

ASUMISTERVEYS

Asumisterveysliitto AsTe ry:n tiedotuslehti 1/2021

Vain puhdasta ja kuivaa puuta

Velkajärjestelyllä uuteen alkuun

Siitepölyaikaan

Kesää kohti

SISÄLTÖ

- 4 Vain puhdasta ja kuivaa puuta
- 6 Velkajärjestelyn kautta uuteen alkuun
- 8 Siitepöly kulkeutuu sisään ovista ja ikkunoista
- 10 Tuomioistuinsovittelu on oikeudenkäynnin vaihtoehto
- 11 Vertaistukea Espoossa



- 12 Voimaa vertaistuesta
Palveleva puhelin



Vuosi sitten oli vaikea kuvitella, että edelleen painimme keväällä 2021 koronan kanssa. Yhteiskuntamme on ollut erittäin poikkeuksellisissa olosuhteissa jo yli vuoden. Suuria massatapahtumia ei ole järjestetty, eikä meilläkään ole ollut mahdollisuutta ns. lähteä kentälle. Nyt tilanne kuitenkin näyttää helpottavan, ja suunnittelemme innolla uusia kesän aikana järjestettäviä kiertueita, joissa meillä on mahdollisuus tavata asiakkaitamme henkilökohtaisesti ja auttaa heitä heidän ongelmis- saan. Neuvonta automme ovat lähdössä liikkeelle eri paikkakunnille. Suunnitelmien varmistuttua näistä paikkakunnista löytyy lisää tietoa facebookista ja internet-sivuiltamme.

Neuvonnan ja opastuksen tarpeellisuutta ei korona ole vähentänyt. Monet ovat siirtyneet etätöihin koteihin ja kesämökeille. Tästä syystä kotien sisäilman laatuun on kiinnitetty enemmän huomiota, mikä on hyvä asia. Asumisterveyttä vaarantaviin asioihin on ollut mahdollisuus puuttua aikaisemmin, ja ongelmat on saatu etukenossa poistettua. Autamme edelleen avuntarvitsijoita sekä puhelimitse että sähköpostilla. Tarvittaessa toimitamme myös tietoaineistoa.

VNK:n rahoittamaa valtakunnallista hanketta, Sisäilmaongelmista kärsivien auttaminen ja tukeminen, on talven aikana toteutettu yhteistyökumppaneiden kanssa (Hengitysliitto ry, Terveysten ja hyvinvoinnin laitos ja Asianajotoimisto Alfa Oy). Hankkeesta on meneillään loppuraportin laatiminen.

Kevät on hyvin vaikeaa aikaa siitepölyjen vuoksi, vaikka ei olisi mitään allergiaa. Monet saavat silti allergisia oireita. Siitepölyjen vuoksi tulisi pyyhkiä pölyjä ja imuroida kotia usein sekä välttää pyykin kuivattamista

ulkona pahimpaan siitepölyaikaan. Ennaltaehkäisystä löydät hyviä ohjeita artikkelissamme sivuilla 8–9. Mielenkiintoinen yksityiskohta artikkelissa on lemmikkieläinten turkkiin tarttuvat siitepölyt. Niistä itsekkin joudun kärsimään, ja siksi villakoiranani pääsevät turkkipesuun viikottain.

Kaunista, aurinkoista kesää.
Nautitaan ja pystytään terveinä.

Hannele Rämö
toiminnanjohtaja, RTA



Maria Seppälä

ASUMISTERVEYS

ASUMISTERVEYSLIITON
TIEDOTUSLEHTI 1/2021

ISSN 1796-640X (painettu)
ISSN 1796-6418 (verkkojlehti)

Kansikuva: i-mediat / Krista Luoma
Lehti on luettavissa myös osoitteessa
www.asumisterveys.fi

JULKAISIJA
Asumisterveysliitto AsTe ry
Kaivokatu 8, 2. krs, 18100 Heinola
Puh. (03) 877 540
Fax (03) 877 5450
info@asumisterveysliitto.fi

PÄÄTOIMITTAJA
Hannele Rämö
hannele.ramo@asumisterveysliitto.fi

TOIMITUS
Leena Johansson ja Asumisterveysliitto

SIVUNVALMISTUS
Päivi Kaikkonen
K-Systems Contacts Oy, Heinola

PAINO
Savion Kirjapaino Oy, Kerava 2021

Paperi
Edixion Offset

Sosiaali- ja terveysministeriö tukee Veikkauksen tuotoilla Asumisterveysliiton toimintaa.

■ "Erityisesti lapsille voi koitua kauaskantoisia haitallisia seuraamuksia."

Erityispuhtaiden sisätilojen käyttö

Voi voimistaa oireiluherkkyyttä

Erityispuhtaita tiloja tarjotaan eniten useammin ratkaisuksi tilanteissa, joissa koululainen tai työntekijä oireilee pitkittyneesti ja monimuotoisesti rakennuksissa, joiden sisäilmassa ei ole todettu oireita aiheuttavia tekijöitä.

Erityispuhtaiden tilojen käytölle ei kuitenkaan ole lääketieteellisiä perusteita. Sen sijaan sisätiloissa oireilevia tulisi tukea monipuolisesti ja ennaltaehkäisevästi.

