

# Μωρό και κλιματιστικό: Μπορούν να... συνυπάρξουν;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[15618623\\_shutterstock\\_113956963.limgHandler \(1\)](#)

Η απάντηση

είναι «ναι», αλλά υπό ορισμένες προϋποθέσεις.

Ζεσταίνεστε αλλά φοβάστε να ανοίξετε το κλιματιστικό γιατί στον ίδιο χώρο κοιμάται το μωρό σας; Κι όμως, η ζέστη πιθανότατα θα το ενοχλεί περισσότερο από τους ενδεχόμενους «κινδύνους» που επιφυλάσσει η χρήση του, τους οποίους μάλιστα μπορείτε να εκμηδενίσετε, αν τηρήσετε αυτούς τους κανόνες:

1. Πριν μπει σε λειτουργία το κλιματιστικό, πρέπει να έχει γίνει σωστή συντήρηση από εξειδικευμένο τεχνικό.
2. Αν έχετε ένα πολύ παλιό μοντέλο, είναι σκόπιμο να το αντικαταστήσετε με ένα νέας τεχνολογίας, γιατί τα καινούρια έχουν καλύτερες προδιαγραφές σε ό,τι αφορά την προστασία της υγείας.
3. Όταν γίνεται η αλλαγή φίλτρων από τον ειδικό, φροντίστε να ενημερωθείτε για τους τύπους τους και την προστασία που εξασφαλίζουν προτιμώντας τα φίλτρα υψηλής απόδοσης.
4. Ρυθμίστε τη θερμοκρασία ώστε να μην ζεσταίνεστε αλλά ούτε να κρυώνετε. Μόλις δροσίσει μέσα στο σπίτι τότε μπορείτε να χαμηλώσετε το κλιματιστικό ή και να το κλείσετε.
5. Φροντίστε ο αέρας από το κλιματιστικό να μην «χτυπά» το μωρό, ιδιαίτερα όταν κοιμάται, αλλά και μέσα στο αυτοκίνητο, που ο χώρος είναι περιορισμένος.
6. Κάθε τόσο, κλείνετε το κλιματιστικό και ανοίγετε τα παράθυρο, ώστε να γίνεται συχνή ανανέωση του αέρα. Εναλλακτικά, μπορείτε να αφήσετε ένα παράθυρο λίγο ανοιχτό, ώστε να μην ξηραίνεται η ατμόσφαιρα.
7. Τινάζετε και πλένετε τακτικά τα υφάσματα επιπλώσεων που κατακρατούν σκόνη, όπως ριχτάρια, κουρτίνες, καλύμματα, ξεσκονίζετε τις ηλεκτρονικές

συσκευές -γιατί κι αυτές έλκουν σκόνη- και καθαρίζετε με υγρό πανί τις επιφάνειες του σπιτιού.

8. Μην επιτρέπετε σε κανέναν να καπνίζει στους χώρους όπου μπαίνει το μωρό. Αυτό το μέτρο θα πρέπει να το εφαρμόζετε έτσι κι αλλιώς, είναι όμως ακόμα πιο σημαντικό όταν χρησιμοποιείτε το κλιματιστικό, γιατί ο καπνός κάθεται πάνω στα υφάσματα επιπλώσεων.

9. Όταν χρησιμοποιείτε το κλιματιστικό, μην αφήνετε το μωρό γυμνό (μόνο με την πάνα του). Φορέστε του ελαφριά βαμβακερά ρουχαλάκια.

10. Αν η ζέστη είναι πολύ έντονη και χρειαστεί να αφήσετε το κλιματιστικό αναμμένο τη νύχτα στο χώρο όπου κοιμάται το μωρό, αφήστε λίγο ανοιχτό το παράθυρο και σκεπάστε το μωρό με ένα σεντονάκι.

Με τη συνεργασία του Χάρη Κατσαρδή (παιδιάτρου-παιδοπνευμονολόγου).

-

Από: Μαρίνα Τασούλη

**Πηγή:** [imommy.gr](http://imommy.gr)