

# TAMPERE.

## FINLAND

2020

# SISÄILMAOPAS

SISÄILMA-ASIOIDEN HOITAMINEN TAMPEREEN  
KAUPUNGIN PALVELURAKENNUKSISSA

TAMPEREEN  
TILAPALVELUT 

Laadukas sisäilma on tuoksultaan neutraalia ja lämpötilaltaan ja ilmankosteudeltaan miellyttävää.

Rakennus tukee käyttäjiensä terveyttä ja hyvinvointia silloin kun se on rakennusteknisesti toimiva ja käyttötarkoitustaan vastaava, tilat ovat turvalliset sekä sisäympäristöolosuhteet täyttävät niille asetetut vaatimukset.

### **SISÄILMAOIREILUA, ALLERGIAA VAI FLUNSSAA?**

Sisäilmaoireille tyypillistä on, että ne esiintyvät ongelmatilassa oleskeltaessa ja helpottavat yleensä muualla.

# MITEN SISÄILMA VOI VAIKUTTAA TERVEYTEEN?

Puhdas ja raikas sisäilma tukee toimintakykyä, terveyttä ja oppimista. Sisäilmassa olevista haittatekijöistä voi kuitenkin aiheutua hengitystie- ja ärsytysoireita sekä yleisoireita, kuten päänsärkyä. Oireet ovat yleensä lieviä ja menevät ohi altistumisen loppuessa.

Oireilu on aina yksilöllistä. Oireiluun voi vaikuttaa sisäilmassa olevien haittatekijöiden lisäksi myös ikä, sukupuoli, terveydentila tai erilaiset kuormittavat asiat, kuten työtyytyväisyys tai viihtymisongelmat oppimis- tai työyhteisössä. Ihmisen kokemat oireet ovat aina todellisia. Oireet yksin eivät kuitenkaan ole suora osoitus sisäilman epäpuhtaudesta.

## SISÄILMAN LAATUUN VAIKUTTAVIA FYSIKAALISIA TEKIJÖITÄ JA EPÄPUHTAUKSIA:

### FYSIKAALISET TEKIJÄT

- Lämpötila
- Kosteus
- Ilmanvaihto
- Veto
- Melu
- Radonsäteily



### HIUKKASMAISET

- Pienhiukkaset
- Kuidut
- Huonepöly
- Allergeenit
- Mikrobit, bakteerit, homeet, hiivat, virukset ja alkueläimet



### KAASUMAISET

- Haihtuvat orgaaniset yhdisteet (VOC)
- Formaldehydi
- Hiilimonoksidi eli häkä
- Hiilidioksidi
- Ammoniakki
- Radon



Lähde: THL 2019

# SISÄILMAOIREILUA EPÄILTÄESSÄ:

## TYÖPAIKALLA

### **Kehen otan yhteyttä ongelmatilanteessa?**

Ota yhteys omaan esimieheesi.

### **Kuka vastaa terveydenhuollosta, eli mihin hakeudun hoitoon?**

Työterveyshuoltoon. Jos tulokset viittaavat työpaikan sisäilmaongelmaan, muista kertoa asiasta esimiehellesi.

### **Kuka valvoo, että etuni toteutuu asian hoidossa?**

Paikallisesti ensisijaisesti työsuojeluvaltuutettusi, tarvittaessa myös työsuojeluviranomainen, eli AVI.

### **Kuka vastaa sisäilman terveellisyydestä?**

Työnantaja. Olet itse vastuussa terveysongelmiasi ilmoittamisesta työterveyteen ja työsuojeluun.

## PÄIVÄKODISSA TAI KOULUSSA

### **Kehen otan yhteyttä ongelmatilanteessa?**

Ota yhteys päiväkodin johtajaan tai rehtoriin.

### **Kuka vastaa terveydenhuollosta, eli mihin hakeudun hoitoon?**

Päiväkodeissa perusterveydenhuoltoon ja oppilaitoksissa kouluterveyteen. Jos hoidatte asiaa muuten kuin kouluterveyden kautta, ilmoitattehan myös kouluterveydenhoitajalle asiasta. Jos tulokset viittaavat hoitopaikan/oppilaitoksen sisäilmaongelmaan, muista kertoa asiasta päiväkodin johtajalle/rehtorille.

### **Kuka valvoo, että lapsen etu toteutuu?**

Kaupungin tai kunnan terveydensuojeluviranomainen.

### **Kuka vastaa sisäilman terveellisyydestä?**

Rakennuksen omistaja.



