

ALLMÄN INFORMATION OCH RÅD

Virus är de minsta biologiska enheterna som kan infektera levande organismer. Virus räknas inte som en livsform, då de saknar egen ämnesomsättning och ej kan föröka sig på egen hand, utan beskrivs ofta snarare som "ett mellanting mellan levande och död materia".

Virus kan inte föröka sig utan att infektera en levande cell. Med hjälp av cellens maskineri tillverkar viruset fler viruspartiklar. Eftersom virus är helt beroende av en värdcell för metabolism och reproduktion definieras de som *obligata intracellulära parasiter*

Bakterier är encelliga mikroorganismer utan cellkärna och andra membranomslutna organeller. Bakterier är vanligtvis ett antal mikrometer långa och väger ett antal hundra femtogram. Bakterier kan ha ett varierande utseende, bland annat formade som sfärer, spiraler (helix) eller stavar.

Kvalsterallergi är en åkomma som orsakas av kvalster. I Sverige är husdammskvalster (huskvalster) vanligast och allergier på grund av kvalster har ökat på senare år, sannolikt på grund av att moderna hus är bättre isolerade och sämre ventilerade än förr.

Dammskvalster trivs i miljöer där temperatur och luftfuktigheten är hög, framför allt trivs kvalster i sovrummet och i synnerhet i den egna sängen.

Förutom husdammskvalstret, som lever i sängar, stoppade möbler, mattor och andra textilier, är även förrådsqualster och rovkvalster relativt vanliga i Sverige.

Råd:

Kvalster motverkas mest effektivt genom god motordriven ventilation. Vädring är bra, men oftast inte tillräcklig då det endast byter ut luften i närheten av fönstret.

Allra bäst trivs virus, bakterier och kvalster vid 70-80 % luftfuktighet och 20-30 graders värme. De kan överleva vid låg fuktighet eller låg temperatur ganska länge, men de förökar sig inte.

Det är således därför bra att sänka temperaturen i sovrummet.

Ett annat råd är att tvätta sängkläderna i 60 grader och att ångtvätta (140 grader) madrasser och själva sängar minst varannan månad. Tvättning/ångtvättning tar död på virus, bakterier och kvalster och tar bort kvalsterallergenet.

OBS. En förutsättning för en god ytdesinfektion är att man behandlar ytan mekaniskt. Det fungerar inte att enbart hålla eller spraya över en yta.