



Higrometr

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.

W każdym pomieszczeniu znajdzie zastosowanie mały funkcjonalny higrometr Stadler Form Selina, dzięki któremu określimy warunki mikroklimatyczne w naszym pomieszczeniu (temperaturę i wilgotność). Dzięki takiemu pomiarowi będziemy mogli określić co w tym zakresie powinniśmy zmienić w naszym pomieszczeniu. Jednocześnie poprzez kolejne pomiary możemy śledzić jakie zmiany mikroklimatyczne zachodzą w obserwowanym pomieszczeniu samoistnie, czy na skutek pracy poszczególnych urządzeń. Część dostępnych na rynku nawilżaczy powietrza jak Stadler Form Oskar, czy osuszaczy powietrza jak Stadler Form Albert posiadają wbudowaną funkcję higrometru. W ich przypadku głównym jej zadaniem jest utrzymywanie zadanego poziomu wilgotności powietrza. Z pewnością jednak osobne urządzenie w postaci higrometru pozwala nam na stałe i łatwe monitorowanie wilgotności i temperatury powietrza.

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

