwierząt domowych czy kwiatowe pyłki. W związku z tym to nie **wentylacja, czy** **klimatyzacja jest szkodliwa dla zdrowia**, tylko nieumiejętne z nich korzystanie.

Dlatego bardzo ważne jest prowadzenie systematycznej kontroli stanu zanieczyszczenia systemów wentylacyjno-klimatyzacyjnych, dzięki której możliwe jest zapewnienie odpowiedniej jakości powietrza transportowanego kanałami i przewodami (ewentualnie podjęcie szybkich działań w celu usunięcia stwierdzonych nieprawidłowości).

W budynkach, w których działa klimatyzacja, zazwyczaj  jest suche powietrze o niskiej wilgotności. Może to niekorzystnie wpływać na skórę i błony śluzowe dróg oddechowych, prowadząc do [suchości skóry](https://uroda.poradnikzdrowie.pl/twarz/sucha-skora-jak-ja-pielegnowac-rodzaje-suchej-skory-aa-dWtW-LtNZ-M4Lz.html) i śluzówek, a w konsekwencji do zanikowych nieżytów górnych dróg oddechowych.

Klimatyzacja może się przyczynić do rozwoju przeziębienia i pojawienia takich objawów, jak [ból gardła](https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/laryngologia/bol-gardla-aa-RnL2-PLo7-pVJK.html), [chrząkanie](https://www.poradnikzdrowie.pl/sprawdz-sie/objawy/ciagle-chrzakanie-przyczyny-o-jakich-chorobach-swiadczy-aa-eJto-pBd1-gbPs.html), uczucie drapania i przeszkody w gardle – ciała obcego przy przełykaniu. Mogą wystąpić także [kaszel](https://www.poradnikzdrowie.pl/sprawdz-sie/objawy/kaszel-rodzaje-przyczyny-leczenie-aa-G2nb-UETo-CvpV.html), [chrypka](https://www.poradnikzdrowie.pl/sprawdz-sie/objawy/czy-chrypka-to-objaw-choroby-przyczyny-przewleklej-chrypki-aa-Pb8j-8iWp-qPMp.html), a nawet [duszności](https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/uklad-oddechowy/dusznosc-przyczyny-co-powoduje-dusznosci-aa-mWYo-Vp1F-mehw.html) u astmatyków.

Aby zapobiegać osłabieniu odporności i częstemu łapaniu infekcji, trzeba właściwie ustawić temperaturę oraz wilgotność w klimatyzatorze, często czyścić filtry oraz okresowo je zmieniać.

Klimatyzacja czyszczona nieodpowiednio, albo zbyt rzadko może negatywnie wpływać na nasze zdrowie, co będzie odczuwalne zwłaszcza dla alergików i osób chorujących na [astmę](https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/uklad-oddechowy/astma-oskrzelowa-objawy-przyczyny-i-skuteczne-leczenie-aa-1Zsu-fjte-ghp4.html). W klimatyzacji, która jest nieodpowiednio konserwowana, mogą rozwijać się bakterie, grzyby i wiele innych drobnoustrojów.

Ponadto jedną z częściej spotykanych bakterii w urządzeniach klimatyzacyjnych jest *Legionella pneumophila* wywołująca chorobę zwaną [legionellozą](https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/choroby-zakazne/choroby-tropikalne-legionelloza-choroba-legionistow-goraczka-zachodnie-aa-5YGy-LaER-bVcX.html), która daje objawy przypominające [grypę](https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/grypa-i-przeziebienia/) (bóle głowy, mięśni, gorączka, po jakimś czasie dochodzi do suchego kaszlu).

Osoby, które wiele godzin dziennie przebywające w klimatyzowanych pomieszczeniach mają często problemy z oczami, gdyż suche powietrze wysusza spojówki.

Klimatyzację należy zatem regularnie czyścić preparatami grzybobójczymi i wymieniać filtry zgodnie z zaleceniami producenta. Aby klimatyzacja była bezpieczna dla zdrowia, powinna być czyszczona, a filtry okresowo wymieniane.

Okresowe przeglądy wentylacji mechanicznej pozwalają uniknąć nadmiernego nagromadzenia zanieczyszczeń wewnątrz instalacji. Należy tutaj zwrócić uwagę nie tylko na sprawność mechaniczną wszystkich urządzeń i akcesoriów wykorzystywanych w instalacji.

Informacja przygotowana przez PSSE w Rybniku styczeń 2024 r.