

نفس راحت در خانه

**تصفیه‌کننده‌های خانگی خطر ذرات
آلاینده موجود در هوا را کاهش و کیفیت
هوای خانه را افزایش می‌دهند**

در روزهایی که شاخص کیفیت هوا مناسب نیست، یکی از توصیه‌ها استفاده از دستگاه‌های تصفیه هوا در محیط‌های بسته به‌ویژه منازل است. طبق بعضی از گزارش‌ها، هوای داخل خانه حتی می‌تواند تا ۵ برابر آلوده‌تر از هوای بیرون باشد و دلیلش هم این است که در محیط‌های داخلی، جریان هوا محدودتر است و بسیاری از آلاینده‌ها در این فضاها بیشتر می‌مانند. به همین دلیل دستگاه‌های تصفیه هوا می‌توانند هوای را که در آلوده را تازه کنند و خطرات ناشی از آلاینده‌ها را کاهش دهند؛ آلاینده‌هایی که عامل بروز مشکلات تنفسی، بیماری‌های عصبی یا تشدید علائم آسم هستند. این نکته را دکتر حسن نوری، معاون آموزش و پژوهش سازمان اورژانس کشور هم تأیید می‌کند و به همشهری تندرستی می‌گوید: «در صورت وجود استطاعت مالی در خانواده‌ها توصیه این است که چنین دستگاه‌هایی خریداری و استفاده شود؛ چون می‌تواند برخی از ذرات درشت خطرناک را از هوای خانه حذف کند.» او درباره مزایا و معایب استفاده از این دستگاه‌ها هم به چند نکته اشاره می‌کند که در ادامه می‌خوانید.



دستگاه‌های تصفیه هوا چقدر مؤثرند؟

دکتر حسن نوری در پاسخ به این سؤال که وضعیت شهرهای کشور با وجود این ذرات آلاینده به‌گونه‌ای هست که دستگاه‌ها برای حذف آنها اثر بخش باشند، عنوان می‌کند: «مانند ذرات آلاینده را داریم. این ذرات چند دسته هستند؛ مثل هیدروکربن‌های آروماتیک حلقوی که سرطان‌زا هستند، چون رادیکال آزاد تولید می‌کنند و باعث صدمه سلولی می‌شوند. برخی ذرات هم ترکیبات ریز دارند؛ مثل مونواکسید کربن. این ذرات، بیشتر محرک هستند و منجر به تحریک راه‌های هوایی می‌شوند؛ مثل اکسید گوگرد که می‌تواند حال یک بیمار تنفسی را به شکل حاد و بدتر کند.» البته به تأکید این مسئول، به‌طور کلی آلاینده‌ها به شکل حاد خود را نشان نمی‌دهند و گروه‌های حاد، آلاینده‌هایی هستند که تحریک مجاری تنفسی، چشم و حلق را دارند و باعث تشدید بیماری‌های تنفسی و قلبی می‌شوند. به‌طور کلی هم بسته به اندازه ذرات، دستگاه‌های تصفیه هوا قادر به جذب آنها هستند و هر میزان این اندازه کوچک‌تر باشد، امکان پاکسازی هوای خانه کمتر می‌شود.

فرار ذرات آلاینده ریز

به گفته معاون آموزش و پژوهش سازمان اورژانس کشور، دستگاه‌های تصفیه هوا نمی‌توانند همه آلودگی‌ها را حذف کنند اما می‌توانند منجر به دفع یکسری از آلودگی‌های مهم شوند. او در توضیح بیشتر بیان می‌کند: «آلاینده‌ها سائزهای مختلفی دارند، مثل CO که خیلی ریز است؛ چیزی شبیه اکسیژن. CO ماده‌ای نیست که در دستگاه‌های تصفیه هوا گیر کند اما ذرات درشت مثل هیدروکربن‌ها که در هوا هستند در این دستگاه‌ها گیر می‌کنند و هوای خانه پاک می‌شود. به همین دلیل توصیه می‌شود که در هوای آلوده این دستگاه‌ها روشن شود و پنجره‌ها هم باز نشود تا عمل تهویه هوای خانه به خوبی انجام شود.»

کاهش خطر بیماری‌های منتقله از هوا

بیماری‌هایی مانند سرماخوردگی و آنفلوآنزا از طریق ذرات ریز موجود در هوا منتقل می‌شوند. یکی از فواید دستگاه تهویه هوا جذب این پاتوژن‌هاست و از انتشار بیماری‌های تنفسی جلوگیری می‌کند.

