

โปร่งสุขภาพ ราบ้าน-รารถ กำจัดไม่ยาก

กรุงเทพ วิทยุกระจายเสียง โทรทัศน์ วิทยุกระจายเสียง
คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

อาคารบ้านเรือนที่มีความสกปรก มีความชื้นสูงและการระบายอากาศไม่ดี สามารถพบเชื้อราได้ สิ่งที่น่ากลัวในบ้านมีราอยู่คือ กลิ่นเหม็นอับ เพราะราจะสร้างสารระเหยปล่อยออกมาในอากาศ สารเหล่านี้มีความเป็นพิษ ถ้าสูดดมนานๆ จะเกิดอาการมึนงง เวียนหัว อ่อนเพลีย เรียกรวมๆ ว่าอาการป่วยจากการอยู่ในอาคาร (Sick building syndrome) ถ้าออกมาสูดอากาศบริสุทธิ์ภายนอก อาการก็จะดีขึ้น

คนที่อยู่ในบ้านหรือที่ทำงานซึ่งอับชื้น เต็มไปด้วยเชื้อราเป็นเวลานาน มีผลทำให้สุขภาพทรุดโทรม ทำงานไม่มีประสิทธิภาพ เจ็บป่วยง่ายเสี่ยงที่จะเกิดอาการภูมิแพ้ หรือเป็นโรคติดเชื้อ การกำจัดราในบ้านที่ถูกน้ำท่วม ควรทำทันทีหลังน้ำลด โดยเปิดประตูหน้าต่างทิ้งไว้ครึ่งถึงหนึ่งชั่วโมง เพื่อระบายกลิ่นอับและก๊าซก่อนที่จะเข้าไปทำความสะอาด ผู้ที่มีโรคประจำตัวเช่น ภูมิแพ้และภูมิคุ้มกันอ่อนแอไม่ควรเข้าไปเอง ผู้ทำความสะอาดควรสวมหน้ากาก ถุงมือ แว่น และหน้ากากที่ป้องกันเชื้อราได้

ถ้าพบเชื้อราขึ้น ให้ใช้น้ำยาซักผ้าขาว อุ่นดูที่ฉลากว่ามีโซเดียมไฮโปคลอไรท์ ประมาณ 6% ในปริมาณ 1 ถ้วยตวง (240 ซีซี) ผสมน้ำ 1 แกลลอน (ประมาณ 4 ลิตร) ราดลงบนบริเวณที่มีราขึ้น ทิ้งไว้อย่างน้อย 10 นาที ให้น้ำยาออกฤทธิ์ฆ่าเชื้อรารวมทั้งจุลินทรีย์ต่างๆ แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด เชื้อราจะตายหมดแต่อาจยังมีคราบอยู่ ให้ใช้น้ำยาทำความสะอาดและแปรงขัดออกตามปกติ (ควรใช้ด้วยความระมัดระวังตามคำแนะนำที่ฉลากบอกไว้)

หลังการใช้ ฟันผิวที่สัมผัสน้ำยานี้อาจถูกกัดเป็นรอยขีดข่วน แต่จะไม่มีสารตกค้าง เมื่อใช้น้ำล้างออกควรทำให้บ้านแห้งโดยเร็ว ด้วยการเช็ดให้แห้งทั้งที่พื้นและผนังบ้าน เปิดตู้ต่างๆ ดึงลิ้นชักออก เปิดประตูหน้าต่าง ถ้าไฟฟ้าใช้ได้แล้วเปิดพัดลมช่วยไล่ความชื้น หรือนำไปตากแดด

ควรระวังเฟอร์นิเจอร์ที่ทำจากไม้หรือหนังแท้ บางอย่างจะเสียรูปร่างถ้าเปียกน้ำแล้วเอาไปตากแดด จึงควรปล่อยให้แห้งในที่ร่ม เมื่อพื้น ผนังและส่วนอื่นๆ ของบ้านแห้งสนิท จึงเริ่มซ่อมแซมบ้าน เช่น ปูพื้นไม้ปาร์เกต์ ปูกระเบื้อง ติดวอลล์เปเปอร์ ทาสี ทำตู้ติดผนัง ฯลฯ รวมทั้งการทนายารักษาเนื้อไม้ที่จับป้องกันเชื้อราและแมลง อย่ารีบทำตอนบ้านยังชื้น เพราะความชื้นจะถูกกักอยู่

