



Nawilżacz ewaporacyjny

Często pacjenci, a także zdrowi członkowie ich rodzin pytają: czy jest sens kupować urządzenia poprawiające kondycję powietrza wdychanego w pomieszczeniach?.

Odpowiedz zawsze brzmi: TAK.

Jak wiadomo człowiek dorosły wykonuje od 12 do 24 wdechów na minutę, każdorazowo wdychając 150 ml powietrza w przypadku kobiet i 200 ml w przypadku mężczyzn. Jeśli weźmiemy pod uwagę dzieci to w każdej grupie wiekowej proporcje ilości wdychanego i wydychanego powietrza w stosunku do masy ciała są jeszcze bardziej imponujące. Tak jest szczególnie u niemowląt i małych dzieci, tak aby w miarę wzrastania zmniejszyć się do proporcji właściwych dla osób dorosłych. Dane te pokazują jak ważny przy tej ilości wdychanego powietrza jest jego skład i jak duże to ma znaczenie dla naszego zdrowia.

Drogi oddechowe przygotowują wdychane powietrze poprzez:

- regulację temperatury
- nawilżanie
- oczyszczanie

U zdrowych ludzi powyższe mechanizmy mogą stawać się niewydolne w przypadkach:

1. zwiększenia zanieczyszczenia powietrza poprzez: np. spaliny ze szczególnym uwzględnieniem spalin z silników DIESLA, smog, wyziewy z fabryk w zindustrializowanych rejonach, grzyby, roztocza, a także zanieczyszczenia powietrza na różnych stanowiskach pracy: np. u fryzjerów, pracowników fabryk narażonych na wdychanie azbestu w określonych stężeniach i inni.
2. ostrych warunkach klimatycznych, ze szczególnym uwzględnieniem dużych różnic temperatur na zewnątrz i w pomieszczeniach (zima, lato, pomieszczenia klimatyzowane). U pacjentów ze schorzeniami układu oddechowego takich jak przewlekłe nieżyty nosa, astma, ostre i przewlekłe zapalenia oskrzeli, przewlekła obturacyjna choroba płuc występująca głównie u palaczy tytoniu - naturalne dostosowywanie wdychanego powietrza do potrzeb organizmu może być niesprawne na każdym etapie oddychania co wynika z istoty schorzenia.

I właśnie wtedy z pomocą mogą nam przyjść urządzenia, o których mowa. Urządzenia te wspierają nasz organizm w wykonywaniu poprzednio wymienionych funkcji.

Trzeba natomiast wiedzieć w jakich sytuacjach i przy jakich schorzeniach użyć określonego urządzenia aby zapewnić optymalny efekt jego działania.

Bardzo pomocnym w utrzymaniu żądanej wilgotności powietrza w pomieszczeniu może okazać się nawilżacz powietrza Stadler Form Oskar. Jest to nawilżacz ewaporacyjny, a więc zasada jego działania polega na naturalnym odparowywaniu. Zamontowane w urządzeniu wkłady nasiąkają wodą, która jest odprowadzana do powietrza mechanicznie za pomocą wiatraków.

Dzięki wmontowanemu higrostatowi możemy ustawić różny poziom żądanej wilgotności w zależności od potrzeb. Najlepsza zalecana wilgotność powietrza to ok 45% przy temperaturze w pomieszczeniu ok. 20°C. Należy pamiętać, że przy wysuszonym powietrzu (czyli takim o obniżonej wilgotności), które prawie zawsze występuje przy włączonym ogrzewaniu zimą, aparat ręskowy odpowiadający za wychwytywanie przy każdym wdechu nieczystości z powietrza może nie być w stanie prawidłowo wykonywać swoich funkcji.



U osób zdrowych spowoduje to dyskomfort, zaburzenia koncentracji, wysuszenie skóry, włosów.

U osób chorych lub osób z grupy ryzyka zachorowań na choroby układu oddechowego może powodować wszystkie powyższe, oraz wystąpienie lub nasilenie objawów chorobowych jak pieczenie, łzawienie spojówek, suchość w nosie, blokadę nosa, wyciek z nosa, kaszel.

Trzeba pamiętać, że jakkolwiek odpowiednia wilgotność powietrza (45-50% przy temperaturze 20°C) ma korzystny wpływ na nasze zdrowie, tak zbyt mocne nawilżenie powietrza nie jest zalecane. Dla roztoczy kurzu domowego, które są przyczyną alergii układu oddechowego optymalna wilgotność dla namnażania się wynosi ok.55%, optymalna temperatura to poniżej 18°C. Zbyt duża wilgotność sprzyja także rozwojowi grzybów zarodnikujących, które na równi z roztoczymi są przyczyną objawów alergii. Dlatego też tak istotnym jest używanie higrometru, który na bieżąco bada wilgotność i temperaturę powietrza.

Istotna jest także odpowiednio częsta wymiana filtrów ponieważ niewystarczająco często wymieniany lub czyszczony filtr bywa siedliskiem do namnażania się grzybów, roztoczy i patogenów chorobotwórczych.

**Opinia Lek. med. Magdalena Napora-Grabowska
Specjalista alergologii i chorób płuc**

