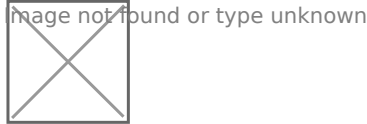


Αρρωσταίνουν πιο συχνά όσοι εργάζονται σε κλιματιζόμενα γραφεία;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[e772d4ff253345229cd6051ed3729d13](#)

Εάν σε ένα κύμα καύσωνα δεν μπορείτε να εγκαταστήσετε τον υπολογιστή σας στην παραλία (!), δεν υπάρχουν πολλές άλλες λύσεις για να περάσει η μέρα στη δουλειά, παρά να δουλεύει στο φουλ και το κλιματιστικό του γραφείου. Σίγουρα όμως θα έχετε συναδέλφους που πιστεύουν πως η μείωση της θερμοκρασίας μπορεί να καταστρέψει το ανοσοποιητικό σας σύστημα ενώ άλλοι λένε πως τα κλιματιστικά είναι στην ουσία συσκευές διασποράς μικροβίων, στις οποίες καλλιεργούνται βακτήρια και ιοί και μετά αυτοί βγαίνουν με τον αέρα στην επιφάνεια και ανακυκλώνονται μέσα στους κλειστούς χώρους.

Όπως και με τα κρυολογήματα και άλλες ασθένειες του αναπνευστικού που μας αρρωσταίνουν κυρίως το χειμώνα, ο κρύος αέρας δεν είναι ένοχος - οι ιοί είναι οι φταίχτες, εξηγεί ο αλλεργιολόγος και ανοσολόγος από το Ιατρικό Κέντρο του Πανεπιστημίου Langone της Νέας Υόρκης.

Από την άλλη πλευρά, ερευνητές από το Πανεπιστήμιο Κάρντιφ της Ουαλίας θεωρούν πως είναι δυνατό τα κλιματιστικά να συντελούν με κάποιον -περιορισμένο- τρόπο στις αναπνευστικές λοιμώξεις. Ο λόγος; Αφαιρούν την υγρασία από την ατμόσφαιρα και έτσι στεγνώνει η προστατευτική βλέννα που επικαλύπτει το εσωτερικό της μύτης και διατηρούν υγιές αυτό το πέρασμα προς το αναπνευστικό, επιτρέποντας στους ιούς καλύτερες πιθανότητες να εγκατασταθούν στις ρινικές οδούς.

Μελέτη του 2004 σύγκρινε 920 ενήλικες γυναίκες και βρήκε πως εκείνες που εργάζονταν σε γραφεία με κεντρικό κλιματισμό είχαν υψηλότερα ποσοστά απουσίας εξαιτίας ασθένειας και περισσότερες επισκέψεις σε ωτορινολαρυγγολόγο από εκείνες που εργάζονταν σε γραφεία χωρίς κλιματισμό. Μια παρόμοια μελέτη σε σχεδόν 800 εργαζόμενους κατέληξε επίσης στο ίδιο συμπέρασμα: στα γραφεία με κλιματισμό, οι υπάλληλοι αρρώσταιναν ελαφρώς συχνότερα με λοιμώξεις του αναπνευστικού συγκριτικά με τους χώρους που διέθεταν φυσικό εξαερισμό.

Ανοιχτό ή κλειστό το κλιματιστικό;

Το περιβάλλον που δημιουργείται όταν δουλεύει συνεχώς το κλιματιστικό μπορεί να συντελεί σε περισσότερες λοιμώξεις του αναπνευστικού. Ιδανικά, θα πρέπει ο χώρος να αερίζεται αρκετές φορές μέσα στη μέρα και να υπάρχει ένα μικρό άνοιγμα σε παράθυρο ακόμη και τις ώρες που λειτουργεί το κλιματιστικό ώστε να ανανεώνεται ο αέρας.

Πηγή: [capital.gr](https://www.capital.gr)