

## İç Ortam Hava Kirliliğini Azaltmaya Yönelik Çözümler

- İç ortamların havalandırması yeterli düzeyde yapılmalı
- Sigara içilmemeli
- Klima ve nem azaltıcı araçların kullanılması ile oda ısısı ve nemi azaltılmalı
- Ev içinde odun sobaları, şömine, ocak kullanılmamalı
- Ev içi malzemelerinde daha çok preslenmiş tahta ürünler kullanılmalı
- Temizlik malzemeleri birbirleriyle karıştırılmamalı
- Kuru temizleme uygulanan giyecekler birkaç saat dış ortamda havalandırılmalı
- Araba kullanırken, havalandırma için cam açmak yerine, aracın kliması kullanılmalı
- Toksik atıklar yerleşim alanlarından toplanmalı



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



**Uygun havalandırma yaşadığımız ortamlarda hava kirliliğini azaltacak, temiz hava akımı gerçekleşecek ve sağlıklı yaşam ortamını size sağlayacaktır.**



Detaylı bilgi için

**Uygun Havalandırma ile Havanızı Temiz Tutun Sağlığınızı Koruyun!**



## İç Ortam Hava Kirliliği Nedir?

İç ortam hava kirliliği; konut, işyeri, okul, vb. toplu olarak kullanılan binalar içinde yer alan sağlığa zararlı solunabilir maddelerin bulunmasıdır.

İnsanlar zamanlarının çoğunu iç ortamlarda geçirir. İç ortam hava kirliliği toplum sağlığı için en önemli risklerden biridir.

### İç Ortam Hava Kirliliğinin Sebepleri

- Isınmada kömür, kalorifer yakıtı (veya fuel oil), gaz yağı ve gazın mekan içerisinde mangal, ocak vb. kullanılarak yakılması
- Kapalı ortamlarda açık ocaklar, bacası çekmeyen soba, şöfben, bacasız gaz sobaları
- Bina inşaatlarında yeni kullanılmaya başlanan değişik yapı malzemeleri
- Mobilya boya ve cilaları
- Bakım ve temizliği yapılmayan klimalar
- İş yerlerinde kullanılan fotokopi makinaları, yazıcı gibi ofis malzemeleri
- Tütün kullanımı
- Uçucu organik bileşikler ( aerosol spreyler, pestisidler, temizlik malzemeleri vb.)



### Bunları biliyor musunuz?

- Tütün ve tütün mamullerinde bulunan toksik kimyasallar, halı, perde, kişinin kıyafetleri, eşyalar vs. yapışarak sigara içiminden uzun süre sonra da oda içinde kalabilmektedir.
- Tütün ve tütün mamulleri içilen odanın kapısı kapalı olsa dahi tütün dumanı bir odadan diğerine yayılabilmektedir.
- Tütün dumanını uzaklaştıracak seviyede bir havalandırma sistemi henüz geliştirilememiştir.
- Hava temizleyiciler ya da filtreler sigaranın zararlı etkilerini azaltamazlar. Hava temizleyiciler sadece sigara kokusunu engellerken, filtreler sigaranın partiküllerini azaltmaktadır.



**En etkili çözüm;** ev, işyeri, toplu taşıma araçları, restoranlar, bakım evleri, hastaneler, arabalar, alışveriş merkezleri dahil tüm kapalı alanlarda tütün ve tütün mamüllerinin içiminin engellenmesidir.



### İç Ortamlarda Allerjenleri Azaltmaya Yönelik Çözümler

Küf mantarları, kürklü hayvanlar ve ev tozu akarları en önemli iç ortam allerjenleridir.

#### Küf ve mantarları azaltmaya yönelik çözümler;

- Duş almak, elbiseleri ev içinde kurutmak, yemek pişirmek gibi işlemler ve ev bitkileri evin içinde nemin artmasına, küf ve mantarların üremesine sebep olabilir. İç ortam nemini azaltma önlemleri alınmalıdır.

#### Ev tozu akarı allerjenlerini azaltmaya yönelik çözümler;

- Yastık ve yatak kılıfları sık değiştirilmeli
- Yatak ve yastık kılıfları yüksek ısıda yıkanmalı
- İç ortam nemi azaltılmalı
- Toz tutan eşyalar ve halılar yatak odasından kaldırılmalıdır.

#### Kürklü hayvan allerjenlerini azaltmaya yönelik çözümler;

- Ev temizliğine dikkat etmek
- Gerektiğinde evcil hayvanı evden uzaklaştırmaktır.