



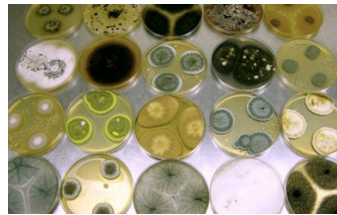
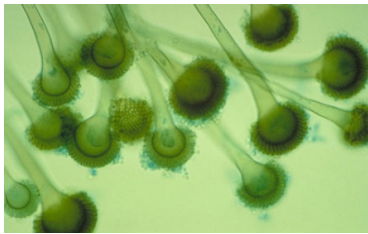
**ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ Π. ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ**  
ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΩΤΟΡΙΝΟΛΑΡΥΓΓΟΛΟΓΟΣ  
ΕΛΕΓΧΟΣ ΒΑΡΗΚΟΙΑΣ – ΕΜΒΟΩΝ – ΙΛΙΓΓΟΥ  
ΕΝΔΟΣΚΟΠΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΝ. ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ

**Οι μύκητες είναι φυτικοί οργανισμοί χωρίς χλωροφύλλη και πολλαπλασιάζονται μέσω αερομεταφερομένων σπορίων.**

Μπορεί να προκαλέσουν αλλεργική ρινίτιδα, βρογχικό άσθμα, βρογχοπνευμονική ασπεργίλλωση και πνευμονίτιδα εξ υπερευαισθησίας.

Για να αναπτυχθούν μύκητες στο σπίτι απαιτείται θερμοκρασία 18-24°C και υγρασία περίπου 60%. Καθοριστικός παράγοντας είναι το νερό γι' αυτό και αναπτύσσονται στα μπάνια και τις κουζίνες.

Οι πλέον αλλεργιογόνοι μύκητες είναι ο *Alternaria* (π.χ. οι μαύρες κηλίδες στις ντομάτες) , ο *Cladosporium* (π.χ. στα πλαίσια των παραθύρων) , ο *Penicillium* (η γνωστή μούχλα των τοίχων) και ο *Aspergillus*.



**Για να αναπτυχθούν μύκητες στο σπίτι απαιτείται θερμοκρασία 18-24°C και υγρασία περίπου 60%.**

- Αποφύγετε τα υγρά μέρη το φθινόπωρο και τον χειμώνα.
- Οι μύκητες αναπτύσσονται εκεί όπου σαπίζουν φύλλα και χόρτα, σε θερμοκήπια, ψυγεία, αρτοποιεία, υπόγεια ή κελάρια , αλλά και την κουζίνα και το μπάνιο.
- Καθαρίζετε τακτικά την κουρτίνα του μπάνιου και ελέγχετε τα ντουλάπια κάτω από τον νεροχύτη της κουζίνας.
- Φροντίστε να μην υπάρχουν εστίες νερού και διαρροές μέσα στο σπίτι.
- Εάν υπάρχουν τοίχοι με μούχλα φροντίστε για την καταπολέμησή της με τα ειδικά υλικά που υπάρχουν στο εμπόριο.
- Όταν τα παράθυρα είναι ανοικτά ,το επίπεδο των μυκήτων στο σπίτι είναι περίπου το 40% των επιπέδων στο εξωτερικό περιβάλλον .
- Η θερμοκρασία στο σπίτι πρέπει να είναι κάτω των 18° C και η υγρασία μικρότερη του 60%.
- Μην αφήνετε τρόφιμα στο ψυγείο για μεγάλα χρονικά διαστήματα (τα μαύρα στίγματα πάνω στις ντομάτες είναι μύκητες) .
- Καθαρίζετε τακτικά τα εσωτερικά τζάμια των παραθύρων ιδίως κατά τους χειμερινούς μήνες με την κεντρική θέρμανση σε λειτουργία.

