

Oddychaj zdrowo

Wielu z nas kojarzy wentylację jedynie z „kratką” w kuchni czy łazience, o której przypominamy sobie tylko podczas wizyty kominiarza. Tymczasem sprawna wentylacja to płuca Twojego mieszkania. Jej brak to nie tylko zaparowane szyby, ale realne zagrożenie dla zdrowia i konstrukcji budynku.

Jak działa wentylacja w bloku?

W większości budynków wielorodzinnych korzystamy z **wentylacji grawitacyjnej**. Jej działanie opiera się na różnicy gęstości powietrza zimnego (na zewnątrz) i ciepłego (wewnątrz).

- **Napływ:** Świeże powietrze powinno dostawać się do pokoi przez nawiewniki okienne lub ściennie.
- **Przepływ:** Powietrze wędruje pod drzwiami wewnętrznymi (dzięki specjalnym podcięciom).
- **Wywiew:** Zużyte powietrze wraz z wilgocią i zanieczyszczeniami ucieka kanałami wentylacyjnymi przez kratki w „pomieszczeniach brudnych” (kuchnia, łazienka, WC).

Najczęstszy błąd: „Zabarykadowane” mieszkanie

Największym wrogiem wentylacji grawitacyjnej jest... nadmierna szczelność. Po wymianie okien na nowe i termomodernizacji bloku, mieszkania stają się hermetyczne. Jeśli nie doprowadzimy powietrza z zewnątrz, wentylacja przestaje działać, co prowadzi do:

- **Odwróconego ciągu:** Zamiast wyciągać powietrze, z kratki zaczyna „wiać” do środka.
- **Wzrostu poziomu CO₂:** Przy stężeniu powyżej 1000\ ppm stajemy się senni, boli nas głowa i tracimy koncentrację.
- **Wilgoci i grzyba:** Para wodna skrapla się na szybach i w narożnikach ścian, co jest prostą drogą do rozwoju pleśni niszczącej tynki i nasze płuca.

Kluczowa rola wietrzenia pomieszczeń

Nawet najlepsze nawiewniki nie zastąpią regularnego wietrzenia. Jest to szczególnie ważne w budownictwie wielorodzinnym, gdzie na małej powierzchni generujemy dużo wilgoci (gotowanie, pranie, kąpiel, a nawet samo oddychanie – każdy z nas „produkuje” ok. 40-60\ g pary wodnej na godzinę podczas snu).

Jak wietrzyć efektywnie?

- **Krótko a intensywnie:** Otwórz okna na oścież na 5-10 minut. Dzięki temu wymienisz powietrze, ale nie wychłodziś ścian.
- **Wietrzenie „na przestrzał”:** Jeśli to możliwe, otwórz okna po przeciwnych stronach mieszkania.
- **Zawsze po „wilgotnych” czynnościach:** Wywietrz kuchnię po gotowaniu i łazienkę po kąpieli.

Złote zasady dla mieszkańca

Co sprawdzać?	Na co zwrócić uwagę?
Nawiewniki	Nigdy ich nie zaklejaj! Jeśli czujesz chłód, przymknij je, ale nie zamykaj całkowicie.
Drzwi łazienkowe	Muszą posiadać otwory lub podcięcie o łącznej powierzchni min. 220\ cm ² (ok. 2,5\ cm prześwitu nad podłogą).
Kratki wentylacyjne	Czyść je regularnie z kurzu. Nie montuj w nich wentylatorów elektrycznych (może to zakłócić pracę wentylacji u sąsiadów).
Okna	Jeśli nie masz nawiewników, korzystaj z funkcji mikrowentylacji (rozszerzenia) klamek.