

Toimintaohje sisäilmasto- ongelmissa 2022



Kaarina

Kaarinan kaupungin toimintaohje sisäilmasto-ongelmissa 2022

SISÄLTÖ

1 Johdanto	3
2 Sisäilmasto-ongelmat	3
3 Toimenpiteet hyvän sisäilmaston turvaamiseksi	5
4 Eri toimijoiden tehtävät ja vastuut sisäilmasioissa	7
5 Sisäilmasto-ongelmasta ilmoittaminen	8
6 Toimintamalli sisäilmasto-ongelman selvittämistyössä	10
6.1. Työntekijä	10
6.2. Oppilas/huoltaja	11
6.3. Muut tilojen käyttäjät	11
6.4. Sisäilmatyöryhmä	12
6.5. Kohdekohtainen työryhmä	13
6.6. Tarkastusryhmä	13



1 Johdanto

Tämä toimintaohje on sisäilmatyöryhmän tekemä ohjeistus sisäilmasto-ongelmien käsittelyyn.

Toimintaohje selkiyttää ja yhdenmukaistaa sisäilmasto-ongelmien käsittelyä ja lisää eri tahojen tietoisuutta sisäilmaongelmien monimuotoisuudesta.

Sisäilmasto-ongelmien ratkaisu edellyttää tiivistä yhteistyötä eri alojen asiantuntijoiden ja toimijoiden kanssa.

Ohje opastaa myös tilojen käyttäjiä toimimaan vastuullisesti työpaikkansa sisäilmaston parantamiseksi ennalta ennakoivien toimenpitein ja ottamaan ajoissa huomioon syntyneet sisäilmasto-ongelmat.

Sisäilmatyöryhmä pitää erityisen tärkeänä, että kaikki toimijat sitoutuvat jatkossa noudattamaan ohjetta.

Sisäilmatyöryhmä pitää erityisen tärkeänä, että kaikki toimijat sitoutuvat toimimaan ohjeen mukaisesti.

2 Sisäilmasto-ongelmat

Sisäilmasto-ongelmista johtuvien terveydellisten haittojen ja niistä koituvien kustannusten määrä työpaikoille on suuri. Ihmisen reagointi huonoon sisäilmastoon on yksilöllistä, mikä tekee kohteessa vaikuttavien tekijöiden tunnistamisesta ja tutkimisesta vaikeaa. Lisäksi tunnetaan vain murto-osa sisäilmastoon vaikuttavista tekijöistä ja niiden tutkimusmenetelmät ovat puutteellisia.

SISÄILMASTOLLA tarkoitetaan rakennuksen ympäristötekijöitä, jotka vaikuttavat ihmisen terveyteen ja viihtyvyyteen.

SISÄILMA on sisätiloissa hengitettävä ilma, jossa ilman perusosien lisäksi saattaa olla eri lähteistä peräisin olevia kaasumaisia ja hiukkasmaisia epäpuhtauksia. Sisäilmalla tarkoitetaan tässä yhteydessä sitä rakenteiden rajaamaa ilmaa tiloissa, joissa ei ole pääsääntöisesti tuotannollisesta tai muusta poikkeavasta toiminnasta johtuvia päästöjä (asunnot, toimistot, koulut, päiväkodit, sairaalat jne).

SISÄILMAN TERVEELLISYYTEEN vaikuttavat fysikaaliset, kemialliset, biologiset ja tuntemattomat tekijät. Psykologisilla seikoilla on myös vaikutusta.

FYSIKAALISIA TEKIJÖITÄ ovat mm. lämpötila, kosteus, melu, ilmanvaihto, säteily ja valaistus.

KEMIALLISTA TEKIJÖITÄ ovat mm. orgaaniset haihtuvat yhdisteet (VOC).

BIOLOGISIA TEKIJÖITÄ ovat mm. erilaiset mikrobit (virukset, bakteerit ja homesienet ym.), punkit ja siitepöly.