Lähde: THL 2019

# KUINKA TOIMITAAN, JOS EPÄILLÄÄN SISÄILMASTA JOHTUVAA OIREILUA?

## OIREILEVA TYÖNTEKIJÄ

- Ilmoita sisäilmaoireiluepäilystä esimiehellesi ja hakeudu työterveyteen.
- Jos hoidat asiaa muuten kuin oman työterveyden kautta, ilmoita kuitenkin omalle työterveyshoitajallesi käynneistä.
- Ilmoita esimiehellesi, mikäli lääkärisi epäilee oireidesi johtuvan työpaikan sisäilmasta.
- Ilmoita epäilystäsi myös työsuojeluasiamiehelle ja työsuojeluvaltuutettillesi.

*Olet itse vastuussa terveysongelmasi ilmoittamisesta esimiehelle!*

## OPPILAS, LAPSI TAI HUOLTAJA

- Ilmoita sisäilmaoireiluepäilystä rehtorille tai päiväkodin johtajalle
- Ilmoita mahdollisuuksien mukaan myös tilat, joissa oireilua esiintyy.
- Hakeudu kouluterveydenhoitajalle tai lääkäriin. Jos hoidatte asiaa muuten, kuin kouluterveyden kautta, ilmoitattehan kouluterveydenhoitajalle käynneistä.
- Halutessasi voit olla yhteydessä myös terveydensuojeluviranomaiseen, joka valvoo päiväkotien ja koulujen terveydellisiä olosuhteita.
- Ilmoita lapsen tai oppilaan lääkärikäynnin jälkeen, mikäli lääkäri epäilee, että oireet johtuvat hoitopaikan tai koulun sisäilmasta.

## ESIMIES

- Ohjaa oireileva työntekijä työterveyteen.
- Ilmoita sisäilmaongelmasta työsuojeluvaltuutetulle.
- Siirrä oireileva työntekijä tarvittaessa toisiin tiloihin.
- Selvitä onko tilassa, jossa oireillaan, poikkeavia hajuja tai havaintoja kosteusvauriosta tai riittämättömästä ilmanvaihdesta. Tarkista, onko niistä tehty vikailmoitus.
- Tee tarvittaessa vikailmoitus oireilutilojen puutteista Helpdeskiin.

*Olet lakisääteisessä vastuussa työntekijäsi turvallisista olosuhteista työpaikalla.*

## OIREILEVAN LAPSEN TAI OPPILAAN HOITAJA TAI OPETTAJA

- Ohjaa oireileva lapsi lääkäriin.
- Kerro sisäilmaepäilystä omalle esimiehellesi (rehtori tai päiväkodin johtaja).
- Selvitä onko tilassa, jossa oireillaan, poikkeavia hajuja tai havaintoja kosteusvauriosta tai riittämättömästä ilmanvaihdesta, ja onko niistä tehty vikailmoitus.
- Tee tarvittaessa vikailmoitus tilojen puutteista kirjallisesti.
- Ohjaa oireilevan lapsen/oppilaan huoltajat olemaan halutessaan yhteydessä terveydensuojeluviranomaiseen.

Kiinteistön yhteyshenkilö voi tehdä vikailmoituksia kiinteistöstä  
**Tilapalveluiden HelpDeskiin puh. 040 703 4999**

# SISÄILMAONGELMAN SELVITYKSEN TOIMINTAMALLI

## 1

### ESISELVITYKSET

Aloitetaan esiselvitys, jos vikailmoitusten perusteella tehdyillä korjauksilla ei saada parannusta olosuhteisiin ja oireiluun. Selvityksiin kuuluu mm:

- Oirekysely
- Siivottavuus ja siivoustaso
- Olosuhdetiedot
- Kohdeikänti
- Tekninen tarkastus

#### Työpaikan esimies:

- Tilaa siivouksen laadun arvioinnin siivouspalveluiden järjestäjältä eli Voimian palvelupäälliköltä
- Pyytää oirekyselyn työterveydestä ja työsuojelulta
- Huolehtii Tilapalveluiden toimittamien sisäilmaolosuhdelomakkeiden täyttämisestä tiloittain
- Kertoo työpaikalla/toimipisteellä asian etenemisestä
- Toimittaa saamansa/pyytämänsä selvitykset Tilapalveluille

#### Tilapalvelut:

- Pitää kirjaa saaduista sisäilmaepäilyistä
- Toimittaa esimiehelle sisäilmaolosuhdelomakkeen täytettäväksi
- Tilaa siivottavuuden arvioinnin
- Tilaa teknisen tarkastuksen
- Käy kohteessa havainnoimassa kokonaistilannetta
- Tiedottaa havainnoista ja tutkimustuloksista työpaikan esimiestä ja työsuojeluvaltuutettua



### VÄLIARVIOINTI

Sisäilmastotyöryhmän perustamistarpeen arviointi. Väliarvioinnissa tehdään mm.