Kansallisen sisäilma ja terveys -ohjelman terveydenhuollon asiantuntijaryhmä ottaa tähän kantaa käsittelyään tilanteita, joissa rakennuksen kaikki käyttäjät, oireista riippumatta, siirtyvät väliaikaisesti muihin tiloihin.

Erityispuhtaiden tilojen käytössä on riskejä

Kun erityisolosuhteita käytetään ratkaisuna, se johtaa usein oireilevan tai hänen perheensä fyysisen ja sosiaalisen elinpiirin kaventumiseen. Erityi-

sesti lapsille voi koitua kauaskantoisia haitallisia seuraamuksia.

Siirto erityispuhtaisiin tiloihin vahvistaa käsitystä, että oireilun syyinä olisi tuntemattomia sisäilmaan liittyviä tekijöitä. Se puolestaan voi johtaa toimintakyvyn laskuun ja lisääntyvään käsitykseen vaarasta.

Siirrot saattavat myös tarpeettomasti lisätä muiden rakennuksen käyttäjien tai omaisten huolta ja vaarakäsitystä.

– Ympäristöherkkyyden ehkäisyssä ja hoidossa on tärkeää puuttua käsityksiin sisäilmaan liittyvistä haitoista ja vaaroista. Tämä edellyttää kaikkialta toimijoilta, kuten viranomaisilta, terveydenhuollon ammattilaisilta, päättäjiltä, medialta ja järjestöiltä vastuullisuutta, sanoo ylilääkäri **Risto Vataja** Helsingin yliopistollisesta sairaalasta.

Oireet ammattilaisten selvitettäväksi

Pitkittyneet, toimintakykyä haittaavat

oireet tulee selvittää terveydenhuollon ammattilaisten kanssa ja potilaalle tulee tehdä tarvittava hoito- ja kuntoutussuunnitelma.

Huolellisella oireiden selvittämisellä päästään yhteisymmärrykseen oireiluun vaikuttavista tekijöistä ja vähennetään turhaa huolta.

– Poikkeustilanteissa tiettyjä sisätiloja voidaan välttää, mutta vain väliaikaisesti osana muuta hoitoa ja kuntoutusta. Pitkään jatkuva välttäminen voi voimistaa reagointia tavanomaisille ympäristöille ja johtaa normaalia elämää vaikeuttavaan ympäristöherkkyyteen, sanoo ylilääkäri **Maritta Kilpeläinen** Turun yliopistollisesta keskussairaalasta. □

Terveydenhuollon asiantuntijaryhmä toimii osana Kansallista sisäilma ja terveys -ohjelmaa, jonka yhtenä keskeisenä tavoitteena on parantaa sisäympäristöissä oireilevien hoitoa sekä työ- ja toimintakykyä.

Vain puhdasta ja kuivaa

Puun pienpolton hiukkaspäästöjä rajoitetaan lainsäädännön keinoin, kun EU-direktiivi määrää enimmäispäästörajat. Ympäristöministeriön mukaan asetuksen vaikutus Suomessa on vähäinen.

Ekosuunnitteludirektiivi puun pienpolton pienhiukkasista astuu voimaan vuoden 2022 alussa kaikissa EU-maissa.

Direktiivi koskee ensi vuoden alusta alkaen myytäviä uusia tehdasvalmisteisia pienkattiloita ja tulisijoja, mutta ei puukiukaita tai perinteisesti muurattuja takkoja.

Puukiukaiden osuus puun pienpolton hiukkaspäästöistä on tällä hetkellä arviolta 40 prosenttia.

Ympäristöministeriön Kansallinen ilmansuojeluohjelma 2030 arvioi, että liikenteen pakokaasupäästöt vähenevät ja tuovat valtaosan terveyshyödyistä, mutta puun pienpoltosta ja katupölystä aiheutuvat terveyshaitat pysyvät noin nykyisellä tasolla.

Vaikka lainsäädäntöä toimenpiteiden pohjaksi on jo olemassa, ympäristö- ja terveydensuojelulakien oheen tarvittaisiin valtakunnalliset määräykset ja ohjeet lakien soveltamisesta päästöhaittoihin.

Alan järjestöt ovatkin vaatineet, että kuntien ympäristö- ja terveydensuojeluviranomaisten tulisi tarkentaa suhtautumistaan savuongelmista tehtyihin terveyshaittavalituksiin.

Laitekanta uudistuu vähitellen

Vanhon tehottomien takkojen riveänpää uusimista pidetään tärkeänä toimenä vähentää pienpolton hiukkaspäästöjä.

Kansallisen ilmansuojeluohjelman mukaan EU-asetuksen vaikutus on vähäinen, sillä puun pienpolton lai-



Kuvat: Hannele Rämö

■ "Puun pienpoltosta ja katupölystä aiheutuvat terveyshaitat pysyvät nykyisellä tasolla."

tekanta uusiutuu hitaasti, ja toisaalta iso osa Suomessa myytävistä uusista tulisijoista täyttää jo asetuksen päästörajat.

Takkoja on tutkittu laboratorioissa, ja tutkimushankkeissa on löydetty keinoja puhtaammalle palamiselle.