SISÄILMASTOON VAIKUTTAVIA EPÄPUHTAUKSIEN LÄHTEITÄ OVAT

- rakentamisen eri työvaiheiden vaikutus ja mm. materiaalivalinnat rakennuksen käyttö; ihmisten
- toiminta, henkilöt, eläimet, kasvit rakennuksen ylläpito; siivouksen taso, järjestelmien huolto
- rakenteet; kunnossapito, rakennuksen tiiviystaso, materiaali-päästöt, mahdolliset vauriot koneet ja laitteet;
- lämpökuormat, päästöt, hiukkaset
- ulkoympäristö; pölyt, hiukkaset, saasteet
- maaperä; radon, muut maaperän kaasut, bakteerit ja sieni-itiöt
- talotekniset järjestelmät ja niiden toiminta; ilmanvaihto, lämmitys, valaistus, melu.

SISÄILMASTO-ONGELMAAN VOIVAT VIITATA SEURAAVAT TEKIJÄT

- tunkkainen ilma epämiellyttävä haju
- liian alhainen tai liian korkea lämpötila veto
- pöly, lika
- pinnoitteiden värimuutokset
- kosteusvauriojäljet.

OIREET, JOTKA VOIVAT OLLA NORMAALIA SAIRASTELUA TAI LIITTYÄ SISÄILMASTO-ONGELMAAN

- silmien, kurkun, nenän tai nielun ärsytys nenän
- kuivuus, vuotaminen tai tukkoisuus äänen käheys, yskä
- usein toistuvat hengitystietulehdukset ihon kuivuus,
- punoitus tai kutina
- ihon yliherkkyysoireet päänsärky
- pahoinvointi, huimaus
- väsymys.

Edellä esitetyt oireet ovat hyvin yleisiä ja liittyvät hyvin moniin muihinkin tekijöihin kuin sisäilmasto-ongelmiin. Jos näitä oireita esiintyy erityisesti sisäilmasto-ongelmaepäilyissä tiloissa ja oireet helpottuvat muualla, kuten kotona ollessa, nämä voivat viitata työpaikan sisäilmasto-ongelmaan.

Mikäli tiloissa havaitaan em. sisäilmasto-ongelmaa mahdollisesti aiheuttavia tekijöitä, on niihin puututtava tämän toimintaohjeen mukaisesti.

3 Toimenpiteet hyvän sisäilmaston turvaamiseksi

Tarkista aina ensin nämä asiat!

1. Kiinteistön oikea käyttö ja hoito

- Kiinteistön on oltava käyttötarkoituksensa mukainen ja henkilömäärältään oikein mitoitettu. Esimies ottaa tarvittaessa yhteyttä tilahallintoon.
- Tilojen käyttötarkoituksen muutoksista tulee aina neuvotella tilahallinnon kanssa.
- Mikäli tiloja käytetään laajemmalti sovittujen käyttöaikojen ulkopuolella, on otettava huomioon ilmanvaihdon toiminta-ajat ja sen tehostaminen.
- Ilmanvaihdon tehostaminen on sovittava kiinteistönhoidon / ylläpitomestarin kanssa.

2. Tilojen sisustus

- Älä sijoita kalusteita ulkoseinille tiiviisti seinään kiinni varusta irtokalusteet niin, että ne ovat alta siivottavia.
- Käytä ovellisia kaappeja, älä avohyllyjä.
- Älä kerää tavaroita, tai säilytä niitä ikkunalaudoilla ja avonaisilla hyllyillä.
- Inventoi ja poista tarpeettomat paperit ja muut tavarat riittävän usein.
- Älä käytä vaikeasti puhdistettavia tekstiileitä, mm. raskaita mattoja tai verhoja älä tuo omia kalusteita, verhoja tai mattoja työtiloihin.
- Älä sijoita viherkasveja, heiniä tai kuivakukkia työhuoneisiin tai yhteisiin tiloihin.

3. Siivous

- Mikäli huomaat ongelmia tai epäkohtia siivouksessa, ota yhteys esimieheesi, esimies on yhteydessä kiinteistön siivoustyönjohtajaan siivoustyönjohtaja käy laitoshuoltajan kanssa läpi siivoukseen kuuluvat tehtävät.

4. Lämmitys

- Älä säädä lämmityspattereiden termostaatteja itse, ota yhteyttä kiinteistöhoitajaan.
- Lämmityspattereiden termostaatteja ja irtoantureita sekä itse pattereita ei saa peittää kalusteilla tai verhoilla välttä sähkölaitteiden tarpeetonta päällä pitämistä.
- Omien sähkölämmittimien, ilmankostuttimien, puhdistimien, jäähdyttimien tms. käyttö on kielletty.
- Sulje sälekaihtimet kesällä, kun tilassa ei oleskella.

