

Gyvenimą gadina pelėsiai

Šeima susidėjo plastikinius langus, kad galėtų šilčiau gyventi žiemą, ir netrukus pastebėjo, jog prie palangių atsirado pelėsių žymės, maža to, jos ėmė plėstis. Kas yra tie pelėsiai ir kodėl jie gadina mums gyvenimą?

Laimius STRAŽNICKAS

Drėgmė – pelėsių palydovė

Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centro Aplinkos sveikatinimo skyriaus vyriausioji specialistė Jolanta Rybalko aiškina, kad pelėsiams atsirasti palankiausias metas yra ruduo ir žiema, kai atvėsta ir subjūra oras, o norėdami išlaikyti kuo daugiau šilumos patalpose rečiau jas vėdiname. Pelėsių atsiradimą ant plastikinių langų rėmų lemia rasojantys langų stiklai. Jeigu

Pelėsiai pradeda vystytis, kai ant drėgno paviršiaus patenka jų pradų. Padidėjus drėgmei, mikroorganizmų pradai ima dygti, formuojasi siūlo pavidalo micelis ir driekiasi medžiagos paviršiumi. Mikroorganizmų augimą skatina ir ant medžiagos pakliuvusios dulksės, įvairios organinės dalelės, mineralinės medžiagos.

Pelėsių sporų skrajoja ir lauke. Todėl jų galima parsinešti iš lauko ant daiktų, drabužių, batų.

plika akimi. Iš pradžių tamsios dėmės išmargina tik nedidelius sienų ar kitų paviršių plotelius, vėliau, jei sąlygos – palankios, kolonijos plečiasi.

Šie grybai auga tik ten, kur yra pakankamai drėgmės ir nepakankamai vėdinamos patalpos. Jei namuose santykinis oro drėgnis viršija 60 proc., tai – ideali terpė pelėsiams veistis. Jie aktyviai dauginasi ir auga esant 20 °C temperatūrai. Pelėsiai nebijo šalčio – gali gyventi ir tvyrant neigiamai temperatūrai, tačiau tuo metu jie nesidaugins.

Ne visada pelėsių dauginimasis yra matomas, tačiau bet kokių atveju pažeista medžiaga tampa pelėsių sporų šaltiniu, todėl pirmasis užterštumo pelėsiams požymis – jų sporų atsiradimas ore.

Galima aptikti visur

Palangės – ne vienintelės namų vietos, kur veisiasi pelėsiai. Šių grybų galima aptikti beveik visur. Jie plinta ant sienų, prie kurių prispausti baldai, kur sunikiai praeina oras, ant lubų. Pelėsių galima rasti ant daugelio medžiagų ir dangų, naudojamų patalpų viduje, įskaitant betoną, cementą, gipsą, medieną, plastmasę, gumą, dažytus paviršius, kilimus, knygas... Pelėsiai gali augti ant faneros, popieriaus (kartono), sienų apmušalų, tinko, plastiko, silikono, dažų, lako, odos. Mitybinių pelėsių substratu patalpose gali būti statybinės, apdailos medžiagos, interjero detalės, dangos, baldai, įvairūs namų apyvokos daiktai, drabužiai, avalynė. Pelėsiams patinka mediena, celiuliozė ir kitokie angliavandeniai, nes tai lengviausiai ardomos medžiagos, kaupiančios drėgmę ir nešvarumus. Taip pat pelėsiams patinka medvilniniai ir vilnoniai kilimai ir medžiagos.

Parazitinių rūšių pelėsiai vystosi namų dulkėse, jeigu didelę dalį jų sudaro odos epitelio atplaišos, naminių gyvūnų plaukai ir įvairios sintetinio pluošto medžiagos. Dažnai pelėsių įsiveisia oro drėkintuvuose, kondicionieriuose, vonios ir tualetu

patalpose, prie praustuvų, dušų, rūsiuose, už šaldytuvų, spintų, po tapetais.

Pelėsių gali atsirasti skalbimo mašinoje. Jų atsiradimo priežastis – drėgmė ir šiluma. Todėl po skalbimo būtina sausai nuvalyti guminį skalbyklės angos apvadą ir išdžiovinti skalbikliams skirtą stalčių. Indaplovės durelių guma – taip pat puiki terpė daugintis pelėsiams. Kad jų išvengtumėte, bent kartą per mėnesį rekomenduojama išimti iš indaplovės padėklus, nuplauti karštu vandeniu ir palikti iki galo išdžiūti.

