

স্যাঁতসেতেভাব ও ছত্রাক কমাতে আমি কি করতে পারি?

১ বায়ু চলাচল

<p>জানালা খুলুন আপনার বাড়িতে ভাল বাতাস চলাচল না থাকলে আপনার দেয়াল, জানালা এবং মেঝেতে অতিরিক্ত আর্দ্রতা দেখা দিতে পারে। বাতাস চলাচলের জন্য অল্প সময়ের জন্য জানালা খুলুন।</p>	<p>ট্রিকল ভেন্ট যদি আপনার জানালায় ট্রিকল ভেন্ট থাকে তবে দিনের বেলায় সেগুলো খোলা রাখা নিশ্চিত করুন। এতে আর্দ্রতা দূর হবে।</p>	<p>বায়ু চলাচলের পথ নিশ্চিত করুন যে বায়ু চলাচলের পথগুলো যাতে বন্ধ না থাকে এবং পরিষ্কার রাখা হয়, কারণ এগুলো প্রাকৃতিক বায়ু প্রবাহ সচল রাখে ও আর্দ্রতা দূর করে।</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>বাথরুমের বায়ু নিষ্কাশন পাখা বাথ বা শাওয়ারের সময় এগুলো ব্যবহার করুন। বায়ু নিষ্কাশন পাখা চালানো খুব সাশ্রয়ী। বাথ বা শাওয়ারের পানি প্রচুর জলীয় বাস্প তৈরি করে। দরজা বন্ধ করে</p>	<p>সুশু্ঙ্খল করা দেয়ালের পাশের জায়গা খালি করার জন্য অপ্রয়োজনীয় জিনিসপত্র সরিয়ে ফেলুন। যদি সরানো সম্ভব না হয়, তাহলে জিনিসপত্র তাকের উপর</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

বায়ু নিষ্কাশন পাখা চালু করুন অথবা আর্দ্রতা পরিষ্কার না হওয়া পর্যন্ত জানালা খুলে দিন।

রাখুন। তাপ সঞ্চালনের জন্য ভাল বায়ু প্রবাহ গুরুত্বপূর্ণ এবং আর্দ্রতা বের করে দিতে সাহায্য করে। এটি “মৃত দাগ” প্রতিরোধ করতে সাহায্য করে যেখানে ছত্রাক তৈরি হতে পারে।

রান্নাঘরের বায়ু নিষ্কাশন পাখা

রান্না করার সময় এটি ব্যবহার করুন। বায়ু নিষ্কাশন পাখা/হিট ভেন্টিলেশন আইসোলেটের সুইচ চালু রাখুন যেহেতু অতিরিক্ত আর্দ্রতা ছত্রাক বাড়াতে অবদান রাখবে।

আর্দ্রতা কমানো

বায়ু চলাচল দ্রুত করতে, অতিরিক্ত আর্দ্রতা কমাতে জানালা এবং পৃষ্ঠগুলো একটি পরিষ্কার কাপড় দিয়ে মুছুন।

২ আর্দ্রতা ধারণ

দরজা বন্ধ রাখুন

বাথরুম বা রান্নাঘর ব্যবহারের সময়, বাড়ির অন্যান্য
রুমে আর্দ্রতা ছড়ানো রোধ করতে।

ঢাকনা ব্যবহার করুন

রান্নার সময় হাঁড়িতে ঢাকনা ব্যবহার করুন কারণ এতে
বাতাসে বাষ্প এবং আর্দ্রতা কমাতে সাহায্য করে।

বাহিরে কাপড় শুকান অথবা কাপড় শুকানোর ফ্রেম ব্যবহার করুন

যদি ভেতরে কাপড় শুকান, একটি কাপড় শুকানোর ফ্রেম
ব্যবহার করেন হয় একটি বন্ধ করে, হিটার চালু করে
একটি জানালা খুলে, অথবা বাথরুমে দরজা বন্ধ করে
বায়ু নিষ্কাশন যন্ত্র চালু করে।

সেরা টিপ!

যদি বাহিরে কাপড় শুকানোর জন্য বাগানের ব্যবস্থা না
থাকে, একটি ডিহিউমিডিফাইয়ার ব্যবহার একটি সাশ্রয়ী
পদ্ধতি ভেতরে কাপড় শুকানোর জন্য এবং বাড়ির আর্দ্রতা
দূর করার জন্য।

৩ আপনার ঘর পর্যাপ্ত পরিমাণে গরম করুন

আপনার ঘর পর্যাপ্ত পরিমাণ গরম করুন
প্রতিটি রুমের তাপমাত্রা ১৬ ডিগ্রি সেঃ এর উপরে রাখুন,
যেহেতু ঠান্ডা রুম আর্দ্রতা আকর্ষণ করে ও ছত্রাক বেড়ে
উঠতে সাহায্য করে।

রেডিয়েটর পরিষ্কার রাখুন

পুরো রুমে তাপ পৌঁছাতে রেডিয়েটর অথবা অন্যান্য তাপ
নির্গমনকারী(স্টোরেজ হিটার ইত্যাদি) বাধামুক্ত রাখুন।

একটি স্থির তাপমাত্রা বজায় রাখুন

তাপমাত্রার তীব্র পরিবর্তন এড়িয়ে চলুন(যেমন সর্বোচ্চ
তাপ বৃদ্ধি করে সম্পূর্ণ বন্ধ করে দেওয়া)। থার্মোস্টেট
একটি স্থির ১৬-২১ ডিগ্রী সেঃ তে রাখুন।

সেরা টিপ!

যদি দেখতে পান পরিষ্কার করুন।

আক্রান্ত পৃষ্ঠ পরিষ্কার করা চালু রাখলে, এতে ছত্রাক বৃদ্ধি
এ ছড়িয়ে পড়ার উপর বড় প্রভাব পড়ে। ছত্রাক আক্রান্ত
পৃষ্ঠ পরিষ্কারের জন্য প্রস্তুত করা উপাদান বিস্মৃত ভাবে
বেশিরভাগ দোকানে কিনতে পাওয়া যায়।

ঘনিভূত হওয়া, স্যাঁতসেঁতে হওয়া এবং ছত্রাক সম্পর্কিত
আমাদের সম্পূর্ণ নির্দেশিকা অনলাইনে পাওয়া যেতে পারে:

www.midsuffolk.gov.uk/tenant-health-and-safety