5. Ilmanvaihto

- Ilmanvaihdon venttiileitä ei saa peittää eikä säätää itse. Mikäli ilmanvaihto ei toimi, ota yhteyttä kiinteistöhoitajaan.
- Älä ripusta esineitä kattoon.
- Vältä ovien ja ikkunoiden pitkäaikaista auki pitämistä, nopea ja voimakas ikkunatuuletus on sallittua vältä ikkunatuuletusta siitepölyaikaan tai tuulisella ja pölyisellä säällä.
- Vältä voimakkaita hajusteita ja ilmanraikasteita.

6. Vesijohdot ja viemärit

- Varmista, että lattiakaivot ovat puhtaita ja että niissä on vettä, tarvittaessa ota yhteyttä kiinteistöhoitajaan.
- Viemäriverkostoon ei saa laittaa sinne kuulumatonta tavaraa.
- Pesukoneita ei saa jättää käyntiin ilman valvontaa, esim. öisin ja viikonloppuisin.
- Pesu- ja astianpesukoneitten tai muiden vesijohtoverkoston liitettyjen laitteiden vesihanat on suljettava aina käytön jälkeen.

4 Eri toimijoiden tehtävät ja vastuut sisäilmasioissa

TILA- JA RAVINTOPALVELUT

- Tilapalveluiden tehtävänä on vastata kiinteistöjen hallinnoinnista ja käytettävyydestä siihen käyttötarkoitukseen, johon tilat on tarkoitettu.

TALONRAKENNUS JA KUNNOSSAPITO

- Talonrakennuksen ja kunnossapidon vastuualueeseen kuuluu kiinteistöjen päivittäisen sekä pitkäaikaisen toimintakunnon ylläpito. Kunnossapito vastaa sisäilmailmoituksiin liittyvistä katselmoineista ja sovittujen jatkotoimien ja tutkimuksien toteuttamisesta.

TYÖTERVEYSHUOLTO

- Työterveyshuollon tehtävänä on toimia sisäilmasto-ongelmissa terveyshaittojen asiantuntijana ja terveysriskien arvioijana.

KOULUTERVEYDENHUOLTO

- Kouluterveydenhuollon tehtävänä on auttaa yksittäistä oppilasta oireiden selvittämisessä ja hoidon järjestämisessä. Lisäksi kouluterveydenhuolto kokoaa tietoa oppilaiden oireilusta.

TYÖSUOJELU

- Kaupungin työsuojeluorganisaation (työsuojeluvaltuutetut) tehtävänä on valvoa työtilojen terveellisyyttä ja turvallisuutta. Työsuojeluvaltuutetulla on myös oikeus tehdä sisäilmailmoitus.

TERVEYDENSUOJELUVIRANOMAINEN

- Terveystarkastajan tehtävänä on päiväkotien, oppilaitosten, vanhainkotien ym. vastaavien julkisten laitosten terveydellisten olojen valvonta.
- Terveysuojeluviranomainen antaa tarvittaessa velvoittavia viranomaismääräyksiä mahdollisia terveyshaittoja aiheuttavien epäkohtien tutkimiseksi, korjaamiseksi ja poistamiseksi.

TYÖSUOJELUVIRANOMAINEN (Lounais-Suomen aluehallintovirasto)

- Työsuojeluviranomaisen tehtävänä on valvoa, että työnantaja huolehtii siitä, ettei työympäristössä ole sellaisia tekijöitä, jotka voivat aiheuttaa työntekijälle terveyshaittoja.
- Työsuojeluviranomainen antaa tarvittaessa velvoittavia viranomaismääräyksiä mahdollisia terveyshaittoja aiheuttavien epäkohtien korjaamiseksi ja poistamiseksi.

