

Zdrowi ludzie mieszkają w zdrowych domach – w Światowym Dniu Zdrowia o kosztach społecznych przestarzałych budynków

7 kwietnia obchodzony jest Światowy Dzień Zdrowia, ustanowiony przez Światową Organizację Zdrowia (WHO). To okazja do uświadomienia sobie jak ważny wpływ na zdrowie współczesnego człowieka mają budynki. Zachorowania na astmę czy alergię to między innymi skutek życia w złych warunkach wewnętrznych. Na liście zagrożeń są również coraz częstsze w Polsce nowotwory. Co więcej - jak wynika z najnowszego raportu „Barometr zdrowych domów 2017” - niezdrowe budynki stanowią poważne obciążenie dla publicznych finansów.

Ze względu na zmiany trybu życia oraz pracy znacznie więcej niż kiedyś przebywamy w zamkniętych pomieszczeniach. Światowa Organizacja Zdrowia szacuje, że jest to średnio 90 proc. czasu, z czego dwie trzecie przebywamy w naszych domach. Dlatego klimat panujący w budynkach, w których mieszkamy, pracujemy i odpoczywamy ma istotny wpływ na nasze zdrowie.

Konsekwencje życia w złych warunkach wewnętrznych

Jak wynika z raportu „Barometr zdrowych domów 2017”, którego inicjatorem jest Grupa VELUX, w Polsce 22 proc. mieszkań jest zawilgocona, 23 proc. niedoświetlona, a 26 proc. niedogrzana. Niedobór czystego i świeżego powietrza powoduje osłabienie organizmu i zwiększa naszą podatność na różne choroby. Jak pokazuje raport, prawdopodobieństwo zachorowania na astmę jest o 40 proc. większe wśród osób mieszkających w zawilgoconych lub zagrzybionych domach, a na astmę spowodowaną złymi warunkami mieszkaniowymi cierpi obecnie 2,2 miliona Europejczyków. Jednak astma nie jest jedynym zagrożeniem dla zdrowia. Uważa się, że zawilgocenie mieszkań może być także przyczyną alergii, niepełnosprawności, przedwczesnych zgonów czy też nowotworów.

Skutki zdrowotne i finansowe

Jak czytamy w raporcie, koszty ponoszone przez europejskie społeczeństwa w związku z zachorowaniami na astmę i przewlekłą obturacyjną chorobę płuc szacuje się na 82 mld euro rocznie. Połowa tej kwoty przypada na koszty bezpośrednie obejmujące leki i opiekę nad chorymi. Druga połowa to koszty pośrednie, takie jak spadek wydajności pracy, które ocenia się na blisko 40 mld euro. Z tego powodu zapewnienie pracownikom zdrowych warunków pracy powinno być priorytetem każdego pracodawcy. Poprawa jakości powietrza w miejscu pracy może przyczynić się do zwiększenia wydajności nawet o 10 proc.

Ważne rozwiązania systemowe – kluczem kompleksowa modernizacja

„Jakość wielu budynków publicznych i prywatnych w Polsce jest zła. Są to często budynki mające ponad 100 lat. Kilkadziesiąt procent stanowią budynki, które powstały w latach 1945-1970, kiedy technologie nie były ani prozdrowotne, ani proekologiczne. Są to budynki zawierające niezdrowe materiały jak np. azbest, będące w stanie zawilgocenia, zapleśnienia, ze złą wentylacją, z małą ilością światła dziennego. I wszystkie te czynniki bezpośrednio lub pośrednio wpływają na zdrowie mieszkańców” – mówi prof. dr hab. Włodzimierz Piątkowski z Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej oraz Uniwersytetu Medycznego w Lublinie.

„Jesteśmy społeczeństwem wciąż na dorobku, relatywnie biednym choć bogacącym się. Problemem ekonomicznym i społecznym jest to, że większość ludzi, którzy chcą modernizować swoje domy nie mają po prostu środków. I w związku z tym jest potrzeba wsparcia przez państwo, rząd decyzji modernizacyjnych Polaków, o czym wspominamy również w raporcie” – dodaje prof. Piątkowski.

