



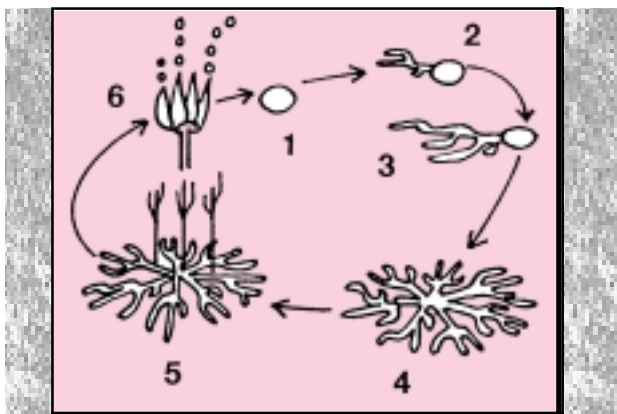
# PLÍSNĚ

## v bytech a domácnostech

Zvýšený výskyt plísní v životním prostředí zvyšuje možnost jejich výskytu v bytech a domácnostech. Plísně k životu nepotřebují mnoho – jsou nenáročné na živiny, daří se jim ve vlhkém prostředí, nepotřebují k růstu světlo. Díky svému enzymatickému vybavení využívají jako zdroje živin nejrůznější materiály – nábytek, podlahové krytiny, omítky, zdivo, sklo nebo dlaždice znečištěné organickými zbytky. Rostou v širokém rozmezí teplot a dovedou si vhodně upravit pH substrátu, v němž rostou.

### Jak plísně vypadají?

Plísně jsou viditelné jako různobarevné nárosty – bílé, zelené, krémové, žluté, modré, černé nebo šedé – podle druhu plísně. Zbarvení je způsobeno pigmenty, zbarvené jsou i spory. Základ těla plísní tvoří houbové vlákno (hyfa), které se složitě větví v podhoubí (mycelium). Z rozmnožovacích orgánů, které



Znázornění životního cyklu plísní: 1 – spora, 2 – naklíčená spora, 3 – hyfa, 4 – mycelium, 5 – mycelium s rozmnožovacími orgány, 6 – rozmnožovací orgán s uvolňujícími se sporamai

z mycelia vyrůstají, se uvolňují výtrusy (spory). Spory jsou lehké a uvolňují se velice snadno. Kontaminují další předměty a prostory. Ze spory vyklíčí vlákno, které se za příhodných podmínek rozrůstá v hyfu. Plísně se šíří také rozrůstáním hyf a jejich úlomků.

### Jak plísně škodí?

Kromě toho, že plísně poškozují byt a zařízení bytu, mohou vážně ohrozit lidské zdraví. Spory, uvolňované z nárostů plísní do ovzduší, vyvolávají u vnímavých jedinců přecitlivělost (alergii), projevující se nejčastěji jako **průduškové astma** nebo **alergická rýma**. Konzumace zaplísněných potravin přináší riziko **otravy plísněnými jedy** (mykotoxiny).

### Příčiny výskytu plísní v bytech

Hlavní příčinou rozvoje plísní v bytech je zvýšená **vlhkost objektu**, kdy dochází k narušení rovnováhy mezi zdrojem a odvodem vlhkosti, a tak je narušeno vnitřní klima budovy.

Nejčastější příčinou vlhkosti bývá:

- ❖ zatékání dešťové vody
- ❖ vzlínání zemní vlhkosti
- ❖ zatékání sanitárních instalací

Vlhkost způsobená činnostmi uživatelů (vařením, koupáním, praním a sušením prádla) se projevuje zejména u menších prostor v souvislosti s nedostatečným větráním (koupelna, kuchyň).

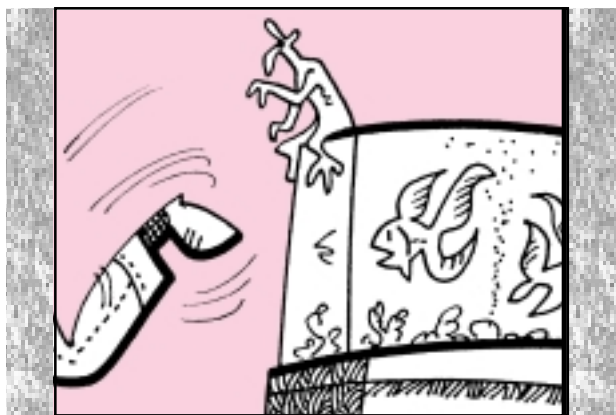
Vlhkost prostředí může negativně ovlivnit nadměrný počet květin a velká vodní plocha v prostoru (akvarium).