5 Sisäilmasto-ongelmasta ilmoittaminen ja ongelman käsittely

TYÖNTEKIJÄ, JOS EPÄILET TYÖPAIKALLA SISÄILMASTO-ONGELMAA

- Merkkejä mahdollisesta sisäilmaongelmasta ovat esim. tunkkainen ilma, liian alhainen tai liian korkea lämpötila, epämiellyttävä haju, veto, pöly, pinnoitteiden värimuutokset ja kosteusvauriojäljet. Mikäli havaitset edellä mainittuja ongelmia, ilmoita niistä kiinteistöhoitajalle.
- Sinulla on oireita, jotka helpottuvat ja häviävät muualla ollessa, esim. nenän ja kurkun oireet, silmien ärsytys, iho-oireet, päänsärky, pahoinvointi, huimaus, väsymys ja usein toistuvat hengitystietulehdukset

Katso kohdasta 3. toimenpiteet hyvän sisäilmaston turvaamiseksi

Ilmoita sisäilmaongelmaepäilystä esimiehellesi, joka laatii tarvittaessa sisäilmailmoituksen yhdessä työntekijän kanssa

Ole yhteydessä työterveyshuoltoon, mikäli epäilet oireitteesi liittyvän työpaikkasi sisäilmaan

OPPILAS/HUOLTAJA, JOS EPÄILET KOULUSSA SISÄILMASTO-ONGELMAA

- Merkkejä mahdollisesta sisäilmaongelmasta ovat esim. tunkkainen ilma, liian alhainen tai liian korkea lämpötila, epämiellyttävä haju, veto, pöly, pinnoitteiden värimuutokset ja kosteusvauriojäljet.
- Sinulla on oireita, jotka helpottuvat ja häviävät muualla ollessa, esim. nenän ja kurkun oireet, silmien ärsytys, iho-oireet, päänsärky, pahoinvointi, huimaus, väsymys ja usein toistuvat hengitystietulehdukset

1. VAIHE

Täytä "Lomake oppilaan kokeman sisäilmahaitan ilmoittamiseksi kouluterveydenhuoltoon". Lomake ja tätä koskeva tiedote löytyvät kunkin koulun Wilmasta Linkit-osiosta.

2. VAIHE

Ole tarvittaessa yhteydessä kouluterveydenhoitajaan ajan varaamiseksi koululääkärille oireiden tarkempaa selvittelyä varten. Voit tehdä ilmoituksen sisäilmaongelmasta myös terveystarkastajalle.