Z wypowiedzi ekspertów wynika, że kluczem do rozwiązania problemu niezdrowych budynków jest ich kompleksowa modernizacja. Trzeba ją jednak dobrze przemyśleć, tak aby była jak najbardziej efektywna. Ważne jest rozpoznanie sytuacji, dobre rozplanowanie niezbędnych robót oraz ich kolejność - rozpoczynając od izolacji przegród zewnętrznych wraz z wymianą stolarki, następnie optymalizację istniejących instalacji wewnętrznych, kończąc na wymianie źródła ciepła.

Dużym wyzwaniem pozostaje tempo modernizacji w Polsce. Według raportu co roku remontuje się zaledwie 1-2 proc. istniejących budynków. Największą barierą są koszty przeprowadzenia gruntownej modernizacji. Szacuje się, że jej koszt remontu budynku jednorodzinnego to średnio 50 do 100 tys. zł. Niedługo sytuacja może ulec znacznej poprawie, bo jak poinformował w marcu Piotr Woźny, obecnie pełnomocnik rządu do spraw programu „Czyste powietrze”, trwają prace na projektem ustawy o wspieraniu remontów i termomodernizacji, która umożliwi uruchomienie 180 mln z Funduszu Termomodernizacji dla najbardziej potrzebujących. Według przedstawianych założeń w przypadku osób najuboższych, zagrożonych ubóstwem energetycznym, państwo miałyby w 100 proc. sfinansować taką termomodernizację. W planach jest również ulga podatkowa na wzór ulgi remontowo-budowlanej (1996-2001), a także inne instrumenty finansowe.¹

O czym warto pamiętać – pięć kroków do zdrowego domu

Jak zauważa Jacek Siwiński, prezes VELUX Polska, ważne są także działania na rzecz zwiększenia świadomości społecznej w zakresie wpływu budynków na nasze zdrowie, co może również przyczynić się do poprawy sytuacji. „Polacy chcą być fit, szukają zdrowej i ekologicznej żywności, biegają i chodzą na siłownię, ale o wpływie domów na zdrowie raczej wiedzą niewiele lub sobie tego nie uświadamiają. Przeprowadzenie modernizacji budynku traktowane jest jak koszt, a tymczasem jest to inwestycja w nasze zdrowie, ogólną sprawność i zdolność do pracy” – mówi Jacek Siwiński.

Wyniki badania „Barometr zdrowych domów 2016”, przeprowadzonego na zlecenie Grupy VELUX, pozwoliły określić pięć cech zdrowego domu.

¹ Jak podała do publicznej informacji Państwowa Agencja Prasowa 5 marca 2018 roku.

Po pierwsze – dobre warunki do snu

Dobre warunki do snu, w tym szczególnie jakość powietrza -warto wietrzyć pokój przed snem, odpowiednia temperatura w sypialni – trochę niższa niż w ciągu dnia, dobre zaciemnienie i brak hałasu - zaciągnięte rolety i przesłony na okna – wpływają na nasze zdrowie, poziom energii i podatność na infekcje. Sen ma również wpływ na naszą pracę. Niska jakość snu w nocy wiąże się z gorszymi wynikami w pracy, większym ryzykiem wypadków w pracy oraz trudnościami w podejmowaniu decyzji zawodowych.

Po drugie – komfort cieplny we wnętrzu

Zarówno zbyt wysoka, jak i zbyt niska temperatura nie sprzyja zdrowiu, zwłaszcza jeśli towarzyszy im niska wilgotność powietrza. Aby zapewnić komfort termiczny ważne jest zróżnicowanie temperatury w zależności od funkcji pomieszczenia, ok. 19°C w sypialni, ok. 25°C w łazience, ok. 21°C w pokoju dziennym.

Po trzecie – dostęp do świeżego powietrza

Człowiek wykonuje 22 tysiące oddechów dziennie, dlatego tak ważny jest dostęp do świeżego powietrza. Aby uzyskać optymalną jakość powietrza wewnątrz pomieszczenia, należy wietrzyć je 2-4 razy dziennie. Wietrzenie pomieszczeń poprzez okna jest skuteczne i odpowiednie w wielu przypadkach: rano, po wstaniu z łóżka, w trakcie gotowania, po wzięciu prysznica, w trakcie i po sprzątaniu, w trakcie suszenia prania wewnątrz pomieszczenia, po południu, po powrocie do domu, przed snem.