Vanhankin tulisijan päästöjä voi kuitenkin vähentää käyttämällä sitä taitavasti ja polttamalla kuivaa ja puhdasta puuta. Tulisijat on myös nuohottava säännöllisesti.

Tavoitteena väritön, vähäpäästöinen savu

Ennen tulisijan sytyttämistä kannattaa varmistaa esimerkiksi tulitikulla,

että vetoa on riittävästi.

Kaikki on hyvin, jos tulitikusta syntyvä savu siirtyy hormiin. Muussa tapauksessa on syytä tarkistaa, tuleeko huoneeseen tarpeeksi korvausilmaa tai onko liesituuletin tai keskuspölymuri jäänyt päälle.

Jos veto ei edelleenkään riitä, hormia voi lämmittää kuumailmapuhaltimella tai polttamalla sanomalehteä hormissa. Sytyttää ei kannata, jos vetoa ei ole.

Pääsääntöisesti paras tapa varauvan tulisijan sytyttämiseen on päältä sytyttäminen. Puukiukaan sytyttämässä tärkeää on sytyttää puut nopeasti.

Piipunpelti pidetään auki. Jos veto

puuta



on liian kova, vetoa säädetään mieluummin tulisijan ilmaluukkuja pienentämällä kuin peltiä sulkemalla.

Älä polta pahvia

Kaikki mikä palaa, ei sovi poltettavaksi tulisijassa. Roskien poltto vahingoittaa tulisijaa ja tuottaa paljon savua ja terveydelle haitallisia yhdisteitä.

Pahvin ja paperin poltosta syntyy runsaasti tuhkaa ja nokea, jotka tukkivat savukanavat. Muovin ja muun jätteen polttaminen tuottaa kodin tulisijan matalassa palamislämpötilassa myrkyllisiä hiukkasia ja kaasuja.

Poltettavaksi eivät kelpaa myöskään märkä, maalattu, kyllästetty tai muita haitallisia aineita sisältävä puu tai lastulevy.

Jätehuolto- ja ympäristömäärä-



■ "Tutkimushankkeissa on löydetty keinoja puhtaammalle palamiselle."

yksissä kielletään roskien poltto tulisijoissa tai avotulella. Kaikki kiertäyskelpoinen materiaali kannattaa kierrättää teollisuuden tarpeisiin.

Maitotölkkit, pahvi ja paperi kuuluvat siis kierrätettäväksi, ei omassa tulisijassa poltettavaksi. □

Lähteet:

Kansallinen ilmansuojeluohjelma 2030 (julkaisut.valtioneuvosto.fi)
nuohoojat.fi/asukkaalle
www.hsy.fi/poltapuhtaasti
www.omakotiliitto.fi

Työtehoseura, HSY ja Turun kaupunki ovat kehittäneet EAKR-rahoituksella Kuivaa asiaa -hankkeessa asukkaalle uusia polttopuupalveluita ja viestineet oikeaoppisesta puun säilytyksestä ja polttamisesta.

Tavoitteena on vähentää huonosta poltosta aiheutuvia hiukkaspäästöjä ja parantaa siten pientaloalueiden ilmanlaatua. Hanketta on toteutettu pääkaupunkiseudulla ja Turun seudulla, ja se päättyi maaliskuussa 2021.

Tietoa Kuivaa asiaa -hankkeesta ja vinkkejä puunpolton päästöjen vähentämiseen: www.poltapuhtaasti.fi.

Hyvä pienpoltto alkaa polttopuiden säilytyksestä

■ Polttopuuta ei kannata säilyttää maata vasten ilman aluspuita eikä liian tiiviisti peitettynä kosteuden tiivistymisen ja puiden homehtumisen vuoksi.

■ Hyvässä puuvajassa puut säilyvät kuivina ja ilma kiertää lattian, seinien ja katon raoista. Puuvaja on siis suunniteltu niin, että suojaa sateelta ja tuulettuu joka suunnalta.

■ Sopivan kokoiseen puuvajaan mahtuu puuta vuoden tarpeisiin.

■ Mahdollisten sieni-itiöiden vuoksi älä säilytä puuta asuintiloissa. Sitä rajoittavat myös palomääräykset.

■ Tuo puut sisälle vuorokautta ennen käyttöä, jotta puun ulkopinta ehtii kuivua. Puuta ei kannata sen pidempään säilyttää asuintiloissa, koska niistä voi vapautua ilmaan sieni-itiöitä.

■ Kostean puun polttaminen ei ole energiatehokasta, se tuottaa runsaasti päästöjä ja käy kukkarolle.

■ Jos poltat 10 kg tuoretta tai muuten kosteaa koivua, jonka kosteusprosentti on 40, se sisältää neljä litraa vettä. Veden haihduttamiseen kuluva energia on pois takan tuottamasta lämmöstä.

Velkajärjestelyn kautta uuteen alkuun

Velkajärjestely voi olla homeloukun takia maksukyvyttömyyteen ajautuneelle varteenotettava vaihtoehto selviytyä veloista. Omistusasunnon säilyttämistä tavoitteleva ylivelkaantunut joutuu kuitenkin varautumaan pitkään maksuohjelmaan.

