

Sisäilmaongelmien ehkäisy - Mitä jokaisen kannattaa tehdä

Työturvallisuuslaki 738/2002 velvoittaa ennaltaehkäisevään toimintaan tilojen suunnittelussa ja käytössä. Sisäilma-asioissa erityisesti: 8§, 10§, 12§, 32§, 33§, 36§, 37§, 38§, 39§, 40§, 61§

Hyvään sisäympäristöön kannattaa panostaa ja jokainen voi siihen vaikuttaa.

Kiinteistön käyttö:

- Varmista, että työskentelytila on käyttötarkoituksensa mukainen ja henkilömäärältään oikein mitoitettu. Jos tiloissa on enemmän ihmisiä kuin mitä niihin on suunniteltu, ilmanvaihdon riittämättömyydestä johtuvia sisäilmaongelmia syntyy varmasti
- Jos tiloja käytetään normaalien käyttöaikojen ulkopuolella, varmista kiinteistöhuollosta ilmanvaihdon toimivuus

Tilojen sisustus ja siivous:

- Sijoita kalusteet niin, etteivät ne ole tiiviisti ulkoseinissä kiinni mahdollisen kosteuden tiivistymisen ehkäisemiseksi
- Putkijalalliset irtokalusteet helpottavat altasiivousta
- Vältä avohyllyjä ja tavaroiden säilyttämistä ikkunalaudoilla, pidä pöytäpinnat mahdollisimman tyhjinä siivouksen mahdollistamiseksi
- Poista tarpeettomat paperit ja muut tavarat riittävän usein
- Vältä vaikeasti puhdistettavia tekstiilejä
- Vältä viherkasvien, heinien ja kuivakukkien käyttöä, osa kasveista on allergisoivia ja kasvit keräävät pölyä

Lämmitys:

- Lämmityskaudella pyritään 20-21 °C lämpötilaan, liian kuuma huoneilma lisää oirekokemuksia. Lämmityspatterien termostaattien säätö kuuluu kiinteistönhoidolle
- Pattereiden termostaatteja, irtoantureita sekä pattereita ei saa peittää kalusteilla tai verhoilla tasaisen lämmön jakautumisen turvaamiseksi
- Vältä tarpeetonta sähkölaitteiden päällä pitämistä ylimääräisen lämpökuorman välttämiseksi
- Kesäisin sulje sälekaihtimet, kun tilassa ei oleskella, ylimääräisen lämpökuorman pienentämiseksi

Ilmanvaihto:

- Ilmanvaihdon venttiileitä ei saa peittää eikä säätää itse. Jos ilmanvaihto ei toimi, ota yhteys kiinteistönhoitoon
- Vältä esineiden ripustamista kattoon, ilmavirtaukset voivat muuttua epäedullisiksi
- Vältä pitkäaikaista ovien ja ikkunoiden aukipitämistä
- Nopea ja voimakas ikkunatuuletus on sallittua ja suotavaa esim. kouluissa välituntisin
- Vältä voimakkaita hajusteita

Vesijohdot ja viemärit:

- Pidä lattiakaivot puhtaina ja varmista, että niissä on vettä hajuhaittojen ehkäisemiseksi
- Viemäriverkostoon ei saa laittaa sinne kuulumatonta tavaraa tukkeutumien ehkäisemiseksi
- Pesukoneiden hanat ja muut vesihanat suljetaan käytön jälkeen, pesukoneita ei saa jättää käyntiin ilman valvontaa, esim. öisin ja viikonloppuisin

Työhyvinvointi on meidän jokaisen asia
