

השפעות זיהום האוויר שבתוך הבית על בריאות ילדינו



עד כמה האוויר בחדר הילדים שלנו נקי?

מחקרים על ההשפעות הנגרמות מחשיפה למזהמים באוויר מצביעים על כך שכמות המזהמים באוויר בתוך הבית גבוהה עד פי 100 מכמות המזהמים שבחוץ. אולם, בזמן שבני אדם בוגרים אינם חווים את ההשפעות הבריאותיות שיש לזיהום האוויר באופן מידי, תינוקות וילדים קטנים רגישים לכך במיוחד ממספר סיבות:

1. הריאות של התינוק ממשיכות להתפתח עד גיל הבגרות.
2. גופו הקטן והמתפתח של התינוק מתקשה יותר בסילוק הרעלים המגיעים אליו מן האוויר.
3. תינוקות עד גיל 24 חודשים מוולים את רוב זמנם בתוך הבית, ולכן חשופים יותר למזהמים הנמצאים בתוך הבית.

חשיפה ממושכת למזהמים אלו יכולה לגרום למספר בעיות בריאותיות כגון:

- סחרחורות
- שיעול
- גודש של הסינוסים
- בחילה
- עייפות
- כאבי ראש
- גירוי של העיניים, האף והגרונ
- אסתמה

מה שאנו לא רואים יכול לפגוע בילדינו

זיהום האוויר שבתוך הבית נגרם ממספק מקורות עיקריים: חלקיקים בגודל של עד 10 מיקרון (PM10), חלקיקים בגודל של עד 2.5 מיקרון (PM2.5), חלקיקים מזעריים (Ultra Fine Particles), תרכובות אורגניות נישאות אוויר (VOC) ומזהמים ביולוגיים.

PM10

חלקיקי PM10 הינם חלקיקים מזעריים הקטנים מ 10 מיקרון (לצורך השוואה, גודל השערה הינו בין 50-70 מיקרון). חלקיקים אלה נכללים ב: אבק, עובש ואבקה.

PM2.5

חלקיקי PM2.5 הינם חלקיקים מזעריים הקטנים מ 2.5 מיקרון. מרבית חלקיקים אלו נוצרים על ידי פעילות בני האדם מחוץ לבית. חלקיקים אלה נכללים ב: פליטות כלי רכב, פליטות מפעלי תעשייה ועשן שריפה.

Ultra Fine Particles (UFPs)

90% מכלל החלקיקים המזהמים נישאי האוויר הינם UFPs - חלקיקים מזעריים הקטנים מ-0.1 מיקרון. חלקיקים אלה הינם מסוכנים במיוחד משום גודלם המזערי המאפשר להם לחדור לריאות שלנו ומהן לזרם הדם. מחקרים מצאו קשר בין UFPs לבין מקרים של התקפי לב, שבץ, אסתמה ואפילו סרטן.

תרכובות אורגניות נישאות אוויר (VOC)

תרכובות אורגניות נישאיות אוויר הינן תרכובות העוברות תהליך אידוי והופכות לגז בטמפרטורה מסוימת של החדר. ישנם מספר מקורות הפולטים תרכובות גז אלה: חומרי בניין, שטיחים, עשן סיגריות, אדי חומרי ניקוי, צבעי קירות וחומרי טיפוח (איפור, קרמים ובישום). גם במוצרי תינוקות ישנה סכנה בפליטת VOC (כגון מזרני שינה, משטח החתלה ושמינים למיניהם).

מזהמים ביולוגיים

מזהמים ביולוגיים גם הם הינם מקור משמעותי לזיהום אוויר בתוך הבית, כגון: כשכשת של בעלי חיים וקרדיט האבק. מזהמים ביולוגיים אלה יכולים לגרום לשלל השפעות בריאותיות אצל תינוקות החל ממחלות שונות וכלה באלרגיות.

מה לעשות?

בכדי לשפר את איכות האוויר בחדר השינה של התינוק, חברת IQAir מציעה שימוש במטהר האוויר האישי IQAir Atem המספק אוויר נקי מכלל החלקיקים שנזכרו מעלה באיזור הנשימה של התינוק. כמו כן, מומלץ לרהט את חדר השינה של התינוק ברהיטים מעץ טבעי שאינם פולטים תרכובות אורגניות לאוויר, לאוורר את החדר ולשלוט בלחות שבתוכו, לדאוג לתחלופה של מסנני מיזוג האוויר שבחדר ולעבור לשיטות ניקוי ירוקות ללא חומרים מסוכנים.