

## **Памятка о плесени для жильцов**

### **Почему в моём доме растёт плесень?**

Плесневые грибки – это часть естественной окружающей среды. На открытых пространствах они выполняют свою роль в природе, разрушая органические вещества, например, опавшую листву и мертвые деревья, но в помещениях роста плесени следует избегать. Плесневые грибки размножаются при помощи мельчайших спор, которые не видны невооружённым глазом и постоянно присутствуют в воздухе как снаружи, так и внутри помещения. Плесень может начать расти в помещении, когда споры оседают на влажную поверхность.

### **Может ли плесень вызывать проблемы со здоровьем?**

Плесень существовала задолго до появления человека, и она обычно не представляет проблемы в помещениях, если только споры плесени не осядут на влажный или сырой участок и не начнут расти. Плесневые грибки могут вызывать у некоторых людей проблемы со здоровьем. Они производят вещества, которые могут вызывать аллергические реакции, раздражение, а в некоторых случаях – и потенциально токсичные вещества. Вдыхание плесневых грибков или их спор, либо прикосновение к ним, могут вызывать у чувствительных людей аллергические реакции, наподобие симптомов «сенной лихорадки» – чихание, течение из носа, покраснение глаз и высыпания на коже. Плесневые грибки могут также вызывать у людей, страдающих астмой, приступы этой болезни. Кроме того, плесень может вызывать раздражение глаз, кожи, носа, гортани и лёгких у людей, склонных к аллергическим реакциям. Об иных симптомах, – кроме аллергии и раздражения, –возникающих в результате контакта с плесенью, как правило, не сообщается. Исследования по влиянию плесени на здоровье продолжаются. В этой памятке представлена краткая сводная информация, и в ней не описываются все потенциальные последствия для здоровья, которые могут наступить при контакте с плесенью. Более подробную информацию можно получить у специалиста в области здравоохранения. Возможно, вы пожелаете также обратиться в отдел здравоохранения вашего города или штата, либо посетить его вебсайт.

### **Как мне избавиться от плесени?**

Избавиться в помещении от всех плесневых грибков и их спор невозможно. Какое-то количество спор плесени будет летать в воздухе вместе с комнатной пылью. **Плесень не будет расти при отсутствии влаги.** Рост плесени в помещениях можно и нужно предотвратить или контролировать, удерживая под контролем влажность в помещении. Если в вашем доме растёт плесень, вам нужно удалить её **и решить проблему влажности.** Если вы удалите плесень, но ничего не сделаете в отношении влажности, то, скорее всего, плесень появится снова.

Если в вашем блоке утечка воды, вам нужно немедленно позвонить управляющему и оформить наряд на выполнение необходимых ремонтных работ.

### **Кто должен заниматься очисткой от плесени?**

Ответ на этот вопрос зависит от нескольких факторов. Один из них – размер участка, поражённого плесенью. Если этот участок по площади меньше одного квадратного метра, в большинстве случаев вы можете справиться с работой сами, **счистив плесень с твёрдой поверхности с помощью воды и чистящего средства и дав этой поверхности полностью высохнуть.**

Однако:

- Если ущерб от затопления был слишком велик и/или плесень покрывает площадь более одного квадратного метра, позвоните в управление жилищного хозяйства (Housing Authority). Там обратятся к руководству «*Mold Remediation in Schools and Commercial Buildings*» («Устранение плесени в школах и коммерческих зданиях»), изданному Агентством по охране окружающей среды США (EPA). Вы можете бесплатно получить информацию по плесени, позвонив в Центр информации EPA (EPA Clearinghouse) по телефону (800) 438-4318, или на сайте [epa.gov/iaq/molds/mold\\_remediation.html](http://epa.gov/iaq/molds/mold_remediation.html).
- Если вы подозреваете, что система подогрева/вентиляции или кондиционирования воздуха (HVAC), возможно, загрязнена плесенью, позвоните вашему домовладельцу и оформите наряд на выполнение работ. Не пользуйтесь системой HVAC, если вы знаете или подозреваете, что она загрязнена плесенью – через неё споры плесени могут распространиться по всему зданию.
- Если затопление и/или рост плесени были вызваны канализационной или другой загрязнённой водой, то ваш домовладелец вызовет специалиста, имеющего опыт по очистке и ремонту зданий, пострадавших от затопления загрязнённой водой.
- Если вас волнует состояние вашего здоровья, обратитесь к специалисту в области здравоохранения.

