

Идеальный домашний климат

Здоровый образ жизни с контролем температуры и влажности

Чувствуй себя дома превосходно

Человек проводит, по меньшей мере, две трети своей жизни в помещениях.

То, как он себя там чувствует, в значительной степени зависит от качества воздуха внутри помещения.

Контроль внутренней температуры и влажности с помощью целенаправленного обогрева и проветривания создает комфортный и здоровый комнатный климат, а также снижает затраты на отопление.

Комнатная температура

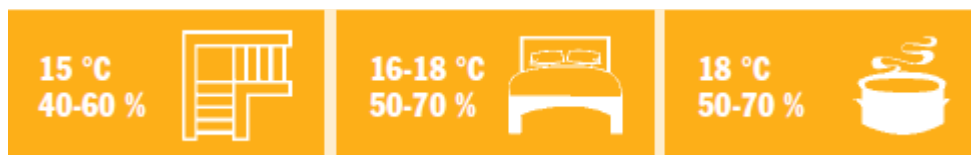
Уровень температуры – очень индивидуальный показатель, который зависит от надетой одежды и активности. Помимо чистой комнатной температуры, температура поверхности материала, такой как окна, стены, потолки, полы, играют роль в циркуляции воздуха. С холодными стенами и окнами со сквозняками, температура воздуха должна быть намного выше, чтобы достичь комфортного комнатного климата. Хорошее увлажнение даже при низких температурах не только защищает от непосредственных потерь тепла, но и добавок гарантирует дополнительное хорошее самочувствие, поскольку поверхности стен теплее.

Влажность

Приём душа, приготовление пищи и сушка белья: в этих видах человеческой деятельности всегда генерируется водяной пар. Приблизительно 6 – 12 литров выделяется в день в семье из трех человек. Если отсутствует эффективный обмен воздуха – проблема многих новых и хорошо изолированных домов – воздух становится слишком влажным. Чрезмерное обогревание в зимние месяцы ведет к обратному эффекту, в несколько раз более сухому воздуху.

Здоровый образ жизни

- Комнатная температура 18 – 22 °C и относительная влажность 40 – 60 % являются наиболее приятными для большинства людей.
- Кроме того, эти величины минимизируют возможные опасности для здоровья.
- Контролируйте показатели вашей гостиной и спальни регулярно.
- Отрегулируйте комнатный климат активным обогревом и проветриванием.



Избежание плесени

- Влажность, превышающая 60 % относительной влажности, способствует росту плесневых грибов.
- Следите за вашей температурой конденсации с помощью подходящего термогигрометра. Температура поверхности стен не должна опускаться ниже 15 °C.
- Проверяйте температуру в таких важных местах, как тепловые мосты, с помощью инфракрасного термометра.

Экономия энергии

- Благодаря контролю комнатной температуры вы можете экономить до 6% от общих затрат на отопление благодаря уменьшению температуры на 1 °С.
- Контролируйте настройку элементов отопления с помощью сохраненных ночью максимальных и минимальных показателей. В ночное время снижать температуру следует не более чем на 5 °С!
- Расчет использования правильной температуры различается в разных комнатах (смотрите ниже рисунки).

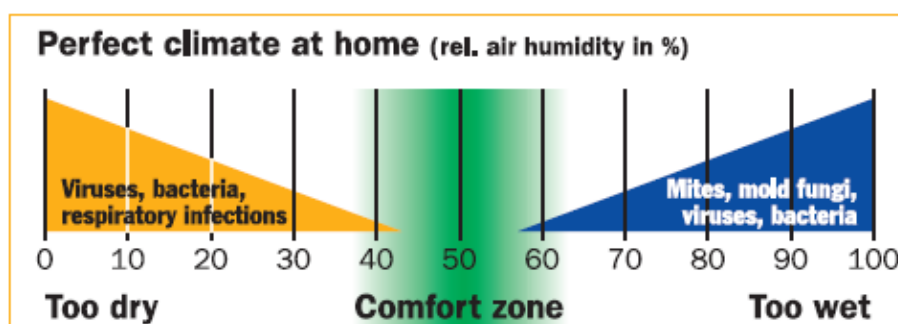


Сохранение уровней

- Следите за максимальными и минимальными показаниями температур и избегайте неустойчивых состояний температуры и влажности.
- Оптимальные условия комнатного климата следующие:
для дерева и кожи: приблизительно 20 °С и 45 – 65% rH*,
для текстильных изделий и бумаги: 40 – 50% rH,
для музыкальных инструментов: 50 – 55% rH.
- Оптимальные условия для подвальных кладовых: 4 – 12 °С и 70 – 80 rH (вино: 13°C, 70 rH).

