

СПЕЦИФІКА ВПЛИВУ ПОВІТРЯ З КОНДИЦІОНЕРА НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ

*Солдатенкова А., студ. (гр. КВ-43, ФПМ КПІ ім. Ігоря Сікорського);
Луц Т.Є., ст. вик. (каф. ОПЦБ КПІ ім. Ігоря Сікорського)*

Сьогодні технології впливають на наше повсякденне життя багатьма способами. З роками це зробило наше життя набагато простішим, ніж раніше, але, як і все інше, переваги технологій також мають власний зворотний бік. Здоров'я, працездатність, самопочуття людини в значній мірі визначаються умовами мікроклімату і повітряного середовища в приміщеннях, де вона проводить значну частину свого часу. Людина за добу споживає 1,5-3 кг їжі та близько 15 кг повітря. Що це за повітря, яка його свіжість і чистота, душно, спекотно або холодно людині в приміщенні, багато в чому залежить від інженерних систем, спеціально призначених для забезпечення повітряного комфорту.

Влітку більшість з нас вважають за краще проводити свій час у приміщеннях з кондиціонерами, оскільки в цих приміщеннях не так спекотно і це дозволяє нам працювати ефективно. Існують безліч розбіжностей з приводу впливу кондиціонера на здоров'я людини. Деякі принципово не купують його для уникнення негативних наслідків. А хтось навпаки, закриває очі на згубний вплив, щоб врятувати себе від літньої спеки.

Розглянемо негативні наслідки кондиціювання повітря на ваше здоров'я.

1. Більш слабкий імунітет. Кондиціонер створює штучну зміну

температури, яка є нездоровою для людського імунітету, що викликає ослаблення імунної системи. Люди, які часто перемикаються між екстремальними температурами, залишаючись всередині будинку та офісу, а пізніше на вулиці під час спеки, хворіють частіше без видимих причин.

2. Почуття постійної втоми. Коли температура кондиціонера дуже низька, це викликає внутрішнє тремтіння в тілі людини, і коли цей індивідуум працює понаднормово, він виробляє більше тепла, що викликає постійну стомлюваність, що є найважливішим негативним впливом кондиціонера на здоров'я.

3. Синусит. На думку дослідників, люди, які проводять більше 4х годин у приміщенні з кондиціювання повітря, частіше отримують діагноз "інфекції синуситу", оскільки холодне повітря, як правило, затвердіє або сушить слизові залози.

4. Сухість очей. Кондиціонер, як правило, сушить очі, викликаючи роздратування очей, оскільки рідина очей легко висихає через холодну температуру.

5. Вірусні інфекції. Ще один досить важливий негативний вплив кондиціонера на здоров'я - це отримання вірусної інфекції, яка, зрештою, пояснюється слабким імунітетом. Кондиціонер - це процес, в якому немає

циркуляції свіжого повітря, а старе повітря циркулює знову і знову, передаючи бактерії та віруси холоду, грип від однієї людини до іншої.

6. Проблеми з диханням. Коли кондиціонери не прибираються належним чином і часто, а фільтри змінюються, створюються всі види бактерій в середині них. Це обумовлено утворенням вологи в котушках і протоках конденсату, яка утворюється, поки йде прохолодне повітря. Коли ці крихітні мікроорганізми є повітряними, вони призводять до проблем з диханням, включаючи деякі небезпечні інфекції, такі як пневмонія та хвороба Легіонера.

7. Сухість шкіри. Холодна атмосфера може бути єдиною причиною сухої шкіри. Холодне повітря, вироблене кондиціонерами, суттєво висушує ваші клітини шкіри завдяки пошкодженню та утворенню тонких ліній, які роблять шкіру грубою та сухою.

8. Алергія. Недбалість при очищенні кондиціонерів може призвести до накопичення пилу, бактерій і цвілі в повітряних каналах, які згодом циркулюють інфекційне повітря, що викликає подразнення шкіри, почервоніння шкіри, свербіж та алергію шкіри.