خطری گزارش نشده است

دکتر حسن نوری در پاسخ به این سؤال که آیا دستگاه‌های تصفیه هوا، علاوه بر مزایای پاکسازی هوا، می‌توانند برای گروه‌های خاص آسیب‌زا باشند هم عنوان می‌کند: «من تا به حال گزارشی از آسیب‌زایی دستگاه‌های تصفیه خانگی که دارای فیلتر هستند، نشنیده‌ام. برخی از این دستگاه‌ها از طریق یونیزاسیون کار می‌کنند و روی آنها برق است. اما دستگاه‌های فیلتر دار و معمول خانگی عارضه یا خطر خاصی ندارند.» البته به تأکید معاون آموزش و پژوهش سازمان اورژانس کشور، ارزش استفاده از این دستگاه‌ها در محیط‌های بسته به‌ویژه منازل مسکونی است و باید در زمان اوج آلودگی هوا پنجره‌ها و منافذ ورودی هوا بسته باشند. مشخصات دستگاه‌ها هم نشان می‌دهند که در چه مترازی قادر به پاکسازی هوا هستند. البته در محیط‌های اداری و کاری هم می‌توان از این دستگاه‌ها استفاده کرد، اما بسته‌مانند درها و پنجره‌ها در چنین محیط‌هایی کمی سخت است، چون با باز بودن پنجره‌ها استفاده از این دستگاه‌ها هیچ فایده‌ای ندارد.

افزایش طول عمر

آلودگی هوا می‌تواند به سیستم‌های قلبی، تنفسی و عصبی آسیب وارد کند. دستگاه‌های تصفیه هوا با جذب ذرات ریز، هوای منزل شما را بهبود می‌بخشد و سلامت شما را تضمین می‌کنند.



بهبود کیفیت خواب

آلاینده‌هایی مانند باکتری‌ها، قارچ‌ها و مایت‌های گردوغبار می‌توانند باعث بروز آلرژی و اختلال در خواب شوند. دستگاه‌های تصفیه هوا می‌توانند این ذرات را فیلتر و هوای تمیزتری را برای خواب راحت‌تر فراهم کنند.

منابع آلاینده را حذف کنید

دکتر حسن نوری در پاسخ به این سؤال که همه خانواده‌ها توانایی مالی خرید این دستگاه‌ها را ندارند، پس چه راهکارهایی برای تصفیه هوای خانه به آنها توصیه می‌شود، عنوان می‌کند: «در این باره توصیه‌های کلی‌ای وجود دارد. در گام اول باید منابع تولیدکننده آلاینده‌ها را حذف کرد؛ مثل شومینه یا بخاری‌های قدیمی که دود ایجاد می‌کنند و عامل ایجاد سموم هستند. در زمان‌هایی هم که شاخص آلودگی هوا بالاست، بسته نگه نداشتن پنجره‌ها و عدم تردهای غیر ضروری در خارج از منزل ضرورت دارد. یکی از توصیه‌های مهم، روشن نگه نداشتن خودرو در پارکینگ‌های مسقف خانه‌هاست. علاوه بر اینها مردم باید در کاهش آلودگی هوا همگام و همراه باشند و یکی از بهترین راهکارها کاهش تردد با خودروهایی شخصی است.»

حذف گاز رادون

رادون یک گاز رادیواکتیو طبیعی است که در برخی از مواد ساختمانی یافت می‌شود و می‌تواند باعث آسیب به ریه‌ها و ایجاد سرطان شود. دستگاه‌های تصفیه هوا می‌توانند این گاز را از محیط حذف کنند و از خطرات آن بکاهند.



آیا دستگاه تصفیه هوا کافی است؟

گازهایی مانند دی‌اکسید نیتروژن و مونواکسید کربن که معمولاً در مناطق پرترافیک وجود دارند، می‌توانند وارد خانه‌ها شوند. این گازها برای سلامت انسان مضر هستند. دستگاه‌های تصفیه هوا می‌توانند با جذب این آلاینده‌ها، از آسیب‌های ناشی از آنها جلوگیری کنند. اما ذرات معلق هوا به سطوح مختلف مانند مبلمان و فرش‌ها هم می‌چسبند و علاوه بر استفاده از این دستگاه‌ها اقدامات نظافتی هم مؤثر است.