



## Nawilżacz z funkcją oczyszczania powietrza

**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 DIESELA, smog, wyloty 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 może okazać się np. nawilżacz z funkcją oczyszczania powietrza Stadler Form Tom.

Jest to zaawansowany nawilżacz z funkcją oczyszczania powietrza, który zasysa powietrze, aby następnie przepuścić je przez efektywne filtry. W toku tego działania powietrze wydostające się z urządzenia jest nawilżone, jak również wolne od:

- małych i dużych cząstek roztoczy
- grzybów, pleśni i ich antygenów
- pyłków roślin ( np. traw, drzew, chwastów, kwiatów)
- sierści i naskórka zwierząt domowych
- drobnoustrojów chorobotwórczych (bakterie, wirusy)
- dymu tytoniowego i innych zapachów
- innych, chemicznych zanieczyszczeń powietrza.





Poprzez swoją pracę urządzenie to może uchronić nas pośrednio od objawów alergii na pyłki, sierści, roztoczy, grzybów a więc: łzawienia, pieczenia spojówek, kataru, uczucia blokady nosa, kaszlu, zmian skórnych. U osób zdrowych spadnie ryzyko alergizacji.

U osób silnie uczulonych oczywiście nie spowoduje, że leczenie farmakologiczne będzie niepotrzebne ale może ograniczyć ilość przyjmowanych leków. Ponadto u pacjentów skłonnych do infekcji poprzez zmniejszenie narażenia na kontakt z drobnoustrojami chorobotwórczymi może zmniejszyć częstość zachorowań. Ważne jest żeby zastosować urządzenie odpowiednio wcześniej tzn. np. na początku sezonu pylenia, zanim substancje, których chcemy uniknąć w otoczeniu zdążą osiąść np. w tapicerowanych meblach etc.

Różne zakresy prędkości a co za tym idzie zmienny poziom hałasu jaki generuje nawilżacz z funkcją oczyszczania powietrza daje możliwości wielu zastosowań w ciągu doby. Urządzenie to jest zaopatrzone w dozownik substancji zapachowych, ale tu należy pamiętać, że zapachy to także cząstki a więc u zdrowych użytkowników mogą być bezpiecznie stosowane, natomiast u alergików i osób skłonnych do częstych infekcji nie radziłabym ich stosować, ponieważ mogą przyczynić się do ujawnienia nadreaktywności śluzówek oczu, nosa, oskrzeli i co za tym idzie wyzwolić objawy chorobowe. Urządzenie o którym mowa posiada także kostkę jonizacyjną, która zmiękcza wodę.

Dzięki wmontowanemu hydrostatowi 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) co prawie zawsze ma miejsce przy włączonym ogrzewaniu zimą aparat rzęskowy układu oddechowego 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 roztoczami są przyczyną objawów alergii. I tu nasz nawilżacz przychodzi nam z pomocą, gdyż włącza się automatycznie gdy wilgotność powietrza spadnie poniżej 45 % .

Istotne 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**