Kauppahinnan palautukseen tuomitun myyjän mahdollisuus päästä velkajärjestelyyn on vaikeutunut vuoden 2015 alusta velkajärjestelylain muutosten myötä. Toinen asunnonomistajia koskeva velkajärjestelylain muutos pidensi omistusasuntonsa säilyttävien maksuohjelman kestoja.

Uutena ryhmänä velkajärjestelyn piiriin tulivat vuoden alusta tiukoin ehdoin liikkeen- ja ammatinharjoittajat. Lisäksi pitkäaikaistyöttömien mahdollisuus päästä velkajärjestelyyn helpottui vuoden alusta. Velkaneuvonta siirtyi valtiolle oikeusaputoimistoihin 1.1.2019

Ei lisävelkaa

Talous- ja velkaneuvoja **Marko Niiranen** sanoo, että ylivelkaantuneilla on kohtuullisen hyvät mahdollisuudet päästä velkajärjestelyyn silloin, kun velkaantuminen liittyy asumisterveysongelmaan, kuten asunnon kosteus- ja homevaurioon.

Hän kehottaa ihmisiä ottamaan yhteyttä oikeusaputoimistoon jo ennen kuin laskut alkavat jäädä rästiin ja talous ajautuu selviytymisen rajoille.

– Talous- ja velkaneuvonnassa arvioidaan velallisen tilanne ja kartoitetaan eri vaihtoehdot talouden tasapainottamiseksi. Asiakas päättää itse selvityksen perusteella, hakeutuuko hän velkajärjestelyyn vai ei, Niiranen sanoo.

**Talous- ja velkaneuvoja
Marko Niiranen.**

Noin kolmasosalle velkaneuvonnassa käyneistä ryhdytään tekemään jotain järjestelyjä. Loput päätyvät muihin ratkaisuihin.

Oikeuden käymistäkään ei pidetä yleensä vastuuttomana velkaantumisenä, joka estäisi velkajärjestelyyn pääsemisen. Velkajärjestelylaissa on kuitenkin lisävelkaantumiskielto. Sen perusteella velkajärjestely voidaan purkaa, jos velallinen hankkii lisävelkaa niin, että se vaarantaa hänen maksuohjelmansa.

– Oikeudenkäyntikulut voivat olla tällainen maksuohjelman vaarantava lisävelka. Sen vuoksi velkajärjestelyyn hakeutuneen ei pitäisi enää ryhtyä oikeudenkäyntiin ja meneillään oleva oikeudenkäyntikin olisi varmintä keskeyttää, Niiranen sanoo.

Velalliskohtainen järjestely

Velkajärjestelyn ideana on sovittaa velkoja niin, että velallinen voi selvittää

niistä ottaen kuitenkin huomioon myös velkojien edut. Velkajärjestelystä suoriutunut voi aloittaa puhtaalta pöydältä ja harkita uudelleen omistusasunnon hankkimista.

Velkajärjestely on ollut voimassa vuodesta 1993 lähtien.

Niiranen tähdentää, että velkajärjestely on velallis- eikä velkakohtainen, jolloin yhteisvelallisten avo- tai aviopuolisoiden on hakeuduttava molempien velkajärjestelyyn.

– Muutoin järjestely velan osuus voidaan periä täysimääräisesti toiselta yhteisvastuulliselta, hän sanoo.

Jokaisen velallisen kohdalla arvioidaan henkilökohtaisesti edellytykset ja esteet velkajärjestelylle. Sen vuoksi myös puolisoiden maksukyvyttömyys suhteessa velkoihin arvioidaan molempien kohdalla erikseen. Joskus toinen puolisoista voi olla maksukykyisempi kuin toinen.

Velkajärjestelyä harkitsevan on asuinkunnasta riippuen varauduttava 6–12 kuukauden käsittelyaikaan.

Lehtikuva





Pixabay

Se sisältää jonotusajan sekä asian käsittelyn velkaneuvonnassa ja käräjäoikeudessa.

Velkajärjestelyyn hakeutuminen ja asian käsittely oikeudessa on maksutonta.

Omistusasunnon säilyttäminen

Velkojen järjestelemiseksi tehdään laskelma, jossa käydään läpi velallisen varallisuus ja nettotulot sekä velkajärjestelylaissa hyväksytyt menot. Tulosten ja menojen välinen erotus on käytettävä velkojen maksamiseen.

Velkajärjestelyn kesto on normaalisti kolme vuotta. Nollamaksuohjelmalla velkajärjestelyn kesto on kaksi vuotta pidempi. Se tarkoittaa sitä, että velallinen maksaa velkojaan vain, jos hänen tulonsa kasvavat viiden vuoden aikana.

Omistusasunnon säilyttäminen velkajärjestelyssä on mahdollista, mutta ei yksinkertaista.

Vakuusvelkojen asema on velkajär-

jestyssä hyvin turvattu. Sen vuoksi asunovelallisen, joka haluaa säilyttää asuntonsa velkajärjestelyssä, pitää pystyä maksamaan vakuusvelka eli asuntolaina niin pitkälle kuin asunnon arvo sitä kattaa.

