Beskytt deg under oppussingen

Det er ikke nødvendig å hoste og harke seg gjennom oppussingen med en dundrende hodepine og tørre, oppsprukne hender. Det finnes nemlig enkle hjelpemidler som kan gjøre oppussingen lettere for deg.

Av ifi.no



- Bruk sunn fornuft og sørg for god gjennomlufting. Som privatperson skal det mye til før du tar skikkelig skade av løsemidler eller støv under oppussingen, men det kan allikevel skape mye irritasjon, forteller Øystein Løndalen i 3M.

Sørg for gjennomtrekk

Selv om kulda biter, sørg for å ha gjennomtrekk når du pusser opp hjemme.

- Ett åpent vindu er vel og bra, men to vinduer er mye bedre, forteller Løndalen.

Ved å skape gjennomtrekk i rommet du maler, lakkerer eller pusser, kan du kvitte deg med mye løsemidler og støvpartikler som sirkulerer i rommet.

Støv

Men selv om du lufter godt, vil du ikke bli kvitt alt støv. I moderate mengder vil dette normalt ikke gi deg store skader, men det kan gi ubehag for mange. Ifølge Løndalen vil støv som trekker ned i åndedrettsystemet gi tørr hals, hoste og tett nese, noe som kan være fryktelig irriterende når du pusser opp.

Skal du pusse en enkel og grei jobb, som for eksempel et vindu, kan det være greit å benytte seg av en støvmaske i klasse P2, som er egnet for å fange opp fint støv.

Skal du for eksempel pusse ned en hel trapp, noe som er en hardere og tøffere jobb, kan det være greit å oppgradere til en maske med utåndingsventil, for å kunne puste litt enklere under arbeidet.

Innånding av løsemidler

Eksponering for små mengder løsemidler vil normalt heller ikke gi store skader, men også dette skaper ofte ubehag.

- Løsemidler kan gi deg hodepine og en susete, nærmest småpussa følelse i hodet, forteller Løndalen.

Hvis du skal lakkere eller male større flater, kan en gassmaske som tar organiske løsemidler være til god hjelp. Disse maskene har både en farge- og en bokstavkode, og masken merket Brunt A, er egnet for denne type oppussing.

Kontakt med løsemidler

Ifølge Tobias Andersson i Jordan, kan sterke væsker kan ødelegge hudens fettlag, og legge huden "åpen" for uttørring og bakterier. Han anbefaler derfor at alle bør bruke hansker ved kontakt med sterke væsker og stoffer for å unngå hudreaksjoner.

Kjemikalier vil trenge gjennom hansker over tid, og det er derfor viktig å benytte de riktige hanskene. Et ferskt eksempel er Jordans nye lateksfrie arbeids- og engangshansker laget av nitril, et materiale som er svært motstandsdyktige mot kjemikalier, lut, syre og løsemidler. Nitrilen er i tillegg hudvennlig, og kan derfor brukes av alle.

Vask

- Det er faktisk mange undersøkelser som viser at irritasjon ved vask av hendene faktisk kan være større enn malingen selv, forteller Andersson.

Ved å bruke hansker under oppussingen slipper du å utsette hendene for kjemikalier som må skrubbes av med white spirit.

Når man vasker huset eller bruker malervask, benytter man ofte alkaiske vaskemidler. Disse er sterke og kan forårsake hudreaskjoner. Ved å beskytte hendene med hansker kan du lett unngå dette.

Støy

Skal du bruke støyende verktøy, som en drill eller kappsag, kan hørselsvern være en god idé. Synes du øreklokkene blir litt voldsomme, får du kjøpt enkle og greie øreppropper, som vil være absolutt godt nok til privat bruk.

Roterende verktøy

Løndalen anbefaler privatpersoner å bruke av vernebriller i hovedsak når roterende verktøy er involvert.

- Har du for eksempel en slipeskive montert på en drill, og den sprekker, vil det fare mange fragmenter i luften som kan skade synet ditt, forteller han.

Lut

- De fleste luttypene er etsende, og det er viktig med beskyttelse både i form av arbeidshansker og vernebriller, forteller Andersson

Spesielle tilfeller

Hvis du er allergisk mot noen av produktene eller støvet som kommer under oppussing, bør du helst unngå å gjøre dette, og heller sette bort jobben til noen andre. Også om du er gravid bør du vise forsiktighet.