

kodin rakentaminen ja remontointi

Terveysturvallisten pintamateriaalien valintaopas

Miksi kodin sisäilman laatu on tärkeää?

Vietämme suurimman osan ajastamme sisätiloissa. Siksi kodin sisäilman laadulla on suuri merkitys hyvinvoinnille, terveydelle ja viihtyvyydelle. Huonolaatuinen sisäilma voi aiheuttaa esimerkiksi hengitystieoireita, allergista nuhaa, päänsärkyä ja ärsytysoireita, kun taas hyvä sisäilma tukee terveyttä ja arjen jaksamista.

Mistä kodin sisäilmaan tulee epäpuhtauksia?

Kodin sisäilmaan voi kulkeutua epäpuhtauksia sekä ulkoa että sisältä. Ulkopuolelta sisäilmaan voi päätyä liikenteen päästöjä, hiukkasia sekä katu- ja siitepölyä. Myös arjen toiminnot vaikuttavat sisäilmaan. Ruoanlaitto, pesu- ja puhdistusaineiden käyttö sekä kynttilöiden polttaminen voivat lisätä sisäilman kuormitusta. Lisäksi kodissa käytetyt rakennus-, sisustus- ja pintamateriaalit voivat vapauttaa sisäilmaan kemiallisia yhdisteitä, jotka voivat aiheuttaa oireita erityisesti herkille henkilöille. Näitä päästöjä ei aina näe tai haista, ja niiden vaikutukset voivat ilmetä vasta ajan kuluessa. Sisäilman laatuun vaikuttavat oleellisesti myös ilmanvaihdon toimivuus, siisteys ja rakennuksen kunto. Huolehdi aina ilmanvaihdon toimivuudesta ja rakennuksen kunnan ylläpidosta.

Remontti ja rakentaminen korostavat valintojen merkitystä

Rakentamisen ja remontoinnin yhteydessä sisäilmaan voi vapautua tavallista enemmän epäpuhtauksia. Tällöin materiaalivalinnoilla on erityisen tärkeä rooli. Valitsemalla vähäpäästöisiä ja tutkitusti turvallisempia materiaaleja voidaan pienentää sisäilman kuormitusta jo lähtökohtaisesti. Terveellinen sisäilma syntyy kokonaisuudesta. Yksittäinen tuote ei ratkaise kaikkea, mutta jokainen valinta vaikuttaa. Valitse pintamateriaaleja, jotka ovat helppo puhdistaa. Kun teet vähäpäästöisiä valintoja kaikissa kodin tuotteissa, tuet kokonaisvaltaisesti terveellisempää asumista.

Mitä tarkoittaa vähäpäästöinen – ja miten tunnistat paremmat valinnat?

Vähäpäästöinen tuote vapauttaa sisäilmaan vähemmän kemiallisia yhdisteitä. Tällaiset tuotteet eivät aiheuta voimakkaita tai epämiellyttäviä hajuja, tukevat hyvää sisäilman laatua ja tuotteet ovat testattu puolueettomassa laboratoriossa. Vähäpäästöinenkään ei tarkoita täysin päästötöntä, mutta se tukee terveellisempää asuinympäristöä.

Tunnukset ja luokitukset helpottavat valintaa

Kuluttajan voi olla vaikea arvioida tuotteiden ominaisuuksia pelkkien tuoteselosteiden perusteella. Apuna toimivat vapaaehtoiset ja luotettavat tunnukset ja luokitukset.

- **Allergiatunnus** → terveysturvallisuus, vähäpäästöisyys/hyvä sisäilma 3 & 28vrk testaus, allergia- ja yliherkkyyshuomio



allergiatunnus.fi

- **M1-luokitus** → vähäpäästöisyys ja hyvä sisäilma 28vrk testaus
ymparisto.rakennustieto.fi



- **Joutsenmerkki** → ympäristövastuullisuus
joutsenmerkki.fi



**ALLERGIA
IHO
ASTMA**

kodin rakentaminen ja remontointi

Terveysturvallisten pintamateriaalien valintaopas

Allergiatunnus

(Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry)

Allergiatunnus auttaa sinua valitsemaan tuotteen, joka ei sisällä yleisesti herkistäviä tai ärsyttäviä kemikaaleja ja materiaaleja. Tunnuksen saaneet tuotteet ovat aina hajusteettomia ja ne eivät aiheuta epämiellyttäviä hajuja, täyttävät tarkat allergiakriteerit ja ovat tutkitusti vähäpäästöisiä. Tunnus ottaa kantaa terveysturvallisuuteen ja auttaa tilanteissa, joissa on tärkeää huomioida hyvä sisäilman laatu sekä erilaiset allergiat, astma ja yliherkkyydet. Allergiatunnus löytyy esimerkiksi tuotteen etiketistä, pakkauksesta, esitteestä tai verkkosivuilta. Tuotteiden päästöt ovat aina testattu puolueettomissa tutkimuslaitoksissa tuoteryhmien päästöjen vaikutuksen merkityksestä riippuen joko 3 (72h mittausvaatimus koskee sisämaaleja) tai 28 vuorokauden kuluttua.

