



ARBEIDS- OG MILJØMEDISINSK AVDELING

BARGO- JA BIRASMEDISIINA OSSODAT



Inneklima – støv og temperatur

STØV OG TEMPERATUR er to viktige inneklimafaktorer å undersøke og få kontroll med hvis en tror en har et inneklimaproblem.

NÅR INNELUFTEN OPPLEVES "dårlig", "tung" og "tørr" viser det seg sjeldent at det er lav luftfuktighet som er årsak. Vanligvis er problemet at temperaturen er for høy i forhold til hva som anbefales, og/eller at luften inneholder støv og partikler.

PLAGER SOM KAN relateres til dårlig inneklima er bl.a. hodepine, konsentrasjonsvansker, luftveisplager, irritasjon i øynene, svimmelhet og tørr hud. Hvis dette er plager som skyldes inneklima på jobben, vil de som oftest forsvinne når du kommer hjem eller er borte fra arbeidsplassen.

MENNESKER KAN OPPLEVE og reagerer ganske ulikt på forurensinger og irritanter i luften. Noen vil få symptomer ved svært lave nivåer av forurensinger og andre tåler nær sagt hva som helst. Dette gjelder selv om alle blir påvirket like mye. Hvis en måler på ulike forurensinger og irritanter, vil en meget sjeldent komme opp i nivåer som er dokumentert helseskadelige. Dette gjelder når en snakker om typiske kontormiljøer hvor det ikke er spesielle kjemiske stoffer tilstede.

I TILLEGG TIL forurensinger og irritanter er for høy lufttemperatur en faktor som kan gi dårlig inneklima. Innetemperaturen bør være mellom 20 og 22 °C.

ET ANNET VIKTIG tiltak er å legge til rette for godt renhold. Dette betyr for eksempel å rydde skrivebordet slik at renholder kommer til og får tørket støv, samt å ha det ryddig på gulvet rundt.

I flere virksomheter har en faste rutiner for at kontorene vaskes så og så mange ganger per uke. Og en har gjerne en fast dag hvor det tørkes støv av skrivebord og vinduskarmer dersom disse er tilgjengelige. Det er like viktig å tørke støv på skrivebord og i bokhyller som å tørke av gulvet. Stør hyllefaktor er noe en bør unngå. Det vil si at kontorer bør innredes med mest mulig skap. Det er også mulig for oss som har faste kontorplasser å ta ansvar for støvtørring av bokhyller og lignende en gang i mellom. Minner om § 2-3 i Arbeidsmiljøloven, som bl.a. sier noe om arbeidstakers medvirkningsplikt til et godt arbeidsmiljø. Alle kan bidra til forbedring av inneklimaet ved å ha faste rutiner for rydding og tilrettelegging for støvtørring.

REDUKSJON AV RENHOLD er verken god personalpolitikk eller god økonomi, da det kan medføre at arbeidstakerne opplever plager som kan relateres til inneklimaet.

UNDERSØKELSER SOM STAMI (Statens arbeidsmiljøinstitutt) har foretatt viste at luftrensere hadde begrenset helseeffekt selv om støvkonsentrasjonene ble halvert. Videre kan feil bruk luftrensere gi problemer, og de tar plass og koster penger. Det er bedre å satse på rengjøring enn luftrensing. (<http://www.stami.no/?nid=999&lcid=1044>)

SÅ – FÅ kontroll med temperatur og støv!

LINKER:
<http://www.inneklima.com/>
<http://www.innemiljo.net/>
<http://www.allergiviten.no/>

Skrevet av Ann-Helen Olsen, sertifisert yrkeshygieniker/siviling.