ภายในเนื้อวัสดุ จะเกิดผลเสียหายและทำให้ราขึ้นในภายหลัง

เชื้อราในรถยนต์

สำหรับรถยนต์ที่ห่อพลาสติกไว้ หรือได้รับความชื้นนานๆ อาจมีเชื้อราขึ้นตามเบาะ เพดานหลังคา พรมปูพื้น ช่องเก็บของท้ายรถ วัสดุหุ้มพวงมาลัย คอนโซล และที่มองไม่เห็นคือในระบบปรับอากาศ

วิธีกำจัดเชื้อราในรถยนต์ ที่แนะนำคือ ใช้น้ำส้มสายชูกลั่นชนิดใสไม่มีสี (ซื้อจากร้านค้าที่ไว้ใจได้ว่าจะไม่เป็นน้ำส้มสายชูปลอม มิฉะนั้นรถอาจเสียหาย) ซึ่งมีการดองขี้ดึกหรือกรดน้ำส้มประมาณ 5% นำมาใส่ในกระบอกฉีดพ่นละอองน้ำที่สะอาด

จอดรถในที่โล่งทางไกลคน และมีการระบายอากาศที่ดี เปิดประตู ผู้ที่ความสะอาดสวมหน้ากากกันฝุ่นชนิดที่กรองสปอร์ของเชื้อราได้ ยืนเหนือลมหรือใช้พัดลมช่วย ฉีดพ่นสเปรย์น้ำส้มสายชูไปตามบริเวณที่มีราขึ้นภายในรถ ฉีดให้ทั่วแล้วทิ้งไว้ต้องรอวางอย่างสุดคมหรือให้ปลิวเข้าตา ความเป็นกรดของน้ำส้มสายชูจะฆ่าเชื้อรา และจะระเหยหมดไปเองโดยไม่มีสารตกค้าง เมื่อระเหยหมดแล้วอาจสเปรย์ซ้ำอีกเพื่อให้มั่นใจว่าฆ่าราได้หมด

หากเชื้อราที่ตายแล้วยังคงติดอยู่ ตามพื้นผิวที่เรียบและเบาะหนัง (แท้และเทียม) ให้ใช้ผ้าชุบน้ำยาทำความสะอาดเช็ดออกและทิ้งผ้านั้นไป ถ้าเป็นเบาะผ้ากำมะหยี่อาจต้องใช้แปรงพลาสติกขัดและใช้เครื่องดูดฝุ่นดูดออก ควรสวมหน้ากากกันฝุ่นตลอดเวลา เพราะเศษซากของราที่ตายแล้ว ถ้าหายใจเข้าไปก็อาจทำให้เกิดอาการภูมิแพ้ได้เช่นกัน

หยุดรารอบขึ้นบ้าน

ควบคุมความชื้น ได้แก่ ใช้น้ำจากการประกอบอาหาร กัดม้มน้ำ เครื่องทำน้ำอุ่นเวลาอาบน้ำ กิจกรรมการซักล้าง และอื่นๆ สภาพของตัวบ้านเช่น รอยรั่วที่หลังคา รอยแตกที่ผนัง การรั่วซึมของระบบประปา ระบบระบายน้ำ ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้ความชื้นเกิดขึ้นในบ้าน ไม่ทิ้งเศษอาหารหรือผลไม้ไว้บนจานไม้ชื้น ไม่สะสมขยะจำนวนมากไว้ในบ้าน รักษาความสะอาดบ้านสม่ำเสมอ และเปิดบ้านให้มีการถ่ายเทอากาศอย่างทั่วถึง

ทุกคนในบ้านก็จะปลอดภัย ทางไกลเชื้อรา ก่อโรค