

Hygrometer

Ongemerkt hoopt zich veel vocht op in een huis. Hierdoor kunnen gezondheidsklachten ontstaan. Met behulp van een meetapparaat, de hygrometer, kunt u de vochtigheid in uw huis meten.

In deze folder leest u meer over:

- wat een hygrometer is en waarvoor hij wordt gebruikt
- waardering van het meetresultaat
- soorten hygrometers
- het ijken van de hygrometer
- plaatsing van de hygrometer
- waar u meer informatie kunt vinden

Wat is een hygrometer en waarvoor wordt hij gebruikt?

Op een hygrometer kunt u aflezen wanneer binnenshuis vocht vrij komt (door bijvoorbeeld koken, douchen, was drogen) en wat het effect is van verwarmen en ventileren.

Om klachten bij huisstofmijtallergie te voorkómen moet u ervoor zorgen dat er zo weinig mogelijk huisstofmijten in uw huis zijn. Bij een gemiddelde van 45 - 50% relatieve luchtvochtigheid (een goed haalbare richtlijn) drogen huisstofmijten uit. Boven de 60% relatieve luchtvochtigheid gedijt de huisstofmijt optimaal en boven de 55% vermenigvuldigen de huisstofmijten zich. Daarom is het belangrijk de luchtvochtigheid in uw huis goed in de gaten te houden.

U kunt het niveau van 45 - 50% relatieve luchtvochtigheid bereiken door 24 uur per dag te ventileren, gelijkmatig te verwarmen (niet lager dan 18 graden) en geproduceerd vocht direct af te voeren.

Hoe tevreden bent u over uw specialist of ziekenhuis? Geef uw mening op [ZorgkaartNederland.nl](https://www.zorgkaartnederland.nl)

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Waardering van het meetresultaat

Buiten- en binnentemperatuur hebben een belangrijke invloed op de relatieve luchtvochtigheid van de lucht. In de winter is de luchtvochtigheid buiten laag, buitenlucht is droger. Door te ventileren stroomt droge buitenlucht naar binnen en wordt vochtige binnenlucht naar buiten afgevoerd. De maanden december, januari en februari zijn over het algemeen de droogste maanden van het jaar in Nederland.

Tijdens de zomermaanden is de luchtvochtigheid niet te beïnvloeden. Binnen- en buitenlucht zijn dan bijna even vochtig. De maand augustus is in Nederland over het algemeen het meest vochtig.

Het meten van de luchtvochtigheid in huis is alleen zinvol tijdens het stookseizoen. Belangrijk is om de luchtvochtigheid in huis in de maanden december, januari en februari onder de 50% te houden. En dit weer gedurende minimaal drie stookseizoenen. Hierdoor zal het aantal huisstofmijten afnemen. Acties die u kunt ondernemen om dit te bereiken zijn:

- geproduceerd vocht direct afvoeren;
- 24 uur per dag ventileren;
- continu boven de 18 graden verwarmen.

Soorten hygrometers

Er zijn twee soorten hygrometers te koop: een analoge of een digitale uitvoering. Beide soorten hygrometers zijn goed en betrouwbaar. De analoge hygrometer moet eens per jaar geijkt worden. Bij elektronische modellen is het ijken niet nodig. Laat u bij aanschaf van een hygrometer informeren over de voor- en nadelen. Hygrometers zijn te koop bij de allergiewinkel, thuiszorgwinkel, juwelier en in winkels met huishoudelijke waren.

Het ijken van een analoge hygrometer

Door temperatuurschommelingen, transport en andere factoren kan op den duur een verloop in de meetwaarden ontstaan. Om betrouwbare waarden te krijgen is het verstandig dat u een analoge hygrometer ijkt voordat u deze gebruikt en daarna ééns per jaar.

Werkwijze:

- Maak een handdoek nat en wring deze uit.
- Wikkel de hygrometer gedurende 30 - 35 minuten in de vochtige handdoek.
- Hierna moet de hygrometer 95 tot 100 % relatieve luchtvochtigheid aangeven.
- Als de hygrometer dit niet aangeeft, stelt u deze bij door met een schroevendraaier aan het schroefje van de hygrometer te draaien. Verzet de wijzer naar 95 -100%.
- Na het ijken en eventueel bijstellen plaatst u de hygrometer op de juiste plaats terug.

Plaatsing van de hygrometer

De luchtvochtigheid kan binnen één ruimte van plek tot plek variëren. Lager bij de grond is het vochtiger dan bij het plafond. Het is daarom belangrijk om met zorg de meetplekken uit te zoeken, zodat een goed gemiddeld beeld ontstaat.

- Plaats de meter aan een tussenwand (geen gevelmuur), op een stabiele plaats en op ooghoogte.
- Zorg dat er geen warmtebron in de buurt is en vermijd direct zonlicht.
- Doe een meting in verschillende ruimten.
- Neem ongeveer één week de tijd om te meten per ruimte.

Heeft u vragen?

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft over het gebruik van de hygrometer of over woningsanering, kunt u contact opnemen met uw (kinder)longverpleegkundige.

Heeft u specifieke vragen over uw hygrometer? Neem dan contact op met uw leverancier.