У зимовий або холодний клімат, дефіцит вологи в повітрі стає проблемою, яка може спричинити дискомфорт у ваших житлових приміщеннях. Багато людей у світі використовують кондиціонер для опалення у зимовий період, але саме у цей період повітря стає дуже сухим при використанні цього приладу.

Як уникнути побічних ефектів від кондиціонерів?

1. Обмежити час роботи приладу - кондиціонери не призначені працювати годинами й годинами. Тому тримайте температуру у межах 22-21 градусів, нехай кондиціонер працюватиме протягом двох годин, а потім вимкніть його.

2. Регулярно очищати фільтр кондиціонер - брудні фільтри можуть дозволити алергенам, пестицидам та іншим твердим частинкам потрапити до вашого будинку, створюючи загрозу якості повітря в приміщенні.

3. Щорічна перевірка технічного обслуговування.

4. Адекватна вентиляція - надходження свіжого повітря може допомогти зменшити забруднення навколишнього середовища. Кондиціонер може працювати протягом 2-3 годин, а коли він не використовується, обов'язково відкривайте вікна, щоб увійшло свіже повітря.

5. Очищувач повітря - прилад для очищення повітря може суттєво зменшити мікроорганізми та забруднювачі, що надходять ззовні.

6. Вода. Якщо пити достатню кількість води - це може допомогти зменшити симптоми сухої шкіри.

7. Виходити частіше на свіже повітря - звикання до кондиціонерів робить зовнішні температури здаються ще жаркішими.

8. Знизити залежність від кондиціонерів - єдиний спосіб боротьби з підвищенням температури - адаптація до нього.

Якщо відкинути домисли та страхи, кондиціонер в багатьох випадках є корисним і незамінним обладнанням. Особливо це стосується регіонів з жарким

кліматом, де високі температури створюють додаткове навантаження людям з серцево-судинними захворюваннями, зайвою вагою, проблемами з обміном речовин. Також необхідна установка кондиціонерів в офісних будівлях і торгових центрах, де знаходиться велика кількість людей, що посилює негативний вплив духоти та спеки.

До числа переваг кондиціонерів відносяться:

1. швидкість і ефективність охолодження приміщення;
2. автоматичне підтримання комфортної температури повітря;
3. очищення повітря від пилу, бактерій і грибків при наявності якісних фільтрів;
4. в деяких моделях є функція іонізації, яка надає оздоровчий вплив на організм.

Висновки. З викладеного вище можна сказати, що вплив кондиціонерів на організм людини - питання досить складне і до кінця не вивчене. Кожна людина може дуже часто почути про шкоду кондиціонерів, про небезпеку, котру вони можуть в собі приховувати, про те, що потрібно віддати перевагу просто очисникам повітря і так далі. Але на практиці відмовитися від кондиціонування повітря не так то й просто. І швидше за все навіть не варто відмовлятися. Адже при правильній експлуатації системи кондиціонування шкоди здоров'ю практично не завдають. А ось створення ідеальних комфортних умов праці та проживання без використання кондиціонерів практично недосяжно.

Література

1. “8 Negative Effects of Air Conditioning on Your Health You Need to Know” - www.mostinside.com/negative-effects-air-conditioning-health-need-know/
2. “What are the effects of air conditioning on human body? Is it bad for health?” - www.quora.com/What-are-the-effects-of-air-conditioning-on-human-body-Is-it-bad-for-health
3. “Air Conditioners: How Bad Are They for Your Health?” - <http://www.healthguidance.org/entry/16845/1/Air-Conditioners-How-Bad-Are-They-for-Your-Health.html>
4. “Чим небезпечний кондиціонер? Правила застосування кондиціонера.” <http://korysniporady.com.ua/chim-nebezpechnij-kondicioner-pravila-zastosuvannya-kondicionera/>
5. “Чим шкідливий кондиціонер і чи шкідливий він взагалі?” <http://ecopravo.lviv.ua/house/chim-shkidlivij-konditsioner-i-chi-shkidlivij-vin-vzagali/>