



Allergiku kodus tuleb eelistada pindade niisket koristust.

Peamised hallituse tekke põhjused:

- vett läbilaskvad seinad või katus,
- katkised vihmaveetorud,
- halvasti paigaldatud aknad,
- valesti ehitatud vundament ja sokkel,
- ehitusvigu varjavad kipsplaadid,
- ehitamisel paigaldatud märjad ehitusdetailid,
- normidele mittevastavad kütte- ja ventilatsiooniseadmed.

Kui vaevlete allergia käes

- Kontrollige korterit ehitus- ja muude defektide suhtes.
- Korrastage kütte- ja ventilatsiooniseadmed.
- Hoidke toaõhu suhteline niiskuse ventileerimise ja kütmisega alla 45%.
- Ka sellised lihtsad meetodid nagu voodite õhutamine, akende avamine ja igapäevane tolmuimemine võivad vähendada tolmulestad arvu.
- Eelistage pindade niisket koristust.

- Kasutage hepafiltriga, vesi- või kesustolmuimejat – need ei paiska allergeene tagasi õhku.
- Kõrvaldage korterist vanad madratsid, soovitatav on vähendada sisustus-tekstiile, pehmet mööblit ja üle-põrandavaipu.
- Mööblikatteks on parim nahk või vinüül.
- Vahetage sulgpadjad ja -tekid sünteetiliste vastu ning kasutage spetsiaal-seid katteid.
- Voodipesu peske 55–60° vees iga kahe nädala tagant.
- Võimalusel hoidke madratseid ja vaipu päikese käes kolme tunni vältel.
- Soovitatakse ka voodipuhastajat Paradust, mis kõrvaldab tolmulestad eluks vajaliku niiskuse ning nendest põhjustatud saaste, mis tekitab allergiat. Voodikatted avatakse ja vahendit pihustatakse kahe sekundi jooksul ühe voodi kohta. See ei jäta plekke ning sobib ka diivanitele, vaipadele ja teistele tekstiilidele.

LUGEJA KÜSIB

Kuidas puhitusravimid toimivad?

Sageli reklaamitakse ravimeid, mis väidetavalt vabastavad kõhugaasidest. Kuidas need toimivad?

Vastab

TARGU TALITA

Gaas seguneb kõhus toidumasside ja seedetrakti limaga ning hakkab vahutama, tekitades nii miljooneid pisikesi mullikesi.

Kõhugaasiravimis, näiteks hästi tuntud Espumisani, on toimeaineks sageli simetikoon. See on pindaktiivne aine, mis muudab gaasimullide pindpinevust, misjärel need lagunevad. Vabanevad gaasid imenduvad seejärel läbi sooleseina või väljuvad kehast loomulikult teel.

Simetikoon on keemiliselt inertne (reageerimatu) aine, toimides vaid füüsikaliselt. Tänu sellele ei imendu simetikoon organismis, vaid eritub pärast seedetrakti läbimist muutumatul kujul.

Allikad: www.arst.ee,
Berlin-Chemie infomaterjal



Teeme suve selgemaks!

SILMANÄGEMISE KONTROLL PRILLITELLIJALE TASUTA!

Nüüd kõik
prilliraamid

-50%

Soodustus kehtib raami ja klaaside
koosostul juuli lõpuni.

Armando Bruno
polaroidklaasidega
päikeseprillid

-50%

Päikeseprillid

-30%

Värvilised 3kuulised
kontaktläätsed

590. paar

WWW.OPTIKA.EE