Po czwarte – dostęp do światła dziennego

Światło słoneczne wpływa na poprawę nastroju, sprzyja lepszej wydajności, produktywności i nauce. Jego brak lub ograniczony dostęp może powodować zaburzenia snu, stres, otyłość, zmęczenie i chorobę afektywną sezonową (SAD). Światło słoneczne jest zatem naturalnym antydepresantem. Jak pokazują badania – zmniejsza również ryzyko wystąpienia infekcji górnych dróg oddechowych.

Po piąte – odpowiedni poziom wilgotności

Działania takie jak sprzątanie, gotowanie czy kąpiel zwiększają poziom wilgotności powietrza. Aktywność czteroosobowej rodziny powoduje, że do powietrza w domu trafia średnio 10 litrów wody dziennie. Typowym efektem jest wilgoć skraplająca się na szybach. Może temu zaradzić szczególnie dbałość o odpowiednią wymianę powietrza w domu poprzez regularne wietrzenie pomieszczeń takich jak kuchnia, łazienka.

Więcej informacji na temat wpływu budynków na zdrowie ludzi znajduje się na stronie www.velux.pl/zdrowedomy

Pytania dziennikarzy:

Agnieszka Kamińska

Kierownik ds. komunikacji korporacyjnej
Grupa VELUX i spółki siostrzane
tel.: (+48) 502 410 414, (22) 33 77 053

Ewa Łukawska

PR & CSR Manager, Komunikado PR
tel.: (+48) 507 091 294, (22) 64 91 953

Informacje o Grupie VELUX

Od ponad 75 lat Grupa VELUX tworzy lepsze warunki do życia dla ludzi na całym świecie, dostarczając więcej światła dziennego i świeżego powietrza przez dach. Oferta VELUX obejmuje okna do poddaszy oraz system doświetleń modułowych, żaluzje rolety dekoracyjne, różnego rodzaju osłony przeciwsłoneczne, rolety zewnętrzne oraz systemy i rozwiązania stosowane w inteligentnych domach. Produkty te pomagają stworzyć zdrowy i zrównoważony klimat wewnętrzny, idealny do pracy, nauki, zabawy i odpoczynku. Działamy globalnie – z przedstawicielstwami handlowymi i zakładami produkcyjnymi w ponad 40 krajach, zatrudniamy około 9500 pracowników. Grupa VELUX należy do VKR Holding A/S, którego jedynym właścicielem są organizacje non-profit (FUNDACJE VELUX) oraz rodzina założyciela. W 2016 roku VKR Holding osiągnął przychody w wysokości 2,4 mld euro, a FUNDACJE VELUX przekazały na cele charytatywne 155 milionów euro. Więcej informacji na stronie www.velux.com

Informacja o Grupie VELUX i spółkach siostrzanych w Polsce

Grupa VELUX i spółki siostrzane w Polsce, należące do duńskiego holdingu VKR, są największym producentem i eksporterem okien dachowych w Polsce, a ich poziom obrotów wynosi ponad 1,9 mld zł. Zatrudniają ponad 4250 osób, w tym większość w czterech zakładach zlokalizowanych w Gnieźnie (dwie fabryki), Namysłowie i Wędkowach koło Tczewa. Firma cały czas się rozwija i inwestuje w nowe technologie, dbając jednocześnie o najwyższe standardy jakości, bezpieczeństwa pracy i ochrony środowiska. W ciągu ostatnich trzech lat (2015-2017) Grupa VELUX i spółki siostrzane zainwestowały w Polsce 309 mln zł w modernizację i rozwój fabryk. Grupa VELUX jest obecna w Polsce od ponad 28 lat. Aktywnie uczestniczy w życiu gospodarczym i społecznym kraju, w tym życiu społeczności lokalnych. W Polsce działają FUNDACJE VELUX, które przekazały ponad 107 mln zł na wsparcie organizacji społecznych realizujących projekty zapobiegające wykluczeniu społecznemu dzieci i młodzieży. Podstawą działalności firmy VELUX jest społeczna odpowiedzialność, której koncepcja i obszary działania zostały przedstawione w lokalnym raporcie CSR, będącym jednocześnie pierwszym takim raportem w branży stolarki. Więcej informacji na www.velux.pl.