Muita velkoja, kuten esimerkiksi kosteus- ja homevaurioiden selvityskuluja ja asiantuntijapalkkioita, voidaan järjestellä velallisen maksukyvyistä riippuen.

– Jos asuntolainaa on jäljellä vähän ja talon arvo on kosteus- ja homevaurioiden takia romahtanut, lainaa ei tarvitse maksaa paljoakaan. Jos velallisella on tuore asuntolaina, ja talo on vaurioista huolimatta arvokas, maksettavaa on enemmän, Niiranen havainnollistaa.

Tuomioistuimien määrää, mitä omaisuudelle tehdään velkajärjestelyssä. Omistusasunnon velkajärjestelyssä säilyttäneillä on tavallisesti edessään hyvin pitkä, 10–20 vuoden maksuohjelma. Lisäksi maksuhäiriömerkintä säilyy velallisen luottotiedoissa koko maksuohjelman ajan. □

Näin hakeudut velkajärjestelyyn

1. Ota yhteyttä oikeusaputoimiston talous- ja velkaneuvontaan. Koko Suomen velkaneuvojien yhteystiedot löytyvät netistä osoitteesta www.talousjavelkaneuvonta.fi (josta löytyy myös linkki sähköiseen asiointiin) Varaudu kertomaan jo puhelimesta taloudellisesta tilanteestasi (tulot, varallisuus ja velat). Se nopeuttaa asiiasi käsittelyä.
2. Kerää talous- ja velkaneuvojan tapaamista varten tulo- ja menotositteet, kuten palkkalaskelma ja asumiskulut, sekä varallisuus- ja verotiedot ja tositteet hoidossa olevien velkojen määrästä. Velkaneuvonta avustaa tietojen hankkimisessa perinnässä olevista veloistasi.
3. Velkaneuvonnassa selvitetään, mitä vaihtoehtoja velallisella on taloudellisen tilanteensa korjaamiseen. Velallinen päättää itse, hakeeko hän velkajärjestelyä vai ei.
4. Velallinen laatii velkaneuvojan avustuksella velkajärjestelyhakemuksen käräjäoikeudelle.
5. Käräjäoikeus lähettää hakemuksen velkojille lausuttavaksi. Hakemus ei kaadu automaattisesti velkojien tai takaajien vastustukseen, vaan käräjäoikeus tutkii, onko lainmukaisia perusteita myöntää velkajärjestelyä vai ei. Riitaisissa tapauksissa voidaan järjestää suullinen käsittely käräjäoikeudessa.
6. Velkajärjestelyn myöntämisessä on kaksi vaihtoehtoa: joko velkajärjestely ja maksuohjelma vahvistetaan ja aloitetaan samanaikaisesti tai ensin päätetään velkajärjestelystä, ja vasta sitten laaditaan maksuohjelma, joka vahvistetaan erikseen.
7. Velallinen ja velkoja voivat molemmat valittaa käräjäoikeuden päätöksestä hovioikeuteen.

Siitepöly

kulkeutuu sisään ovista ja ikkunoista

**Suodattimet auttavat.
Vaatteiden ja lemmikkien
mukana kulkeutuminen on
marginaalisempaa.**

Monille allergiaoireita aiheuttava siitepölykausi alkaa keväällä etelästä kantautuvilla lepän ja pähkinäpensaan siitepölyn kaukokulkeutumilla.

Siitepölykauden päättää pujon kuinta elo–syyskuussa.

Suomessa tärkeimpiä allergiakasveja ovat lepät, pähkinäpensas, koivut, heinät ja pujo. Männyn siitepöly aiheuttaa oireita vain harvoille.

Siitepölyä kulkeutuu myös sisäilmaan, kaikkein eniten avonaisten ikkunoiden ja ovien kautta.

Kauden ollessa pahimmillaan kannattaa välttää tuuletusta ja pyykin kuivausta ulkona.

Ulkovaatteiden tai lemmikkieläinten mukana kulkeutuva siitepöly on merkitykseltään vähäisempää.

– Ulkovaatteiden ravistaminen ennen sisälle tuloa vähentää siitepölyn määrää, ja hiukset voi huuhtoa ennen nukkumaan menoa siitepölyjen poistamiseksi hiuksista, opastaa projektitutkija **Sanna Pätsi** Turun yliopiston aerobiologian yksiköstä.

Yksityishenkilöillä ei ole tällä hetkellä mahdollisuutta tilata sisäilman siitepölymittausta.

– Arjessa toimivia automaattimittareitakaan ei ole vielä saatavilla, vaikka kehitystyötä on tehty jo pitkään, sanoo tutkija **Kimmo Saarinen** Allergia-, Iho- ja Astmalitosta.

Tuuletuksen aikana sisälle voi tulla runsaasti siitepölyä

Etelä-Karjalan Allergia- ja Ympäristöinstituutin Sisäilman siitepölyt (SISSI) -hankkeessa selvitettiin kuinka paljon siitepölyä tulee sisätiloihin ja miten hiukkasten sisällepääsyä voidaan vähentää.

Usean keräimen samanaikaisissa mittauksissa sisällä havaittiin keskimäärin 24 prosenttia ulkoilman siitepölypitoisuudesta, mutta määrä vaihteli paljon etäisyyden ja olosuhteiden mukaan.