Maalit

- **Cello:** Sisäkattomaali Cello, Remonttimaali Cello, Sisustusmaali Cello, Sisämaali Cello FeelCello
- **House:** House remonttimaali puolihihmeä, House sisustusmaali himmeä, House sisäkattomaali
- **Teknos:** BIORA PRIMER Pohja- ja sisäkattomaali, BIORA 7 Himmeä sisustusmaali, BIORA 20 Puolihihmeä sisustusmaali, BIORA BALANCE Täyshiimmeä sisustusmaali, BIORA CLEAN Himmeä pintoja suojaava sisäseinämaali, TIMANTTI CLEAN Erikoisakrylaatti, SALAMAA JOY Puolihihmeä seinämaali, EKORA SERENE Himmeä sisämaali
- **Tikkurila:** Tikkurila Argentum Plus 7 – Pintamaali virus- ja bakteerikasvustoa* ehkäisevällä tehoaineella, Tikkurila Harmony – Hienostunut, täyshiimmeä sisustusmaali, Tikkurila Harmony Clean Air – Sisäilmaa puhdistava täyshiimmeä sisustusmaali, Tikkurila Joker – Kestävä, himmeä sisustusmaali, Tikkurila Nova 2 – Pohja- ja kattomaali, Tikkurila Nova 7 – Seinämaali, Tikkurila Nova 12 – Seinämaali, Tikkurila Nova 20 – Remonttimaali, Tikkurila Nova 7+ – Seinämaali kovaan kulutukseen, Tikkurila Remontti-Ässä – Hyvin kulutusta kestävä, puolihihmeä remonttimaali, Tikkurila Ässä 3, 7 ja 20 -maalit ammattilaiskäyttöön, Tikkurila Varma – Korkealaatuinen täyshiimmeä pohjamaali sisäseinille

Lattiapintamateriaalit (asennettavissa ilman liimoja)

- **Interface/Heuga** tekstiilipalamatot / -laatat
- **Tarkett Desso Ecobase** tekstiilipalamatot / -laatat
- **Tarkett vinyylilattiat iD Click** Ultimate 55, Elegance Rigid 55, Essence Rigid 55
- **Timberwise**-parketit

Listat, sisustuslevyt ja – paneelit

- **Maler:** Safe Sensitive Jalkalista 12x42x2750, Safe Sensitive Jalkalista 12x58x2750, Safe Sensitive Peitelista 12x42x2200, Safe Sensitive Peitelista 12x58x2200, Safe Sensitive Kattolista 30x30x2750, Safe Sensitive Kattopaneeli STS-5 Ymp. Pont. 10x160x2070, Safe Sensitive Kattopaneeli STP-0 Ymp. Pont. 10x315x1200, Safe Sensitive Antibakteerinen kattopaneeli STP-0 Ymp. Pont. 10x195x2070, Safe Sensitive Sisustuslevy 10x616x2650, Safe Sensitive Antibakteerinen Sisustuslevy 8x616x2800, LOUVRE Safe Sensitive Acoustic Sisustuslevy 19x300x2800, LOUVRE Safe Sensitive Rima 10x36x2800

Eriste-, sisäkatto- ja akustiikkalevyt

- **Ecophon-levyt:** Sisäkattolevyt, Master-sisäkattolevyt, Focus-sisäkattolevyt, Hygiene-sisäkattolevyt, Gedina-sisäkattolevyt, Combison-sisäkattolevyt, Super G -sisäkattolevyt, Akusto-sisäkattolevyt reunamalli C, Akutex FT ja Super G
- **Ewona & Ewona Compact** eriste- ja akustiikkaratkaisut

Ilmanvaihdon suodattimet ja korvausilmaventtiilit

- **Velco**-suodattimet korvausilmaventtiiliin, Velco-korvausilmaratkaisut, Aero-suodattimet tuuletusikkunaan



**ALLERGIA
IHO
ASTMA**