



BYDLENÍ, ZAHRADA 07. 02. 2019

Plíseň v bytě může ohrozit vaše zdraví! Podívejte se na nejčastější druhy plísní

Mezi nejčastější místa, kde se plíseň v bytě vyskytuje, patří: zdi a stropy podlaha a dlaždice potraviny uskladněné v lednici i mimo ní okna a...

Plísně mohou být ušlechtilé, a tedy k užitku. Například plíseň *Botrytis cinerea*. Ta se tvoří na zralých hroznech a slouží k výrobě lahodných dezertních vín. Nebo ušlechtilá plíseň *Penicillium camemberti*, bez níž by se neobešla výroba oblíbeného camembertu. A plíseň *Penicillium notatum*, ze které Fleming vyrobil antibiotika snad ani nemusíme připomínat. Co ale taková plíseň v bytě?

Nejenže plíseň v bytě nikdo nevíta, ale navíc mohou být takové plísně i zdravotně závadné! Proto se podíváme na **nejčastější druhy plísní** a také na to, [jak se zbavit plísně](#).

Plísně jsou **vláknité mikroskopické houby**, které se vyznačují **bílým nebo barevným zabarvením**. Dříve se tvořily hlavně v půdě, dnes je ale nalezneme převážně na potravinách, zdech, ale také na oblečení, na lidské kůži, jako [mykózu nehtů](#) nebo na různých předmětech.

Plíseň v bytě jako akutní problém

Mezi nejčastější místa, kde se plíseň v bytě vyskytuje, patří:

- zdi a stropy
- podlaha a dlaždice
- potraviny uskladněné v lednici i mimo ní

- okna a okenní rámy
- místa s vysokou vlhkostí (za lednicí, za pračkou, za myčkou apod.)
- koupelna
- květináče a substráty květin

Jak se zbavit plísně doma?

Podle odborníků má plíseň v bytě jeden hlavní problém. **Lidé řeší jejich odstranění (důsledek vytvoření plísně), ale nikoliv jejich příčinu.** Tím dochází k tomu, že se dříve nebo později **plísně vrátí** a lidé je musí odstraňovat znovu. A takhle to jde pořád dokola.

Pokuste se tedy na plíseň v bytě nahlížet komplexně a vyřešit ji jednou provždy tím, že **odstraníte její příčinu.**

Příčina vzniku plísní? Vlhkost

Hlavní příčinou vzniku plísní je vlhkost. A příčinou vlhkosti je voda. A voda se objevuje prakticky ve všem, co máme doma. Voda se přidává do omítek nebo do jiných stavebních materiálů. Vodou uklízíme, umýváme s ní nádobí, pereme s ní. Pomocí vody se myjeme a pokud milujeme teplo a dopřáváme si dlouhé sprchy nebo vany, je **vlhkostí ohrožena hlavně naše koupelna.**

Vlhkost vzniká také, když se voda vypařuje, například jako **důsledek rozdílných teplot.** Kondenzace, tedy zkapalnění páry, nás tak trápí hlavně v zimě, kdy jsou venku a ve vytápěném bytě velmi rozdílné teploty. Na oknech se sráží voda, a plísně jsou na světě.

Plíseň na potravinách

Příčinou vzniku plísní na potravinách je jejich **špatné skladování, nedodržování hygieny při výrobě** nebo **manipulaci.** Aby plísně vznikly, potřebují **živé podhoubí.** Proto plísně nevznikají na mražených nebo sušených potravinách.

Napadením plísněmi jsou nejvíce ohroženy **ovoce a zelenina s vysokým podílem vody.** Potraviny napadené plísněmi bychom nikdy neměli konzumovat, neboť mohou ohrozit naše zdraví! **A jak plíseň v bytě na potravinách eliminovat?**

Desatero správné manipulace s potravinami

1. Při **výběru v obchodě** dbejte na to, aby ovoce či zelenina nebyly napadené plísněmi.
2. **Lednici udržujte vždy čistou.** Jednou za 10 dní jí otřete hadříkem namočeným v octu.
3. Skříňky a **místa, kde skladujete potraviny** udržujte také v čistotě.
4. **Chléb neskladujte v igelitu,** ale v chlebníku.
5. **Plastové a skleněné dózy** na skladování potravin udržujte suché (bez vlhkosti).
6. Kontrolujte **datum spotřeby** u rychle se kazících potravin.
7. **Měkké ovoce a zeleninu** konzumujte přednostně.
8. Při **zavařování potravin** používejte konzervanty a sklenice sterilujte.
9. Sezónní ovoce a zeleninu **zmrazte nebo usušte.**
10. Plíseň v bytě ihned zlikvidujte, **jídlo napadené plísní** - vyhoďte.

Nejčastější druhy plísní doma

Čerň střídavá (*Alternaria alternata*)

Ohrožuje děti a alergiky astmatem

Čerň střídavá neboli černá plíseň je velmi rozšířenou plísní. Doma ji najdeme **nejčastěji na zdech**, méně často pak na potravinách. Ve venkovních prostorách se může **nacházet na tlejícím dřevu** nebo v půdě, kde je obtížně rozpoznatelná. Čerň střídavá může způsobovat **alergické reakce dýchacího ústrojí**, proto bychom na její výskyt měli dávat velký pozor. Při dlouhodobém pobytu v místnostech s černí střídavou může **u dětí docházet k astmatu**.



Štětíčkovec žlutavý (*Penicilium chrysogenum*)

Způsobuje záněty

Štětíčkovec **roste nejčastěji na vodou zasažených místech**, jako jsou vlhké zdi či okna, případně na špatně skladovaných potravinách. Zajímavostí je, že z této plísně byl **v minulosti extrahován penicilin**, jinak ale může být tato plíseň v bytě zdraví nebezpečná. Má většinou **bílo-zelený povlak**, někdy se žlutým středem.

Štětíčkovec se vyskytuje na potravinách a **snadno se množí**. Tato plíseň může způsobovat záněty a je karcinogenní. Najdete-li ji na nějaké potravíně, jídlo okamžitě vyhodte.



Plíseň hlavičková (*Mucor mucedo*)

Nebezpečná pro alergiky

Ačkoliv má **plíseň hlavičková** poetický název, její účinky už zdaleka takové nejsou. Jedná se o velmi častou plíseň v bytě a často se vyskytuje na **zralém ovoci** nebo na **hnilých potravinách**. Šíří se vzduchem a může být velmi **nebezpečná pro alergiky**.



Kropidlák černý neboli černá plíseň (*Aspergillus niger*)

Obsahuje karcinogenní mykotoxin

Kropidlák černý, jiným názvem také **černá plíseň**, je v domácnosti velmi obvyklou plísní. Snadno se rozšiřuje a nejčastěji kontaminuje potraviny, jako jsou **hrozny, arašídy, cibule** nebo **pomeranče**. Bohužel produkuje **mykotoxiny**, který jsou karcinogenní, a tedy velmi nebezpečné. Do těla se kropidlák černý dostává požitím zasažené potraviny nebo vdechnutím této plísně.



Znáte nějaké tipy, jak vyžrát na plíseň v bytě? Pochlubte se v komentářích.