Pitoisuus oli sisällä sitä suurempi mitä runsaammin siitepölyä oli ulkoilmassa ja mitä voimakkaammin ilmaa virtasi sisälle.

Voimakkaassa sisällevirtauksessa huoneessa mitattiin enimmillään 1 400 koivun siitepölyä ilmakuutiosta, kun samaan aikaan ulkona oli 2 020 sp/m³.

Myös männyn siitepölyä leijui helposti sisälle. Sisällä mitattiin lähes 2 600 sp/m³, kun ulkopitoisuus oli lähes 5 000 sp/m³.

Läpiveto ei ole oikea tuuletuskeino siitepölyaikaan

Läpivedossa ilma vaihtuu hyvin, mutta samalla siitepölyä pääsee runsaasti sisälle ja hiukkaset leviävät tehokkaasti huoneeseen.

Läpivedossa sisäilman pölyosuus laimeni ikkunan lähellä mitatusta 35 %:sta huoneen perän 11 %:iin ulkopitoisuudesta.

Tuuletusikkunan hyttysverkot ja säleiköt eivät juuri vaikuttaneet siitepölyn sisällepääsyyn. Valoverhon läpi siitepölyä tuli kuitenkin vähemmän, koska tiheä kangas heikensi ilmavirtausta.

Tuuletusikkunan suodatinhuopa ei päästänyt siitepölyä läpi, mutta samalla ilmavirtaus lähes pysähtyi.

Siitepöly laskeutuu nopeasti

Asunhuoneistoissa siitepölyä kertyi runsaimmin lähelle tuuletusikkunoita ja ulko-ovea sijoitettuihin laskeumakeräimiin.

Lattiatasolla oli kaksinkertainen siitepölymäärä verrattuna metrin korkeudella mitattuihin arvoihin.

Ilmanvaihtokoneiden suodattimet poistivat tehokkaasti siitepölyä.

Keskimäärin koneellisesti ilmastoiduissa tiloissa oli 1,5 siitepölyhiukkasta neliösentillä, kun samaan aikaan taloissa, joissa oli painovoimainen ilmanvaihto, keräimiin päätyi 37 hiukkasta neliösentille.

Siitepölyä kulkeutuu myös vaatteiden mukana

Pihalle 3–5 tunnin ajaksi ripustettui-

Tietoa verkossa:

www.allergia.fi

Tietoa, tukea ja neuvontaa

etelakarjalanallergia.allergia.fi

Etelä-Karjalan Allergia- ja Ympäristöinstituutti, tiedottaa allergioista ja seuraa Kaakkois-Suomen siitepölytilannetta

www.norkko.fi

Turun yliopiston aerobiologian yksikön valtakunnallinen siitepölytiedotus

www.polleninfo.org

Euroopan siitepölytilanne



Pixabay

■ Siitepölykaudella on syytä tehostaa siivoamista.

hin paitoihin, takkeihin ja pyyhkeisiin tarttui koivun ja männyn kukkissa keskimäärin seitsemän siitepölyhiukkasta neliösentille.

Runsaimmin siitepölyä oli neule- ja fleecpaidassa ja vähiten sileissä farkku- ja tuulipukukankaissa.

Suoraan heinien kukinnoista vaatteisiin tarttui enemmän siitepölyä kuin ilmasta. Ulkoilijan vaateissa hiukkasia oli runsaimmin kengissä, sukan varsissa ja housuissa ja vähiten paidassa, johon heinän kukinnot eivät ulottuneet.

Karkeasti laskettuna ulos ripustetuissa vaatekappaleissa oli yli 10 000 ja niityllä kävelyn jälkeen housuissa peräti 150 000 siitepölyhiukkasta.

Vaatteiden puistelu irrotti noin 70 % siitepölystä.

Myös koiran turkkiin tarttuu siitepölyä. Koivun huippukaudella siitepölyä oli koirassa lähes kymmenkertainen määrä verrattuna ulkona tuuletettuihin vaatteisiin.

Tehostettu siivous tarpeen

Siitepölymäärää voi parhaiten vähentää pitämällä ovet ja ikkunat kiinni siitepölykaudella, huolehtimalla ilmanvaihtolaitteiden kunnosta, puistelemalla ulkovaatteet ennen sisälle menoa ja jättämällä ulkovaatteet eteiseen.

Koska siitepölyä pääsee kuitenkin jonkin verran sisälle, siivousta tulisi tehostaa siitepölykaudella.

Pölyt tulisi pyyhkiä tai imuroida erityisesti läheltä parvekeovea, tuu-

letusikkunoita ja ilmanvaihtoventtiilejä sekä eteisestä, jossa siitepölyä on yleensä runsaimmin. □

Lähde: Juha Jantunen, Kimmo Saarinen, Mikko Myllynen, Tiina Vitikainen: *Sisäilman siitepölyt* (SISSI). Loppuraportti. Etelä-Karjalan Allergia- ja Ympäristöinstituutti 2009.

