

Комфортное проживание в жилых домах невозможно, если в них слишком холодно, жарко, влажно или сухо. Но, помимо комфорта, повышенная или пониженная температура воздуха и влажность могут оказать негативное влияние на здоровье людей.

При повышенной температуре воздуха в помещениях наблюдается снижение работоспособности, как физической, так и умственной. Наступает более быстрое утомление. Увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую систему. Возрастает риск заболеть простудными заболеваниями, заболеваний органов дыхания, что связано с угнетением иммунной системы.

У работающих, подвергающихся холодному воздействию, часто регистрируются риниты, бронхиты, пневмонии, ангины и др.

Холод, помимо высокого риска заболеваний острыми респираторными инфекциями, (риниты, бронхиты, пневмонии, ангины) является фактором, усугубляющим течение хронических болезней сердечно-сосудистой, костно-мышечной, выделительной, эндокринной и периферической нервной систем. Например, это относится к ишемической болезни сердца, гипертензивным состояниям, диабету.

Низкая влажность оказывает негативное последствие на кожу и слизистые оболочки человека – они высыхают, что позволяет различным вирусам и бактериям проще проникать в организм.

Высокая влажность, особенно в сочетании с высокой температурой воздуха приводит к ухудшению общего состояния, возникновению слабости. Длительное воздействие этого фактора способствует снижению иммунитета. Обостряются хронические заболевания. Особенно страдают люди с хроническими заболеваниями легочной, сердечно-сосудистой, костно-мышечной систем и различными кожными заболеваниями.

В местах с повышенной влажностью быстро появляется сырость, появляется серая плесень, которая поражает мебель, стены, потолки помещений и также отрицательно

влияет на здоровье человека вызывая аллергические реакции, заболевания органов дыхания, вплоть до возникновения бронхиальной астмы.

Существуют нормативы, при которых человеку находиться в жилом доме комфортно и безопасно для здоровья.

Наименование помещений	Температура воздуха, °С		Результирующая температура, °С		Относительная влажность, %	
	оптимальная	допустимая	оптимальная	допустимая	оптимальная	допустимая
<i>Холодный период года</i>						
Жилая комната	20-22	18-24	19-20	17-23	45-30	60
То же, в районах наиболее холодной пятидневки (минус 31°С и ниже)	21-23	20-24	20-22	19-23	45-30	60
Кухня	19-21	18-26	18-20	17-25	Н/Н*	Н/Н
Туалет	19-21	18-26	18-20	17-25	Н/Н	Н/Н
Ванная, совмещенный санузел	24-26	18-26	23-27	17-26	Н/Н	Н/Н
Межквартирный коридор	18-20	16-22	17-19	15-21	45-30	60
Вестибюль, лестничная клетка	16-18	14-20	15-17	13-19	Н/Н	Н/Н
Кладовые	16-18	12-22	15-17	11-21	Н/Н	Н/Н
<i>Теплый период года</i>						
Жилая комната	22-25	20-28	22-24	18-27	60-30	65

*Н/н – не нормируется

Обеспечение жильцов оптимальными параметрами микроклимата в жилом доме возлагается на коммунальные службы и управляющие компании дома.

Нормативы на температуру и влажность в жилых помещениях узаконены, и за их нарушение может последовать административное наказание. В случае, если температура в квартире значительно отличается от нормативных показателей, следует обратиться с письменным заявлением о несоответствии параметров микроклимата в управляющую компанию. Если результат обращения Вас не устраивает, то целесообразно написать жалобы в Управление Роспотребнадзора или Жилищную инспекцию.

Однако, жильцы также обязаны соблюдать нормативы температуры и влажности воздуха – не оставлять открытыми окна в подъезде в холодное время года, не демонтировать вентиляционные короба и полотенцесушители в квартирах, также

запрещается самостоятельно срезать или наращивать секции батареи и объединять жилые комнаты с балконами и лоджиями – все эти действия необходимо согласовывать в установленном порядке.