

Улучшение качества воздуха

- [Воздух и самочувствие](#)
- [Освежение и дезинфекция воздуха с помощью озона](#)

Воздух и самочувствие

Как улучшить качество воздуха?

Поделюсь с вами одним из лучших моих открытий 2022 года в плане улучшения здоровья. Ничто так не меняло моё состояние в лучшую сторону.

Копавшись в национальной библиотеке, отсканированных старых документов, обнаружил старую брошюру для людей интеллектуального труда и моё внимание привлекло щепетильное отношение к окружению человека. В частности к воздуху. Я раньше совсем не обращал внимание на состав воздуха и его влияние на организм, пару раз в день проветривал и всё. Решил это исправить. Купил себе *анализатор воздуха*. И это изменило моё отношение, как же быстро воздух становился спёртым, насыщенным дрянными веществами, всё это ухудшало моё здоровье всю мою жизнь и я этого не замечал. Проанализировал все слабые места в квартире, открытые шампуни, закрытые чистящие средства, ванную комнату, трубы, газ. Условно ватный диск пропитанный лосьоном лежавший на столе уже ухудшал моё здоровье или определённая еда, стиральная машина. Выявил недочёты, исправил. Стал проветривать если не весь день, то каждый час уж точно, чтобы все показатели воздуха по веществам, по количеству пыли, по влажности, по насыщению углекислым газом в воздухе, по мелким частицам были в идеальном состоянии.

У меня прошла усталость, стал лучше мыслить, меньше болеть, перестал ощущать это тяжёлое состояние по утрам, нервная система пришла в норму (были признаки гипоксии). Чрезвычайно важная вещь, эффект колоссальный за свои деньги. Советую.

Хватит ли только проветривания для повышения качества воздуха?

Я раньше тоже думал что много проветриваю, пока не ознакомился с данными по воздуху в моём помещении. Сложно сказать убирает ли это все минусы конкретно у тебя, но большую часть точно.

Может быть в туалете плохо проветривается или вентиляция не работает толком, или пол в доме излучает запах, может рядом завод парит какой-нибудь. У меня на прошлой небольшой квартире даже с открытыми окнами был плохой воздух из-за труб (хотя не особо замечаешь когда постоянно так живём), сам дом стоит в таком положении куда прямые потоки воздуха не попадают в квартиру и вся надежда оставалась на вентиляцию которая не исправно работала, нормально проветрить можно было только с открытой дверью и открытым общим балконом. На другой квартире в большинстве дней вентиляция работала нормально, но в некоторые дни уровень CO₂ в квартире очень быстро рос и нужно было частенько проветривать или закрывать форточку когда были выбросы с завода. Или когда плита газовая, то там без открытой форточки не реально готовить, резко воздух ухудшается.

Хороший анализатор воздуха

Могу посоветовать тот что у меня - *Xiaomi Qingping Air Monitor*. Брал сперва просто по средствам за 12к, но оказался хорошим, работает исправно, калибруется, данные не от балды берёт, всё с ним в порядке, сравнивал с другими и это легко проверяется поднося определённые вещества или ухудшая воздух разными способами, но через пол года стал чуть шумнее, но не значительно и даже не заметно.



Автор заметки: Смута

Освежение и дезинфекция воздуха с помощью озона

Всем привет!

Очень удивлён что за **ВСЁ ВРЕМЯ** никто не говорил об Озоне и Озонаторах.

Крайне обидно, что большинство не знакомо с подобными технологиями и не делятся с публикой.

Озон - поразительная вещь, способная удалять **ЛЮБЫЕ** запахи, дезинфицировать помещения, придавать нотку свежести комнате. Помимо этого, можно дезинфицировать и насыщать воду более электроактивным кислородом (ОЗ), что придаёт особый оздоровительный окрас жидкостям.

Недавно приобрёл озонатор почти минимальной комплектации с выработкой озона **400мг/час.**

Эффект на глаза, и весьма ощутим.

Поделюсь плюсами в использовании:

Первое: стало приятнее находиться в комнате. Чистейшая последождевая свежесть в комнате.

Второе: нет запахов.

Третье: при выращивании микрозелени в комнате, пропадает любая плесень. Отличный заменитель перекиси водорода (H₂O₂), а Озон это ОЗ. Сам по себе, перекись водорода является мощнейшим окислителем, в связи с тем, что в молекулярном соединении два атома Кислорода, а тут вовсе, три.

Четые: после обработки помещения и выветривания всего Озона, остается небольшой запах как в больнице, или санатории. Этот запах имеет очень оздоровительный эффект, например, начинает работать лимфатическая система и выводить хлам из организма. (Кто был в больницах - поймёт)

Из минусов:

Озон серьезный окислитель, поэтому если в комнате большое количество металлических предметов, они могут **быстро окислиться и покрыться ржавчиной/потерять свои свойства**. В добавок, при работе озонатора **запрещено находится в комнате**, потому что Озон - газ, который раздражает слизистые оболочки и хорошо реагирует с органикой.

На сколько целесообразно использовать подобную технологию - решать вам.

Автор заметки: Succresco