### Jak výskytu plísní zabránit?

Především je důležité vytvořit prostředí, kde plísně „nemají šanci“. Toho lze dosáhnout:

- ❖ dostatečným přirozeným vyschnutím novostaveb před jejich uvedením do provozu
- ❖ volbou vhodného tvaru stavby (střecha zajišťující rychlý odvod vody)
- ❖ dobře provedenou hydroizolací a drenáží budovy
- ❖ péčí o střešní krytinu, udržováním funkčních okapů a dešťových svodů
- ❖ zakrytím komínů (vlhkost zdiva vstřebaná nezakrytým, nepoužívaným komínem představuje vlhkostní rezervoár, který se vysušuje i několik let)
- ❖ udržováním funkčních rozvodů vody a kanalizace
- ❖ pravidelnou kontrolou ústředního topení a vodo-  
vodních baterií (těsnost kohoutků)
- ❖ rychlou a včasnou opravou závad vzniklých v roz-  
vodech (zamezí se dlouhodobému úniku vody  
nebo splašků do zdiva)
- ❖ instalací účinného odsávacího zařízení v ku-  
chyních a koupelnách (odvádí vlhký vzduch  
z budovy)
- ❖ použitím preventivních konzervačních prostřed-  
ků proti výskytu plísní (nátěrové hmoty, barvy,  
ochranné přípravky na dřevo a zdivo)

**Velmi důležitým faktorem zabraňujícím růstu plísní je větrání – proudění vzduchu vývoji plísní zabraňuje!**





- ❖ větrat je nutno pravidelně a dostatečně intenzivně
- ❖ výměna vzduchu probíhá i přes spáry oken a dveří, proto při instalaci některých typů plastových oken a těsnění do oken (proti hluku a prachu) je třeba myslet na změněné klimatické podmínky a větrat častěji
- ❖ místnosti bez oken a skříně vestavěné do zdi je třeba opatřit větracím systémem

### Plísně a potraviny v domácnosti

Pokud jsou potraviny, které pro plísně představují vhodný živný substrát, plísní napadeny, kazí se a snižuje se jejich biologická hodnota. Navíc mohou obsahovat plísňové jedy (mykotoxiny), které některé druhy plísní vylučují.

**Aby k nedošlo k zaplísnění potravin v domácnosti, je třeba:**

- ❖ potraviny uskladnit v čistém prostředí podle hygienických zásad a návodu výrobce
- ❖ vyhnout se nákupu potravin nahnilých a zaplísněných
- ❖ dbát na pravidelný a důkladný úklid spíže
- ❖ provádět pravidelné odmrazování a očistu chladničky
- ❖ pravidelně vynášet odpadky

Pokud jsou potraviny plísní napadeny, platí:

- ❖ kompoty, džemy a zavařeniny zlikvidovat celé (ne pouze viditelně plesnivou část)
- ❖ potraviny nevykrajovat a následně nekonzumovat (plísňový jed mohou obsahovat i topinky z okrájeného plesnivého chleba)



### Likvidace plísní

K odstranění plísní se používají fungicidní (protiplísňové) přípravky, které jsou účinné jen tehdy, je-li **vhodně zvolený** přípravek **správně aplikován** (použit). Protiplísňový účinek v dezinfekčních přípravcích zajišťují určité chemické látky (aktivní chlor, aldehydy a jejich deriváty, alkoholy, kvartérní amoniové sloučeniny, organické kyseliny, peroxosloučeniny). Dezinfekční prostředek se volí podle rozsahu postižení, druhu postiženého materiálu a prostředí, kde se plíseň vyskytuje. V případě pochybností, jaký přípravek zvolit, se vyplatí **konzultace s odborníky** (potřebné informace lze získat na hygienické stanici, hygienická služba může provést mikrobiologickou kontrolu vnitřního ovzduší).

Nejběžnějším způsobem odstraňování plísní je stírání napadeného místa tkaninou namočenou v dezinfekčním přípravku až do odstranění. Další možností je ponoření předmětů do dezinfekčního roztoku, mechanické očištění a usušení. Dezinfekce postřikem se provádí přes tkaninu namočenou v dezinfekčním přípravku (brání šíření spor při postřiku), po ukončení dezinfekce je nutno místnost provětrat a zbytky inaktivovaného mycelia mechanicky odstranit setřením vlhkou tkaninou namočenou v dezinfekčním přípravku. Vydezinfikované plochy a povrchy všech předmětů, které přicházejí do styku s potravinami, je nutno po mechanické očištění omýt pitnou vodou. V případě zaplísnění velkého rozsahu je vhodné obrátit se na specializovanou firmu, která provede odborný zásah.

Je třeba vědět, že **dezinfekce** znamená jen **dočasné a jednorázové** odstranění plísně.

**Trvalé odstranění plísně je možné až po zjištění primární příčiny vzniku plísně a jejím odstranění.**



Autor

MUDr. Markéta Chlupáčová

Recenze

prof. MUDr. Kamil Provazník, CSc.

Grafická úprava

Luděk Rohlík

Odpovědná redaktorka

Mgr. Dana Fragnerová

Vydal Státní zdravotní ústav, Šrobárova 48, Praha 10  
ve společnosti GNOSIS, s. r. o., Běchovická 26/701, Praha 10

Vytiskla Tiskárna Libertas, a. s., Drtinova 10, Praha 5

1. vydání, Praha 2002

© Státní zdravotní ústav

NEPRODEJNÉ