- Sisäilmastotyöryhmän perustamistarpeen arviointi
- Päätetään sisäilmaprosessi tai perustetaan sisäilmastotyöryhmä

#### Tilapalvelut:

- Kutsuu koolle moniammatillisen Sisäilmastotyöryhmän perustamistarpeen arviointi -kokouksen, jossa todetaan tehtyjen selvitysten pohjalta, että käynnistetäänkö sisäilmastotyöryhmätoiminta.
- Mikäli vaiheessa 1 löytyy asioita, jotka korjaamalla sisäilmaoireilu poistuu, ne korjataan ja selvitystyö päättyy.

## 2

### SISÄILMASTOTYÖRYHMÄTOIMINNAN KÄYNNISTÄMINEN

Käynnistetään kohdekohtainen sisäilmastotyöryhmätoiminta ja tehdään tarvittavat sisäilma- ja kosteustekniset kuntotutkimukset.

#### Tilapalvelut:

- Kutsuu sisäilmastotyöryhmän koolle
- Käy läpi sisäilmastotyöryhmän toiminnan
- Tilaa tarvittavat tutkimukset
- Tilaa tarvittaessa ilmanpuhdistimet
- Tilaa akuutit korjaukset

#### Moniammatillinen sisäilmastotyöryhmä:

- Käy läpi tehdyt tutkimukset
- Sopii ja ehdottaa jatkotoimenpiteitä
- Sopii tiedottamisesta
- Selvittää tilan käytön turvallisuuden (riskinarviointi)
- Ehdottaa käyttäjien suojaustoimia
- Tiedottaa asian etenemisestä ja tutkimustuloksista käyttäjiä

#### Rakennuksen omistaja:

- Päätää käynnistettävistä korjaustoimenpiteistä ja jatkotoimenpiteistä

**Sisäilmaepäilyjen selvittäminen perustuu avoimeen tiedottamiseen. Kaikki tutkimustulokset kerrotaan käyttäjille.**

## 3

### KORJAUS

Tehdään korjaussuunnitelma, korjaus ja väistötilaselvitys.

#### Tilapalvelut:

- Laatii korjausaikataulun
- Varaa korjaukseen määrärahat
- Listaa alustavan korjauksen sisällön
- Järjestää irtaimiston puhdistus- ja muuttopalaverin ennen muuton ja remontin alkamista
- Rakennuttaa korjauksen
- Hankkii pätevät suunnittelijat ja valvojat, joilla on sisäilmasto-osaamista
- Valvoo korjaustyötä
- Tiedottaa korjauksen etenemisestä sisäilmastotyöryhmää ja tilan käyttäjiä

#### Vuokranantaja:

- Käynnistää tarvittaessa väistötilatyöryhmän, joka esittää väistötilaratkaisua (kaupunki)
- On velvoitettu avustamaan väistötilojen etsinnässä ja vuokrasopimuksen neuvottelussa (Tredu)

## 4

### SEURANTA

Seurataan korjausten onnistumista mittauksilla ja olosuhde- ja oirekyselyillä.

#### Sisäilmastotyöryhmä:

- Teettää seurantasuunnitelman
- Seuraa sisäilmasto-olosuhteita
- Teettää oirekyselyn työntekijöille aikaisintaan 6 kk remontin valmistumisesta

#### LOPPUARVIINTI

Sisäilmastotyöryhmän päättämisen arviointi.

#### Sisäilmastotyöryhmä:

- Sisäilmastotyöryhmän päättäminen
- Mikäli ongelma ei ole korjaantunut tai oireilu palaa, niin jatketaan selvityksiä moniammatillisen sisäilmastotyöryhmän toimesta, kuten vaiheessa 2.

**TAMPEREEN  
TILAPALVELUT**



**LISÄTIETOJA**  
sisailma@tilapa.fi

**KIINTEISTÖJEN  
VIKAILMOITUKSET**

Tilapalveluiden  
HelpDesk  
040 703 4999

**TAMPEREEN KAUPUNGIN  
SISÄILMAOHJEISTUS:**

[tamperentilapalvelut.fi/materiaalipankki/  
sisailmaoppaat-ohjeistukset](https://tamperentilapalvelut.fi/materiaalipankki/sisailmaoppaat-ohjeistukset)