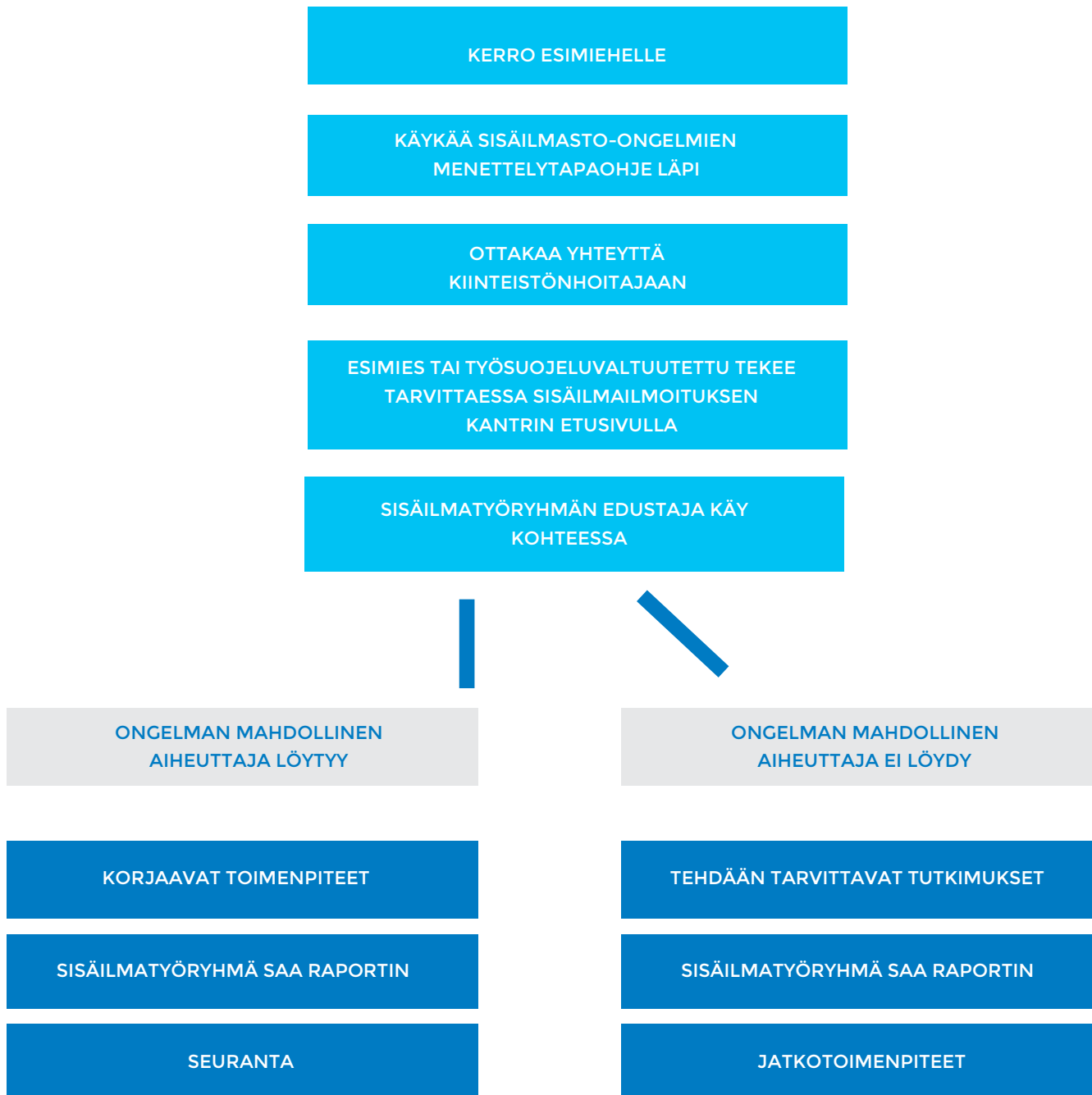
ESIMIES, JOS HAVAITSET TAI SAAT TIEDON SISÄILMASTO-ONGELMASTA

- Merkkejä mahdollisesta sisäilmasto-ongelmasta ovat esim. tunkkainen ilma, liian alhainen tai liian korkea lämpötila, epämiellyttävä haju, veto, pöly, pinnoitteiden värimuutokset ja kosteusvauriojäljet
- Työntekijöillä on oireita, jotka helpottuvat tai häviävät muualla ollessa, esim. nenän ja kurkun oireet, silmien ärsytys, iho-oireet, päänsärky, pahoinvointi, huimaus, väsymys ja usein toistuvat hengitystietulehdukset

1. VAIHE	2. VAIHE	3. VAIHE
<p>Katso kohdasta 3. toimenpiteet hyvän sisäilmaston turvaamiseksi</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Esimies kartoittaa sisäilmaongelman laajuutta, on yhteydessä kiinteistönhuoltoon ja tekee tarvittaessa yhdessä työntekijän kanssa sisäilmailmoituksen ○ Esimies voi tehdä ilmoituksen myös muiden käyttäjien (esim. oppilaan) oireilusta.) 	<p>Esimies on tarvittaessa yhteydessä</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ työterveyshuoltoon ja työsuojeluun. ○ terveystarkastajaan, mikäli kyse on päiväkodista, koulusta tai muusta vastaavasta laitoksesta

6 Toimintamalli sisäilmasto-ongelman selvittämistyössä

6.1. TYÖNTEKIJÄ



6.2. OPPILAS/HUOLTAJA

TÄYTÄ ILMOITUS LOMAKE WILMASSA

TARVITTAESSA KOULULÄÄKÄRIN VASTAANOTTO
OIREIDEN TARKEMPAA SELVITTELYÄ VARTEN

TARVITTAESSA JÄRJESTETÄÄN KOULULLA
YHTEISTYÖPALAVERI, JOSSA SUUNNITELLAAN
VOIMAKKAASTI OIREILEVAN OPPILAA
KOULUNKÄYNNIN MAHDOLLISTAMINEN
JATKOSSA.

- Ilmoituslomake on hyvä täyttää kerran lukukaudessa ja tarvittaessa mikäli oireet jatkuvat korjaustoimenpiteiden jälkeen. Tieto oireilusta tallennetaan oppilaan kouluterveydenhuollon sairauskertomukseen.
- Yksittäisen koulun oppilaiden ilmoitusten yksilöimätön koonti välitetään kuukausittain koulun rehtorille. Kaikkien koulujen ilmoitusten koonti välitetään sisäilmatyöryhmälle.

