

വീടിനുള്ളിലെ വായു മലിനീകരണവും ആസ്തമയും

വീടിനുള്ളിലെ വായു മലിനീകരണം എന്നത് വീടിനുള്ളിലെ വായുവിനെ വിവിധതരം വാതകങ്ങൾ (കാർബൺ മോണോക്സൈഡ്, റാഡൺ, നൈട്രജന്റെ ഓക്സൈഡുകൾ, പാരിസ്ഥിതിക പുകയില പുക മുതലായവ), സോളിഡുകൾ (പിഎം 2.5, പിഎം 10) എന്നിവ മലിനമാക്കുന്നതാണ്. വീടിനുള്ളിലെ വായു മലിനീകരണം മനുഷ്യന്റെ ആരോഗ്യത്തെ ദോഷകരമായി ബാധിക്കുകയും ശ്വാസകോശ സംബന്ധമായ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുകയും കുട്ടികളിൽ ആസ്തമ വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

വീടിനുള്ളിലെ വായു മലിനീകരണത്തിന്റെ ഉടനടി പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ



ചുമ



ശ്വാസോച്ഛ്വാസം



വർദ്ധിച്ച ആശുപത്രി സന്ദർശനങ്ങൾ



നെഞ്ചിലെ കഫക്കെട്ട്



ശ്വാസം എടുക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ട്

വീടിനുള്ളിലെ വായു മലിനീകരണത്തിന്റെ ദീർഘകാല പ്രത്യാഘാതങ്ങൾ



ശ്വാസകോശ ശേഷി / വലുപ്പം കുറയുക



കാൻസർ



അവികസിത ശ്വാസകോശം



ഹൃദയ പ്രശ്നങ്ങൾ



നിങ്ങളുടെ വീടിനെ പുകയില്ലാത്ത മേഖലയാക്കുക (വിറകും ധൂപവും കത്തിക്കരുത്, ആരെയും പുക വലിക്കാൻ അനുവദിക്കരുത്)



ശുദ്ധമായ പാചക ഇന്ധനങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക



വാക്യം ക്ലീനർ ഉപയോഗിച്ചോ മറ്റോ പൊടി നീക്കം ചെയ്യുക, കിടക്കവിരികൾ ഇടയ്ക്കിടെ കഴുകുക



പുറമെയുള്ള വായുവിന്റെ ഗുണനിലവാരം മോശമാണെങ്കിൽ, വാതിലുകളും ജനാലകളും അടയ്ക്കുക



നിർദ്ദേശിച്ച മരുന്നുകൾ കൃത്യം കരുതുക