Ilman siitepölymääriä on Suomessa seurattu jo yli 40 vuoden ajan. Turun yliopiston aerobiologian yksikkö on tehnyt siitepölytiedotteita koko maata varten vuodesta 1976 alkaen, mutta mittaukset aloitettiin Turussa jo kaksi vuotta aikaisemmin.

Vuodesta 1980 lähtien mukana ovat Turun lisäksi olleet Kuopio, Oulu ja Kevo Utsjoella. Etelä-Karjalan Allergia- ja Ympäristöinstituutti liitti Kaakkois-Suomen mukaan seurantaverkostoon vuonna 2001.

Tuomioistuinsovittelu on oikeudenkäynnin vaihtoehto

Joustava ja nopea menettely sopii lähes kaikkiin riitoihin, mutta osapuolten on pystyttävä tinkimään vaatimuksistaan.

Oikeudenkäynti ei ole aina paras keino ratkaista riitoja. Kevyempi ja halvempi tapa on pyytää kärjäoikeudelta sovittelua, jossa sovittelijana toimii kärjäoikeuden tuomari.

Myös asuntokauppariitojen sovittelu kärjäoikeuksien sovittelumenetellyssä on yleistä, ja asiat yritetään usein sopia ennen varsinaista oikeudenkäyntiä. Sovitteluun tarvitaan molempien osapuolten suostumus.

– Sovittelu tuomioistuimessa on täysin vapaaehtoista eli molempien osapuolten tulee suostua siihen, jotta

menettely voidaan aloittaa, sanoo Asianajotoimisto Snellmanlex Oy:n asianajaja Eeva Snellman.

Sovittelusta on hyviä kokemuksia, mutta sovun syntyminen edellyttää osapuolilta sekä tahtoa että joustonhalua.

– Osapuolilla tulisi olla aito halu sopia asia. Tämä tarkoittaa yleensä sitä, että yritetään löytää jonkinlainen kompromissi asiasta. Yleensä osapuolet joutuvat joustamaan vaatimuksistaan, jotta sovinto syntyisi.

Ei kyse vaatimusten toteennäyttämisestä

Sovittelussa voidaan osapuolten suostumuksella kuulla muitakin henkilöitä, kuten osapuolten asiantuntijoita, ja esittää muuta selvitystä.

■ ”Sovinto voi syntyä myös haastehakemuksen vaatimuksista poikkeavalla tavalla.”

– Sovittelussa ei kuitenkaan oikeudenkäynnin tavoin ole tarkoituksena näyttää vaatimuksiaan toteen, joten tarvetta todistelun esittämiselle ei yleensä ole. Mahdollista se kuitenkin on, mutta harvinaista, Snellman toteaa.

Hän muistuttaa, että sovittelussa kannattaa suhtautua joustavasti eri vaihtoehtoihin, ja sovinto voi sovintomenetellyssä syntyä myös haastehakemuksen vaatimuksista poikkeavalla tavalla.

Osapuolet vastaavat vain omista kuluistaan

Oikeudenkäynti asuntokauppariitaasiassa on pahimmillaan osapuolille raskas, pitkäkestoinen ja kallis prosessi.

Tuomioistuinsovittelu on kustan-

nuksiltaan edullisempi tapa ratkaista riita.

– Sovittelumenettelyn kesto on yleensä oikeudenkäyntiä merkittävästi lyhyempi. Lisäksi sovittelussa yleensä kumpikin osapuoli vastaa omista oikeudenkäyntikuluistaan, eikä tällöin synny samanlaista kulu-riskiä vastapuolen oikeudenkäyntikuluista kuin varsinaisessa riitaprosessissa.

Sovittelussa on kuitenkin hyvä olla mukana asianajaja.

– Hänen kanssaan voi sovittelun aikana keskustella ja pohtia sovittelun kulkua ja omia tavoitteita sekä sovittelutapoja.

Sovittelu voi myös epäonnistua

Sovittelu päättyy, jos jompikumpi osapuoli ilmoittaa, ettei halua enää sitä jatkaa. Tuomarikin voi lopettaa sovittelun esimerkiksi havaitessaan, että sovinnolle ei tosiasiallisesti ole edellytyksiä.

Asuntokauppariidoissa on usein kyse vaatimuksiltaan suurista euro-määristä, joskus jopa sadoistatuhansista euroista.

– Taloudellisten seikkojen vuoksi sovintoa voi olla vaikea tehdä. Usein myös isot näkemyserot esimerkiksi kaupan purkuun tai korjauskustannuksiin liittyen voivat estää sovinnon, asianajaja Eeva Snellman kuvaa.

Sovittelun epäonnistuttua osapuolet voivat halutessaan viedä riidan oikeudenkäyntiin, tai jos oikeudenkäynti on ollut jo vireillä, sitä jatketaan.

Eeva Snellman muistuttaa, että jos asia joudutaan viemään oikeuteen sovittelun epäonnistuttua, sovittelussa esitettyihin asioihin ei saa vedota.

– Osapuoli ei voi ilman vastapuolen suostumusta myöhemmässä käsitellyssä vedota tuomioistuinsovittelussa esille tullessiin seikkoihin. □



Asianajotoimisto Snellmanlex Oy

Asianajaja Eeva Snellman Asianajotoimisto Snellmanlex Oy:stä.