Gera vieta bakterijoms ir pelėsiams augti – šaldytuvai. Maisto ten yra daug, o vėsi temperatūra sukuria puikią aplinką pelėsiams tarpti. Jie sparčiausiai auga nepakuotuose maisto produktuose, kuriuose yra vandens, taip pat ant sausų produktų. Todėl būtina šaldytuvą reguliariai valyti, nusausti gumines durelių dalis ir vietas, kuriose yra linkęs kauptis kondensatas. Jeigu vadinamosios tarpinės nėra sandarios ar yra įtrūkusios, ten gali kauptis drėgmė ir veistis pelėsiai. Šaldytuvo vidus visada turi būti sausas.

Būtina kovoti

Oro kokybė patalpose – ypač svarbus veiksnys, darantis įtaką žmogaus sveikatai. Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, maždaug 20–30 proc. namų ūkių Europos regione patiria problemų dėl patalpų drėgmės ir pelėsių.

Kovoti su pelėsiams – būtina, nes jų sintetinės nuodingos medžiagos (toksinai) yra ypač pavojingos sveikatai. Esant didelei toksinų ir kitų pavojingų mikroorganizmų koncentracijai gyvenamojoje aplinkoje, vadinamasis grybinis užterštumas gali paveikti žmones, kurie yra jautrūs šiems grybams, ir tapti sunkių ligų priežastimi. Pelėsių sukeltomis ligomis gali sirgti visa šeima.

Nustatyta, kad šviriame kambarėje 1 m³ oro yra iki 500 grybų sporų. Vienos jų gali sukelti alergiją, kitos – plaučių ligas, migreną, bronchitą, astmą. Pe-



Geriausias būdas kovoti su pelėsiams – pakankamai vėdinti ir šildyti patalpas, šalinti perteklinę drėgmę

langai – pernelyg sandarūs, nepraleidžia oro, patalpos – mažai vėdinamos, susidaro drėgmės perteklius, ir stiklai pradeda rasioti. Žemėjant lauko oro temperatūrai, stiklų paviršius ir angoraščiai atvėsta labiausiai, todėl šalčiausiose sienos vietose apie langus gali imti kondensuotis ore esantys vandens garai. Vanduo įsigeria į sienos konstrukciją ir, drėgmei neišgaruojant, sukelia sienos konstrukcijos ir pirmiausia jos vidaus apdailos irimą.

Pelėsiai yra itin gyvybingi ir atsparūs, todėl jiems reikia labai nedaug – šiek tiek drėgmės ir nešvarumų.

Kas tie pelėsiai?

Pelėsiai – tai grybai, augantys dažniausiai siūlais, gijomis (hifais). Augdami jie šakojasi ir sudaro siūlų tinklą – grybieną (micelij). Pelėsiai augina mažytes sporas, lengvai pernešamas oru. Siūlų tinklas ir sporos būna juodos, pilkos, rudos, žalsvos ar kitos spalvos, todėl gerai matomi

lėšiai neigiamai veikia ne tik kvėpavimo takus. Su maistu jų gali pakliūti į žarnyną ir kenkti virškinimo sistemai.

Dažniausiai pelėsių poveikis sveikatai pasireiškia galvos skausmais, nerviniu dirglumu, nuovargiu, alerginėmis reakcijomis, akių ašarojimu, odos peršėjimu, sloga, kosuliu, pneumonija, astmos priepuoliais, viršutinių kvėpavimo takų dirginimu... Alergija pelėsiams gali atsirasti ir tiems žmonėms, kurie anksčiau jos nebuvo varginami.

Namų dulkės sukelia alergijos priepuolius asmenims, alergiškiems pelėsiams. Kai kurių rūšių pelėsių sklaidžiamas nemalonus kvapas gali sudirginti kvėpavimo takus, bet nesukelti alergijos. Jei žmogus yra įjautrintas pelėsių, ligos simptomus gali justis išties metus, nes pelėsių sporos nežūsta nuo šalčio. Labiausiai pelėsių pažeidžiami yra kūdikiai, maži vaikai ir pagyvenę žmonės, nes jie daugiausia laiko praleidžia patalpose ir jų imunitetas – jautriausias. Tokiose patalpose gyvenantys žmonės dažniau susergera depresija. Tiesa, pelėšiai namuose ne visada stipriai veikia sveikatą. Kiekvienas skirtingai reaguoja į galimą jų poveikį.