Почему комнатный климат важен для здоровья

Плесневые грибы и клещи быстрее распространяются в среде с высокой влажностью. Однако, слишком сухой воздух в помещении может ухудшить наше здоровье. Кожа и органы дыхания поддаются негативному воздействию и инфекциям, аллергии и астме с большей вероятностью. Проведенные исследования показали, что относительная влажность от 40 до 60% сокращает количество болезнетворных микроорганизмов и сводит к минимуму риск заболеваний респираторными болезнями.



Что происходит с гитарой во влажной среде

Не только люди, но также и домашние животные, растения и предметы, требующие осторожного обращения, нуждаются в правильных климатических условиях. Гигроскопические материалы, такие как дерево, бумага, кожа и текстильные изделия чутко реагируют на переменчивую влажность. При высоких уровнях влажности они поглощают влагу, которая может деформировать их структуру и образовать плесень. Если окружающий воздух слишком сухой, влага будет выделяться из этих предметов. По этой причине, музыкальные инструменты, деревянный пол, рамы, мебель или книги могут покрыться трещинами или стать ломкими.

Как плесень может появиться в жилом пространстве вашего дома

Холодный воздух может поглощать меньше влаги, чем теплый воздух. Если воздух охлаждается постоянно, и абсолютная влажность сохраняется на стабильном уровне, то относительная влажность поднимется до 100%. Если воздух будет постоянно охлаждаться и дальше, то излишки водяного пара будут испаряться, как капельки. Эта величина температуры называется температурой конденсации. Температура конденсации 15 °С означает, что влага в воздухе конденсируется в местах более холодных, чем 15 °С. Вследствие этого процесса — особенно зимой в слишком увлажненных местах, таких как старые окна, углы комнат или мебельных шкафах — развивается идеальная почва для спор и плесневых грибов.

Активный обогрев и проветривание

Чтобы достичь правильной температуры и влажности воздуха, вам нужно учитывать несколько простых советов:

- Никогда не выключайте полностью отопление во время вашего отсутствия. Поддержание определенной средней температуры позволит сэкономить больше денег.
- Открывайте на время окно (периодическое проветривание). Постоянное проветривание растрчивает энергию и даже может способствовать образованию плесени. Проветривайте вашу квартиру крестообразно. Открывайте противоположные окна. А также проветривайте вашу квартиру в холодную и влажную погоду. Если холодный комнатный воздух нагревается, он может поглощать больше влажность. Через несколько минут вы должны заметить, что влажность уменьшилась.
- Чем ниже температура, тем больше вам надо проветривать ваши комнаты.
- Проветривайте вашу комнату более часто, если ваши окна изолированы в высокой степени.
- Ванные комнаты и кухни необходимо проветривать сразу же после использования.

Правильное время для проветривания вашей квартиры

- Открывайте все окна в каждой комнате утром.
- До полудня или в полдень проветривайте каждую комнату, в которой находятся люди.
- Проветривайте все комнаты еще раз вечером.

Правильный срок проветривания

Оптимальный промежуток времени проветривания зависит от сезона.

Рекомендации по времени проветривания с полностью открытыми окнами:

С декабря по февраль	5 минут
С марта по ноябрь	10 минут
Апрель, май	15 минут
С июня по август	25 минут
Сентябрь, октябрь	15 минут

TFA Dostmann GmbH & Co. KG

Zum Ottersberg 12 · D-97877 Wertheim-Reicholzheim

Tel: (09342) 308-0 · Fax: (09342) 308-49

info@tfa-dostmann.de

www.tfa-dostmann.de