6.3. MUUT TILOJEN KÄYTTÄJÄT

Muiden kuin edellä mainittujen sisäilmaoireita kokevien henkilöiden sisäilmailmoitus tehdään kaupungin [palautekanavan](#) kautta.

6.4. SISÄILMATYÖRYHMÄ

Sisäilmatyöryhmä toimii sisäilmasto-ongelmien selvittelytyön asiantuntijana ja koordinoi toimintaa.

Puheenjohtaja (rakennuspäällikkö) kutsuu työryhmän koolle. Työryhmä kokoontuu noin kerran kuukaudessa ja aina tarvittaessa.

SISÄILMATYÖRYHMÄN KOKOONPANO:

TEKNISET PALVELUT

- rakennuspäällikkö (pj.)
- palvelupäällikkö (tilapalvelut)
- kunnossapidon päällikkö
- ylläpitomestari
- kunnossapitomestarit

TYÖSUOJELU

- työhyvinvointikoordinaattori
- työsuojeluvaltuutetut

SIVISTYSPALVELUT

- johtava rehtori
- varhaiskasvatusjohtaja

TERVEYDENHUOLTO

- työterveyslääkäri ja tarvittaessa
- kouluterveydenhuollon edustaja

YMPÄRISTÖTERVEYDENHUOLTO

- terveystarkastaja

MUUT PALVELUALUEET

- edustaja tarvittaessa mukana
- rakennusterveysasiantuntija

SISÄILMATYÖRYHMÄN TEHTÄVÄT

- toimii moniammatillisena asiantuntijaryhmänä sisäilmastoasioissa
- kutsuu ja käyttää tarvittaessa ulkopuolisia asiantuntijoita sisäilmaongelmien ratkaisemiseen antaa suosituksia tilojen korjaustarpeesta, toimenpiteistä ja aikataulusta
- toimii lausunnonantajana mm. uudisrakennuskohteissa
- vastaa yleisestä tiedottamisesta, kampanjoinnista ja kouluttamisesta sisäilmastoasioissa ottaa tarvittaessa yhteyttä työsuojelupiiriin
- antaa tarvittaessa toimenpidesuosituksia sisäilman laadun parantamiseksi
- laatii vuosittain yhteenedon käsitellyistä kohteista seuraten sisäilmasto-ongelmien määrää ja niiden vakavuutta sekä tehtyjen toimenpiteiden vaikuttavuutta
- huolehtii menettelytapaohjeen päivityksestä.

6.5. KOHDEKOHTAINEN TYÖRYHMÄ

Kohdekohtaisen työryhmän perustaa sisäilmatyöryhmä tarvittaessa.

Työryhmä toimii sisäilmasto-ongelmien selvittelytyössä niissä tapauksissa, joissa sisäilmasto-ongelman mahdollista aiheuttajaa ei löydy alkututkimuksissa.

Työryhmän kutsuu koolle tekninen isännöitsijä.

Työryhmä kootaan tarpeen mukaan seuraavista toimijoista:

- tekniset asiantuntijat
- terveystarkastaja
- työterveyshuolto työsuojelu
- käyttäjien edustajat
- kouluterveydenhuolto.

KOHDEKOHTAISEN TYÖRYHMÄN TEHTÄVÄT

- Toimii ”työrakkasena” kohteiden sisäilmasto-ongelmien selvittelyssä tekee tarkastuksia kohteisiin ja laatii suunnitelman jatkotoimenpiteistä tiedottaa käyttäjiä ja sisäilmatyöryhmää kutsuu ja käyttää tarvittaessa ulkopuolisia asiantuntijoita sisäilmaongelman ratkaisemiseen.

6.6. TARKASTUSRYHMÄ

Työryhmään kuuluvat tilapalveluiden sekä talonrakennuksen ja kunnossapidon edustaja(t), työsuojeluvaltuutettu ja terveystarkastaja. Ryhmän jäsen ottaa yhteyttä ilmoittajaan ja tekee tarvittaessa sisäilmakäynnin.

Kaarina 