

Ako zlepšiť kvalitu ovzdušia v domácnosti, ak máte plynovú varnú dosku alebo rúru

I. PRI VARENÍ V KUCHYNI VETRAJTE

- Ak máte digestor, zapínajte ho hneď, ako spustíte plynové horáky, a vypínajte ho desať minút po ich vypnutí, aby ste odstránili čo najviac znečisťujúcich škodlivých látok.
- Pri výmene a čistení tukových filtrov digestora postupujte podľa pokynov výrobcu, aby ste mali istotu, že digestor bude fungovať čo najefektívnejšie.
- Ak v digestore nefunguje alebo prestane fungovať ventilátor, čo najskôr ho dajte opraviť alebo vymeniť.
- V prípade výmeny či inštalácie nového digestora sa uistite, že digestor odsáva, aby odvádzal znečisťujúce škodlivé látky z plynového sporáka. Zistite, akú má digestor kapacitu a aký má prietok vzduchu, aby ste sa uistili, že prietok vzduchu je dostatočný na odstránenie znečistenia ovzdušia z varenia na plyne.

Ak digestor nemáte, otvorte pri varení a po varení okná, aby sa znečisťujúce výpary z plynového sporáka čo najskôr dostali von z vašich obytných priestorov.

Rôzne typy vetracích systémov

- **Digestor s vonkajším odťahom:** účinná forma lokálneho vetrania. Digestor s odťahom sa zvyčajne nachádza priamo nad sporákom a v závislosti od efektívnosti čiastočne alebo takmer úplne odstraňuje znečisťujúce škodlivé látky unikajúce z plynových horákov a odvádza ich von.
- **Mechanické vetranie:** metóda priebežného odstraňovania znečistenia ovzdušia nielen z kuchyne, ale z celej domácnosti. Tento systém sa zvyčajne nachádza v novších dobre izolovaných domoch s ventilátormi vo viacerých miestnostiach.
- **Recirkulačný digestor:** najmenej účinná forma vetrania, ktorá odstraňuje pachy pomocou uhlíkového filtra a následne prefiltrovaný vzduch vracia do kuchyne. Recirkulačné digestory niekoľko týždňov odstraňujú zo znečisteného ovzdušia časť plyných spalín a potom nasávaný vzduch jednoducho vracajú do miestnosti.

2. V PRÍPADE MOŽNOSTI RADŠEJ POUŽÍVAJTE ELEKTRICKÉ SPOTREBIČE

- Vodu radšej nechávajte zovrieť v kanvici než v hrnci na plynovom sporáku a snažte sa využívať malé zásuvné elektrické spotrebiče (napr. hriankovače, pomalé hrnce, teplovzdušné fritézy, mikrovlnky).
- Namiesto plynovej varnej dosky si radšej kúpte zásuvnú indukčnú alebo inú elektrickú varnú dosku.
- Kupujte iba elektrické kuchynské spotrebiče vrátane elektrického sporáka – ideálne s indukčnou varnou doskou a elektrickou rúrou.

3. PRI POUŽÍVANÍ PLYNOVEJ VARNEJ DOSKY ČI RÚRY SA SNAŽTE ZNIŽOVAŤ EMISIE LÁTKOK ZNEČISŤUJÚCICH OVZDUŠIE

- Varte na zadných horákoch, aby digestor odsával plyné škodliviny účinnejšie.
- Varte v hrnci, ktorý je väčší ako horák, aby plamene zostávali pod hrncom.
- Plynovú varnú dosku ani rúru nepoužívajte na vykurovanie miestnosti, sušenie vlasov či oblečenia ani na nijaké iné účely ako na varenie. Zapnutý plynový sporák do domácnosti vždy uvoľňuje znečisťujúce látky, ktoré škodia vášmu zdraviu.
- Nainštalujte si detektory schopné zachytávať nízke koncentrácie oxidu uhoľnatého a udržiavajte ich. Používajte zariadenia spĺňajúce bezpečnostné normy a zvukové alarmy upozorňujúce aj na nízku koncentráciu CO. Mali by byť nainštalované v kuchyni v blízkosti bojlera (ak máte plynový bojler) a v blízkosti spálni.