Pelėsių naikinimo priemonės negali sustabdyti jų augimo ilgam laikui – jie anksčiau ar vėliau vis tiek atsinaujina. Net geriausios pelėsius naikinančios priemonės nebus efektyvios, jeigu nuo paviršiaus nebus gerai pašalinti šie grybai. Jei liks nors keletas pradų, pelėšiai greitai vėl pasirodys. Jie gali būti šalinami cheminiu ar mechaniniu būdu.

Patys galime tvarkyti tik nedidelius pelėsių plotus. Ant kieto paviršiaus atsiradusius pelėsius galima nuplauti muiluotu vandeniu, o jiems atsinaujinus – naudoti specialius chemikalus, baliklius. Tačiau jei įsisenėjusius ir pavojingus pelėsius netinkamai naikinsime patys, galime pakenkti savo sveikatai ir gyvenamajai vietai. Todėl geriausia pelėsių naikinimą ir prevenciją patikėti specialistams.

Apskritai pelėsių problema galima išspręsti pašalinus sąlygas pelėsiams augti – sutvarkius stogus ir plyšius, suregulavus šildymą ir vėdinimą. Prakiurę ar užsikimšę lietvamzdžiai taip pat teikia pelėsiams reikalingos drėgmės. Patalpas, ypač

virtuvės, reikėtų vėdinti keletą kartų per dieną.

Kovos priemonės

Higienos instituto atstovė atkreipia dėmesį, kad geriausias būdas užkirsti kelią pelėsiams augti – tinkamas vėdinimas, per didelės drėgmės šalinimas ir pakankamas patalpų šildymas. Santykinis oro drėgnis priklauso nuo temperatūros: jai kylant, drėgmės mažėja. Pastovus 40–60 proc. santykinis oro drėgnis neleidžia pelėsiams ir kitiems alergenams veistis. Pelėšiai kenkia ne tik sveikatai, bet ir pačiam pastatui, nes ardo jo konstrukcijas, sienas.

Drėgmės lygiui palaikyti patalpose rekomenduojama naudoti drėgmės surinktuvus, oro kondicionierius. Norint namuose išlaikyti optimalų drėgmės lygį, patariama gaminant maistą įjungti garų surinktuvą ar praverti langą. Maudantis vonioje ar duše, verta praverti ventiliacijos angas, o nakčiai derėtų palikti praviras vonios kambario duris, kad jame esanti drėgmė išsisklaidytų. Jei įmanoma, skalbinius džiovinkite ne kambariuose. Derėtų sutaisyti lašančius vamzdžius ir čiaupus.

Kai lauke oro temperatūra – žemesnė nei 0 °C, geriausia patalpas vėdinti trumpai (2–3 min.), plačiai atvėrus langus. Lauko oro temperatūrai esant 5–10 °C, patalpų vėdinimo laiką galima pailginti. Efektyvu kelioms minutėms patalpose sukelti skersvėjų.

Šildymo sezonu visi šildymo prietaisai (radiatoriai) neturėtų būti užstatyti baldais, o butuose įrengti ortakiai (ventiliacijos kanalai) turėtų būti atviri ir veikiantys.

Namuose nerekomenduojama auginti pernelyg daug kambarinių augalų. Vazoninių gėlių žemės paviršiuje veisiasi pelėšiai, ant lapų kaupiasi dulkės. O pelėsiniams grybams plisti nuo augalų į aplinką padeda oro judėjimas. Todėl patalpose, kuriose yra daug kambarinių gėlių, turi būti gera ventiliacijos sistema, jos – reguliariai vėdinamos. Taip pat svarbu neperlaistyti augalų. Šiltuoju metų laiku juos laistyti reikėtų tik tada, kai žemės paviršius vazonėliuose visiškai išdžiūsta, o šaltuoju metu – pagal konkrečios gėlės poreikius.

PIRMAS KARTAS NEKAINUOJA.

○ po to matysi(mmm)



ATVYKITE Į „FIELMANN“. PIRMA REGOS PATIKRA NEMOKAMA. TIK SUAUGUSIEMS.

fielmann.lt

Akiniai: **Fielmann.**