

Pleseň v kúpeľni - všetko o nej a proti nej

Vlhko a teplo - to sú hlavné predpoklady pre úspešnú tvorbu nežiaducich plesní. Preto nie je pleseň v kúpeľni ničím novým ani výnimočným, jednoducho ide o dokonalé splnené všetky požiadavky, ktoré pleseň potrebuje. Zatočte preto s plesňou a vyhnite sa tak rôznym zdravotným komplikáciám.



<https://www.istockphoto.com/photo/woman-looking-at-mold-on-wall-gm1094170860-293661488>

Čo je pleseň?

Plesni, rovnako ako hube, najviac vyhovujú **teplé a vlhké podmienky**. Z toho dôvodu sa najčastejšie vyskytuje v rámci domácnosti práve v kúpeľni, avšak v starších domoch sa môže z dôvodu nedostatočného vykurovania počas zimy objaviť aj v iných miestnostiach.

Taktiež, pleseň v domácnosti spôsobuje mnoho **zdravotných ťažkostí**, akými sú napríklad alergie, kožné ochorenia alebo dokonca tráviace problémy.



<https://www.istockphoto.com/photo/home-interior-black-mold-on-basement-wall-gm160949025-18979752>

Vznik plesní

Keďže v kúpeľni nie je možné predísť teplu ani vlhku, je veľmi dôležité dodržiavať pravidelnú cirkuláciu vzduchu najmä v tejto miestnosti.

Je potrebné dbať aj o iné časti domu/bytu a zariadení, aby plesne nevznikali. Preto **pravidelne vetrajte**. Rovnako sa snažte udržiavať optimálnu teplotu a vlhkosť domácnosti. Aby ste presne vedeli, ako na tom vaša domácnosť je, výborne vám poslúži špeciálny interný teplomer s vlhkomerom v jednom.

Či už použijete okno, pootvorené dvere do kúpeľne alebo **kúpeľňový ventilátor** slúžiaci na odsávanie nadmernej pary a vlhkosti, predídete tak vzniku plesní a zároveň stabilizujete už vzniknuté plesne tým, že sa viac nebudú šíriť.

Čo spôsobuje pleseň u vás doma?

Plesne najviac pôsobia na naše dýchacie cesty. Preto, pokiaľ trpíte rôznymi alergiami, ťažkosťami s dýchaním či dokonca astmou, alergológovi navštívte až po uistení sa, že je vaša domácnosť v poriadku.

Medzi príznaky plesňovej alergie patrí

- dýchavičnosť
- časté a nadmerné kýchanie

- svrbenie a následný opuch očí sprevádzajúci slzenie
- šteklenie v nose
- v závažných prípadoch môže dôjsť k svrbeniu a opuchu jazyka a hrdla, čo môže byť nebezpečné

V druhom rade môže pleseň vyvolať rôzne kožné ochorenia, akými sú napríklad psoriáza a rôzne ekzémy. Nie sú vylúčené ani žalúdočné ťažkosti spojené s bolesťou a vracaním.

Zároveň môže domáca pleseň vyvolávať nevysvetliteľné **bolesti hlavy**.

Pleseň sa netvorí, ak je bytový dom zateplený a už pri stavbe boli použité kvalitné materiály. Preto sa už pri kúpe nového domu či bytu ubezpečte, že boli takéto materiály naozaj použité.



<https://www.istockphoto.com/photo/housekeepers-hand-with-glove-cleaning-mold-from-wall-with-sponge-and-spray-bottle-gm1020079960-274092813>

Zbavte sa plesne navždy

- pravidelne **vetrajte** niekoľkokrát do dňa
- zadovážte si **vlhkomer**, vďaka ktorému budete mať situáciu neustále pod kontrolou
- kúpeľňu vybavte **ventilátorom** na odsávanie pary
- pravidelne **kontrolujte** rohy stien
- používajte **prostriedky** špeciálne určené proti plesniam