## **КОНТРОЛЬ ВЛАЖНОСТИ – КЛЮЧ К КОНТРОЛЮ НАД ПЛЕСЕНЬЮ**

- Контроль влажности – ключ к контролю над плесенью. Если в помещении произошла утечка воды или вы разлили воду, **ДЕЙСТВУЙТЕ НЕМЕДЛЕННО**. Если влажные или сырые материалы или зоны высохнут в течение 24-48 часов после попадания на них воды, то в большинстве случаев плесень не вырастет.
- Регулярно очищайте и ремонтируйте водостоки на крыше.
- Убедитесь в том, что уклон земной поверхности направлен в сторону от фундамента здания, с тем чтобы вода не затекала под фундамент и не скапливалась вокруг него.
- Поддерживайте поддоны кондиционера и холодильника в чистом состоянии и обеспечьте свободный сток в сливных устройствах.
- Поддерживайте влажность в помещении на низком уровне. По возможности, относительная влажность в помещении должна составлять не более 60 процентов (в идеале – от 30 до 50 процентов). Относительную влажность можно измерить при помощи гигрометра, небольшого и недорогого (\$10-\$50) прибора, который можно купить во многих магазинах бытовой техники. Самые распространённые причины высокой влажности внутри помещений – кипящая вода при приготовлении пищи, продолжительное пользование горячим душем, неиспользование вытяжных вентиляторов и затруднённый выход водяных паров из помещения.
- Если вы видите, что на окнах, стенах или трубах собирается конденсат или влага, **ДЕЙСТВУЙТЕ НЕМЕДЛЕННО**. Просушите влажную поверхность и ограничьте источник влаги/воды. Конденсат может быть признаком высокой влажности, и он создаёт условия для роста плесени.

### **Действия, помогающие снизить влажность:**

- Такие приборы, как газовые плиты и керосиновые нагреватели, являются источниками водяных паров и повышают влажность, если не отводить продукты сгорания за пределы помещения, поэтому пользуйтесь кухонной вытяжкой при приготовлении пищи.
- Включайте вентилятор в ванной комнате или открывайте окно, когда пользуетесь душем.
- Пользуйтесь вытяжными вентиляторами всякий раз, когда готовите, включаете посудомоечную машину или моете посуду вручную, и т.д.

### **Действия, способствующие предотвращению конденсации:**

- Увеличьте вентиляцию или ток воздуха, открыв двери и/или окна, когда это целесообразно. При необходимости пользуйтесь вентиляторами.
- Покрывайте изоляцией холодные поверхности, такие как водопроводные трубы с холодной водой.
- Повысьте температуру воздуха.

## **ОЧИСТКА: советы и приёмы**

Советы и приёмы, приведённые в этой памятке, помогут вам при устранении плесени. Профессиональные уборщики или чистильщики могут пользоваться методами, не описанными здесь. Пожалуйста, примите во внимание, что плесень может вызвать образование пятен и нарушение внешнего вида помещения.

- **Счистите плесень с твёрдой поверхности с помощью воды и чистящего средства и дайте этой поверхности полностью высохнуть.**
- Впитывающие или пористые материалы, такие как потолочная плитка и ковры, возможно, придётся выбросить, если на них вырастет плесень. Плесень может расти на поверхности пористых материалов или заполнять полости и щели в них, поэтому её может оказаться трудно или невозможно удалить полностью.
- Не наносите краску или уплотняющий материал на заплесневевшие поверхности. Счистите плесень и просушите поверхности перед их окраской. Краска, нанесённая на заплесневевшую поверхность, скорее всего, быстро отслоится.
- Если вы не уверены в том, как чистить ту или иную вещь, либо если эта вещь дорогостоящая или дорога вам как память, возможно, вам потребуется совет специалиста. Телефоны специалистов по ремонту мебели, реставрации, покраске, художественной реставрации и сохранению, чистке ковров, устранению последствий затопления, а также реставрации после пожара или затопления, обычно приведены в телефонных книгах. Обязательно спрашивайте о рекомендациях и проверяйте их. Ищите специалистов, принадлежащих к профессиональным организациям.

**Приведенная выше информация частично взята с вебсайта EPA по адресу [www.EPA.gov](http://www.EPA.gov)**