Pixabay

Vertaistukea Espoossa

2000-luvun alkupuoliskolla ilmeni akuutti tarve vertaistuesta pääkaupunkiseudulle kotinsa sisäilmaongelmien kanssa kamppaileville. Asumisterveysliitto vastasi tarpeeseen perustamalla vertaistukiryhmän Espooseen.

Hometalokatastrofin läpikäyneenä espoolaisena ja Asumisterveysliiton pitkäaikaisena vapaaehtoistyöntekijänä ryhdyin sen vetäjäksi.

SOPIVAT TILAT löytyivät Tapiolan keskustasta, ja siellä toiminta on jatkunut aina tähän päivään saakka. Tapaamisiin on pääkaupunkiseudun asukkaiden lisäksi tullut tukea ja neuvoja tarvitsevia myös pitkienkin matkojen päästä muualta Uudelta maalta. Monet ovat todenneet, että ryhmän apu on ollut ratkaisevaa heidän selviytymisessään.

Enimmäkseen olemme keskustelleet keskenämme lämpöisessä ilmapiiressä kahvikupin ääressä ja pyrkineet löytämään hyviksi koettuja ratkaisuja vaikeisiin tilanteisiin. Ajottain tapaamisissamme on ollut

myös asiantuntijavierailuita, kuten rakennusterveysasiantuntija, mikrobiologian tohtori, asiantuntijavirkamies jne. Suuri merkitys on ollut myös sillä, että ryhmäläiset ovat voineet suositella toinen toisilleen itse hyviksi kokemiaan rakennusalan ammattilaisia, asianajajia, lääkäreitä yms.

VUOSIEN VARRELLA on läpikäyty moninainen kirjo ongelmia, joita ryhmäläiset ovat joutuneet kohtaamaan. Paljon on kuitenkin ollut tyypillisiä tilanteita, jotka toistuvat samanlaisina monien kohdalla.

Yleisesti toistuva ja rankka kokemus on esimerkiksi pienissä taloyhtiöissä asuvilla, joilla riidat naapureiden ja asunto-osakeyhtiön kanssa voivat saada käsittämättömiä mittasuhteita. Terveystarkastajat olisivat avainasemassa tällaisissa tilanteissa, mutta heidänkin toimintansa on osoittautunut usein tehottomaksi monessa kunnassa.

Tapaamisissamme selvisi, että kun esim. Espoossa sai odottaa terveys-

tarkastajan ensimmäistä käyntiä 10 kuukautta, onnistui sama pienemmissä kunnissa jopa viikossa. Tästä asiasta olimme ryhmän puolesta yhteydessä Aluehallintovirastoon, joka ryhtyi toimenpiteisiin asian johdosta.

TAPAAMISET OVAT tuottaneet myös paljon tietoa kaikista niistä vaikeista haasteista, joita kodin sisäilmaongelmista kärsivät kohtaavat. Näin kertynyt fakta on auttanut myös Asumisterveysliittoa ponnisteluissa asioiden tilan parantamiseksi vaikuttamistyössään.

Koronapandemia on vaikeuttanut merkittävästi myös ryhmämme toimintaa. Fyysisten tapaamisten järjestäminen on ollut vaikeaa. Yritimme järjestää ulkotiloissakin kokouksen, mutta sadesää pilasi senkin. Yhteyttä on kuitenkin pidetty puhelimitse ja sähköpostilla. □

Raili Lindberg
Asumisterveysliiton
vapaaehtoistyöntekijä



Hannele Rämö

VOIMAA VERTAISTUESTA

AsTeen keskusteluryhmät kokoontuvat usealla paikkakunnalla. Vertaistukeen ovat tervetulleita kaikki, joilla on asumisterveysongelmia tai jotka ovat niistä jo selvinneet.

Kokoontumisajankohdista ilmoitetaan verkkosivuillamme www.asumisterveys.fi. Tervetuloa!

■ Onko asumisterveysongelmasi?

Lisätietoja ja ilmoittautumiset
info@asumisterveysliitto.fi
tai puh. (03) 877 5410

- Hometalo
- Vesivahinko
- Rakennusvaurio
- Ilmanvaihto, sisäilma
- Kemikaalin haju
- Tarttuva haju
- Muurahaiset
- Mikrobit
- Tupajumit
- Sädesienet
- Tukkoinen nenä
- Sydämen tykytykset
- Silmävaivat
- Ihottuma
- Väsymys
- Päänsärky
- Selittämätön oireilu...

Kuulostaako ja tuntuuko tutulta?

Epäiletkö omassa asunnossasi?

Mistä alkaa, miten tehdä ja missä järjestyksessä?

Tarjoamme asiantuntevaa neuvontaa ongelmatilanteessa.

**AsTeen palveleva puhelin:
(03) 877 5413**

Ole rohkeasti yhteydessä!

Palvelu on avoinna arkisin klo 9–15 normaalipuhelun hinnalla.

Voit esittää asiasi myös sähköpostilla
info@asumisterveysliitto.fi

tai Kysy-lomakkeella verkkosivuillamme
www.asumisterveys.fi/toiminta

 **Asumisterveysliitto**
ste ry