

# Podzimní déšť a ochlazení: Odborník radí, jak předejít růstu plísní v domácnosti

17.9.2024 - | PROTEXT

**Jak vysokou vzdušnou vlhkost redukovat, aby se plísně nešířily, radí odborník na alergie a šéfredaktor portálu ProAlergiky.cz Michal Závacký.**

## Vlhkost a zdravotní rizika

Samotné vyšší množství vody ve vzduchu zdraví škodlivé není, může ale napáchat škody na zařízení domácnosti nebo znemožnit dokonalé schnutí prádla a způsobit jeho zatuchnutí. Ve vlhkém prostředí se nicméně výborně daří plísním. „Plísně produkují alergizující či dokonce toxické spory, které jsou zdraví nebezpečné. Akutní potíže způsobují hlavně alergikům na plísně a astmatikům, pobyt v takovém prostředí ale dlouhodobě nesvědčí ani zdravým lidem. Ve vlhku se daří i roztočům, jejichž výkaly také patří mezi časté alergenů,” varuje odborník na alergie.

## Spory plísní přilétají především z venku

Spory jsou mikroskopické rozmnožovací částičky plísní, které se uvolňují z existujících plísňových ložisek, například na rostlinách v přírodě. Venkovní vzduch už od začátku léta obsahuje vysoké koncentrace těchto spor, a tak většina z nich se do budov dostane větráním. Spory se pak usadí na površích v interiéru, a pokud zde mají dostatek vlhkosti, začnou z nich růst nová ložiska plísní. Ta začnou brzy do vzduchu uvolňovat nové spory.

## Jak zjistím, že mám doma příliš vlhko?

Pokud jste na vnitřní straně oken objevili kapičky vody, případně se na stěnách začala tvořit ložiska plísní, jde o jasné znaky toho, že je ve vzduchu příliš vody, která na chladnějším povrchu kondenzuje. Plísně se ale z důvodu omezeného proudění vzduchu mohou začít tvořit i za nábytkem nebo pod kobercem, kde si jich člověk nemusí všimnout. Podezření na vysokou vlhkost vzduchu s jistotou potvrdí vlhkoměr nebo meteostanice, které koupíte za pár stokorun. Pokud na displeji uvidíte hodnotu nad 70 % (při vyšších teplotách nad 22 °C už 60 %), zpozorněte.

## Co dělat při zvýšené vlhkosti?

Prvním krokem by mělo být zavedení správného postupu větrání. „Doporučuji několikaminutové prudké vyvětrání celého bytu ráno i večer. Čím je venku chladněji, tím kratší doba na vyvětrání stačí. Naopak bych nedoporučil kontinuální větrání takzvaně na ventilačku,” radí odborník z portálu ProAlergiky.cz. Pokud změna větracích návyků nepomohla, nezbyvá než pořídit odvlhčovač vzduchu. Ten na rozdíl od nedostatečně účinných tabletových pohlcovačů vlhkosti dokáže ze vzduchu odstranit i několik litrů vody denně.

## Jak vybrat odvlhčovač vzduchu?

Při výběru odvlhčovače vzduchu je důležité vědět, jaký je minimální potřebný odvlhčovací výkon pro váš prostor. Ten se odvíjí od velikosti daného prostoru, relativní vzdušné vlhkosti naměřené vlhkoměrem a také od počtu osob, které se v prostoru běžně pohybují. Naštěstí nemusíte nic počítat sami, přehlednou tabulku, ze které minimální odvlhčovací výkon odvodíte, najdete třeba v nákupním rádci na webu ProAlergiky.cz.

Dále záleží, zda potřebujete odvlhčovat běžné obytné prostory, nebo například chladnější sklep. „Pro místnosti s teplotou nad 15 °C doporučujeme kondenzační odvlhčovače, pro nevytápěné místnosti do 10 °C pak odvlhčovače adsorpční,” radí Michal Závacký z portálu ProAlergiky.cz.

Dalším faktorem, který je potřeba zvážit, je spotřeba přístroje. „Dražší odvlhčovače často svoji pořizovací cenu kompenzují vyšší energetickou účinností, a tudíž nižšími provozními náklady. Levné odvlhčovače se tedy dlouhodobě spíše nevyplatí. Vždy ale porovnávejte příkon ve wattech, který najdete v popisku produktu,” dodává odborník na alergie.

Odvlhčovače vzduchu mohou být vybaveny dodatečnými funkcemi, které vám zkvalitní život. Odvlhčovače s funkcí čističky vzduchu se hodí zejména do prostor, kde už dochází k růstu plísní nebo kde se pohybují lidé na tyto plísně alergičtí. Pomocí HEPA filtru dokáže ze vzduchu odstranit nebezpečné spory plísní, uhlíkový filtr pak případně odstraní i zápach. Menší domácnosti ocení odvlhčovač s funkcí sušení prádla, který tento proces výrazně urychlí. Zároveň co do pořizovací ceny spotřebiče i do spotřeby elektrické energie vychází tato varianta levněji než sušení v automatické sušičce.

### **Jak odvlhčovač používat?**

Použití moderních odvlhčovačů je velice snadné a intuitivní. Odvlhčovač stačí postavit do volného prostoru v místnosti s uzavřenými okny a venkovními dveřmi. Většina přístrojů sama hlídá aktuální vlhkost a vypne se, když se relativní vzdušná vlhkost v místnosti dostane okolo žádoucích 50 %. Přesušení vzduchu se tak bát nemusíte. Při akutní vlhkosti, například po záplavách, lze účinek odvlhčování zvýšit přitápěním v místnosti. Většina elektrických odvlhčovačů umožňuje napojení hadice pro odtok nashromážděné vody přímo do odpadu, takže není nutné ani vyprazdňovat nádrž.

Pokud vás v domácnosti trápí vysoká vzdušná vlhkost, pořízením odvlhčovače vzduchu můžete účinně ochránit své zdraví i majetek.

### **O portálu ProAlergiky.cz**

Portál ProAlergiky.cz na trhu působí od roku 2005 a vznikl jako projekt alergiků, který má pomáhat ostatním alergikům. Zakladatelé, sami alergologičtí pacienti, nemohli nalézt dostatek informací ani produkty pro účinné řešení svých problémů. Informace tedy začali sami shromažďovat a produkty vyhledávat, testovat, vyrábět nebo dovážet a ve spolupráci s odborníky z oborů alergologie a dermatologie založili internetový portál ProAlergiky.cz, kde poskytují praktické informace o všech běžných alergiích, pylové zpravodajství, odborné poradenství, produktová doporučení i recenze.

*Tichý a úsporný kondenzační odvlhčovač s čističkou vzduchu Meaco Dry Arete® One 10L má i funkci sušení prádla. Na [www.proalergiky.cz](http://www.proalergiky.cz) stojí 5 490 Kč.*

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/podzimni-dest-a-ochlazení-odbornik-radi-jak-predejit-rustu-plisni-v-domacnosti/2569406>