

## **Pozor na těkavé organické látky v domácnosti! JRD radí, jak s nimi účinně bojovat**

Vlivem koronavirové pandemie trávíme doma mnohem víc času, než tomu bývalo dříve. Při vzdělávání či práci z domova jsme sice lépe chráněni před nemocí COVID-19, hrozí nám však jiná rizika: těkavé organické látky (VOC), jež se za běžných podmínek v naší domácnosti snadno vypařují a přecházejí do plynného stavu. Jde například o toluen, aceton, formaldehyd, benzen, styren nebo naftalen. Ty jsou potenciálním toxickým, alergenním či karcinogenním nebezpečím a mohou mít – především při dlouhodobém vdechování – velmi negativní vliv na lidský organismus. Jak můžete s tímto skrytým nepřítelem bojovat, radí developerská společnost JRD, která se specializuje na výstavbu zdravého a energeticky úsporného bydlení a spolupracuje s Českou radou pro šetrné budovy na projektu Zdravý domov.

Řada budov bývá především v zimním období nedostatečně větraná. A právě v nich tak dochází ke kumulaci CO<sub>2</sub> a těkavých organických látek z venkovních a vnitřních zdrojů, mezi něž patří např.



výfuky motorových vozidel, podloží domu, stavební materiály, čisticí prostředky, lepidla, nátěrové hmoty, kosmetické přípravky, tabákový kouř, nábytek, nádobí a hračky. Pokud tyto sloučeniny dlouhodobě působí na náš organismus, může to mít za následek nejen mírné obtíže, jako jsou bolesti hlavy, podráždění sliznic či nevolnost, ale také kožní problémy, ztrátu koordinace, poškození krvevotvorby nebo i poruchu nervové soustavy a imunitního systému.

*Energeticky pasivní projekt Bohdalecké kvarteto se zdravým vnitřním prostředím (JRD)*

*„Pro současné interiéry je typické zastoupení široké škály materiálů, jež uvolňují do ovzduší opravdu pestré spektrum těkavých látek – v domácnosti mezi 50 až 2000. Mezi sloučeniny, které se v nich vyskytují nejčastěji, pak patří např. formaldehyd (v nábytku, kobercích, podlahách, lepidlech, čisticích prostředcích, kosmetice), benzen (v léčivech, plastech, kosmetice, cigaretovém kouři) a naftalen (v PVC, lepidlech, barvách, deodorantech). Velké nebezpečí však představují i další látky, které se uvolňují z plastů (k jejichž výrobě se využívají ftaláty), zpomalovačů hoření, čisticích prostředků nebo nádobí. Koncentraci toxických látek v domácnosti udává tzv. index VOC, který nesmí při měření přesáhnout 200. K jeho rychlému nárůstu přispívá nejen špatné odvětrávání interiéru, ale také přehřívání domácnosti, protože zvýšení teploty vede ke zvýšení odparu toxických látek,“ vysvětluje Jan Řežáb, majitel [JRD](#).*

### **Jak můžete zvítězit nad vysokou koncentrací těkavých organických látek?**

Zárukou zdravého vnitřního prostředí, v němž nebezpečí koncentrace těchto škodlivých látek nehrozí, je kvalitně izolovaný byt vybavený certifikovanými přírodními materiály a moderními technologiemi – především automatickým systémem řízeného větrání s rekuperací tepla a filtry, který zajišťuje přísun čerstvého a odvod odpadního vzduchu. Pomoci si však můžete i v bytech, které takto vybaveny nejsou: ke snížení koncentrace VOC v domácnosti přispěje nepřetápění interiérů

a pravidelné větrání, nábytek z certifikovaných materiálů i náhrada chemických kosmetických a čisticích prostředků těmi přírodními, jako jsou ocet, citrónová šťáva, jedlá soda, sůl a olivový olej. Tito domácí pomocníci mají dezinfekční účinky, odstraňují zápach, mastnotu a plísně. Slouží také k čištění a leštění keramických, skleněných a dřevěných povrchů.

„Navíc si můžete pořídit čističku vzduchu, ale tu získáte i správným výběrem pokojových rostlin. Tušili jste například, že aloe vera je nejen léčivou a hojivou bylinou, ale také celodenním výrobcem kyslíku? A že její skvrnitě listy vás upozorní na zvýšené množství škodlivých látek v interiéru? Nebo že lopatkovec zvyšuje vzdušnou vlhkost? A že břečťan, tchynin jazyk, šplhavnice zlatá a zelenec zase dokážou ze vzduchu odfiltrovat řadu alergenů a toxinů, (včetně formaldehydu a benzenu), a to až z 90 %? Doporučujeme vám proto vnést si do svého domova co nejvíce přírody, ať už formou vhodných materiálů či zeleně,“ dodává Jan Řežáb.



Rostlinné čističky vzduchu, které krásí prostory zdravé mateřské školky v projektu JRD Zelená Libuš, realizovala Gabriela Oprchalová, zabývající se interiérovou a exteriérovou zelení.

## Čisticí prostředky bez jedů

Obvykle míváme doma základní sadu čisticích prostředků, která se může lišit škálou i kvalitou. Jde o pomocníky, kteří nám mají usnadnit práci a vytvořit čistší domov. Ale čistší domov neznamena automaticky zdravější domov.

Naštěstí můžeme většinu chemických čisticích prostředků nahradit za prostředky šetrnější k nám i k životnímu prostředí. Nebo si můžete vyrobit vlastní.

# DIY

### Co potřebujete:

- Ocet** má dezinfekční účinky, odstraňuje zápach, mastnotu a plísně.
- Citrónová šťáva** odstraňuje zápach, plísně, skvrny a má slabé bělicí účinky.
- Jedlá soda** pohlcuje nepříjemné pachy a odstraňuje mastnotu.
- Sůl** má dezinfekční účinky.
- Olivový olej** dodá lesk.

Zdroj: JRD

### Koupelna

Umyvadlo a vanu můžete vyčistit pískem ze směsi jedlé sody, soli a šťávy z citronu. Pastu necháte chvíli působit a pak vše umyjete vodou.

### Toaleta

Toaletu vám nejlépe vydezinfikuje ocet. Ten můžete použít bez jakéhokoli ředění.

### Mikrovlnná trouba

Vložte do mikrovlnné trouby misku s trochou vody a šťávou z jednoho citronu. Nastavte ohřev na jednu minutu a pak špinu jednoduše setřete.

### Odpad

Do odpadu nasypejte jedlou sodu, zalijte ji octem a nechte chvíli odstát. Později zalijte horkou vodou. Pokud máte problém se zápachem, nasypejte do odpadu sůl (7 kávových lžiček), nechte chvíli působit a zalijte litrem horké vody.

### Kuchyně

Do kuchyně si můžete vyrobit univerzální čistič z převařené vody a bílého octa. Tento čisticí mix pak můžete použít od oken až po lednici.

### Sklo

Zrcadla a skla vám nejlépe vyleští směs octa a vody smíchaná v poměru 1:1.

### Dřevěný nábytek

Dřevěný nábytek vyleštíte směsí tří šálků převařené vody, dvou lžic olivového oleje a jedné lžice bílého octa.

### Nerezové povrchy

Na nerezové povrchy nejlépe fungují citrusy a to nejlépe v kombinaci se solí. Tedy půlka citronu posypaná solí, nebo na citlivější povrchy octavá voda s citrusovými slupkami.

## O společnosti JRD:

Společnost JRD s.r.o. byla založena v roce 2003. Jako první developer v České republice se zaměřila na výstavbu nízkoenergetických a pasivních bytových domů a v současné době je na tomto trhu lídrem. O kvalitě jejích projektů se zdravým bydlením, které realizuje se spoluinvestory, svědčí nejen zájem klientů, ale také řada ocenění, jež stavby za svůj architektonický a ekologický přínos získaly v mnoha renomovaných soutěžích.

*Uspěly například v mezinárodní soutěži moderních stavebních projektů s výjimečnou energetickou, konstrukční a architektonickou hodnotou Building Efficiency Awards (BEFFA) nebo v soutěžích Fasáda roku, Best of Realty – Nejlepší z realit, E.ON Energy Globe Award a Český energetický a ekologický projekt roku. Energeticky pasivní projekt Ecocity Malešice se navíc umístil v roce 2019 mezi deseti přelomovými šetrnými stavbami poslední dekády zvolenými členy České rady pro šetrné budovy.*

*JRD zrealizovala již 23 developerských projektů. V současné době má v portfoliu 7 projektů (Kratochvíle Stochovská, Rezidence Michelangelova, Na hvězdárně Třebešín, Green Port Strašnice, Bohdalecké kvarteto, Touškovský háj a Císařská vinice), další v přípravě a věnuje se prodeji bytů v projektu Rezidence Silver Port pro investora Rezidence Na Palouku. Všechny její realizace představují vyšší kvalitu bydlení, která odpovídá standardům života 21. století. Velké bytové projekty Ecocity Malešice a Park Hloubětín snesou srovnání se špičkovými zahraničními projekty, jako jsou SolarCity v rakouském Linci, Newgate ve Vídni, Vauban ve Freiburgu, nebo švédský projekt Hammarby Sjöstad ve Stockholmu. Řada odborníků z ČR i zahraničí se jezdí na projekty JRD inspirovat a načerpat odborné znalosti.*

*JRD je členem České rady pro šetrné budovy, Centra pasivního domu, Asociace developerů a Asociace pro rozvoj trhu nemovitostí. Její majitel Jan Řežáb je členem vědecké rady Univerzitního centra energeticky efektivních budov (UCEEB) ČVUT v Praze.*

**Další informace:**

**Crest Communications**

Marcela Kukaňová, tel.: +420 731 613 618, marcela.kukanova@crestcom.cz

Marie Cimplová, tel.: +420 731 613 602, marie.cimplova@crestcom.cz

**[www.crestcom.cz](http://www.crestcom.cz)**

**JRD**

Martina Hyklová, vedoucí marketingového oddělení, tel.: +420 721 665 576, hyklova@jrd.cz

**[www.jrd.cz](http://www.jrd.cz)**