

Till dig som bor i en lägenhet i ett flerbostadshus

## Har du problem med inomhusmiljön i din bostad?

Det kan handla om att det är för kallt eller för varmt, dålig luft, fukt och mögel eller att det finns skadedjur. Då ska du kontakta din fastighetsägare eller hyresvärd. Om du bor i en bostadsrätt ska du kontakta styrelsen i din förening. Om du inte får hjälp av fastighetsägaren kan du vända dig till miljö- och hälsoskyddskontoret i din kommun.

### Vem har ansvar för miljön i din bostad?

Fastighetsägaren har ansvar att förebygga och upptäcka brister i bostaden innan de orsakar hälsoproblem för dig som bor där. Det kan handla om att kontrollera ventilationen eller åtgärda fuktskador.

Du som boende har ansvar för att sköta om din bostad, till exempel göra rent luftventiler och torka upp spillt vatten. Om du upptäcker ett problem i din bostad, till exempel skadedjur, en vattenläcka eller stopp i avloppet, är det viktigt att du direkt kontaktar din fastighetsägare så att problemet kan åtgärdas.

Om du har problem med inomhusmiljön men inte får hjälp av fastighetsägaren kan du kontakta miljö- och hälsoskyddskontoret i din kommun. De gör tillsyn enligt lagen miljöbalken och kan ställa krav på fastighetsägaren om det finns brister i bostaden som kan påverka hälsan negativt för dig som bor där. Miljö- och hälsoskyddskontorets tillsyn kostar ingenting för dig som boende.

### Vad är viktigt att hålla koll på i din bostad?

Luften ska kännas frisk

Ventilationen ska fungera i din bostad. Frisk luft ska komma in och smutsig luft ska föras ut. Om det ofta luktar instängt eller blir imma på insidan av fönstren kan det vara ett tecken på dålig ventilation. När du har fönster och dörrar stängda ska du inte få in lukter från dina grannar, till exempel matos eller tobaksrök.

Vad kan du själv göra?

- Håll ventiler öppna så att frisk luft kan komma in. Ventilerna brukar sitta i och vid fönsterna.
- Öppna fönster eller dörrar och vädra en kort stund för att få in frisk luft.
- Rengör frånluftsventiler (de som suger ut smutsig luft) i badrum och kök regelbundet. Ändra inte inställningen på ventilen.
- Sätt på köksfläkten vid matlagning och rengör fettfiltret i fläkten regelbundet.

## Det ska inte finnas fukt och mögel

Din bostad ska vara fri från skador av fukt och mögel. Det kan bildas mögel där det är fuktigt eller om ventilationen fungerar dåligt. Tecken på fuktskador kan vara fuktfläckar, missfärgningar, färg som lossnar eller bubblor i tapeter eller golvmattor. Ibland kan man känna lukten av mögel fast det inte syns och ibland luktar det ingenting.

Vad kan du själv göra?

- Håll koll så kranar och vattenledningar inte läcker.
- Torka upp spillt vatten, även i badrum.
- Håll rent under badkar och i golvbrunnar.
- Om det finns en fläkt i badrummet, sätt på den när du eller någon annan duschar och badar, och låt den vara på en stund efteråt. Om det finns ett fönster, öppna gärna och vädra efter dusch och bad.
- Använd duschdraperi, och undvik att borra hål i väggarna i närheten av duschen.

## Temperaturen inomhus ska vara bra

Din bostad ska inte vara för kall eller för varm. Det får inte heller vara för mycket drag från ventiler och fönster. Kontakta fastighetsägaren om det ofta är under 20 grader i din bostad, eller över 26 grader på sommaren.

Vad kan du själv göra när det är kallt?

- Placera inte möbler eller tunga gardiner framför element eftersom det gör att värmen inte kan spridas ut i rummet.
- Placera soffor och sängar mot innerväggar som är varmare än ytterväggar.

Vad kan du själv göra när det är varmt?

- Använd persienner, gardiner eller markiser för att hålla solen ute.
- Vädra när det är svalare ute. Vid en värmebölja kan det vara bra att hålla fönster och dörrar stängda under dagen och i stället vädra under natten.

## Var uppmärksam på skadedjur och ohyra

Det ska inte finnas möss, kackerlackor, vägglöss eller andra skadedjur eller ohyra i din bostad.

Vad kan du själva göra?

- Se till att skadedjur inte kommer åt mat eller matavfall.
- Förvara till exempel mjöl, gryn och nötter i täta förpackningar.
- Håll rent och städa regelbundet, även bakom spisen och i skåp, hyllor och lådor.

- Kontrollera så att det inte finns skadedjur eller ohyra i varor, möbler eller bagage innan du tar in dem i bostaden.

### Ljudmiljön ska vara bra

Störande ljud kan orsakas av fläktar, trafik eller verksamheter som till exempel verkstäder, restauranger eller pubar i närheten. Om du bor i en lägenhet kan ljud från grannar vara störande, till exempel hög musik eller ljud från steg. Men man kan inte kräva att det ska vara helt tyst och man får tåla vissa ljud från sina grannar, särskilt dagtid.

Vad kan du själv göra?

Kontakta först den som orsakar det störande ljudet eller är ansvarig för det. Om du störs av ljud som kommer utifrån, från ett annat hus eller en verksamhet, ska du kontakta den som är ansvarig för byggnaden eller verksamheten. Om du störs av ljud från till exempel en fläkt eller ett kylskåp som finns i ditt hus eller i din bostad ska du kontakta din fastighetsägare. Om du inte får hjälp kan du kontakta miljö- och hälsoskyddskontoret.

Det ska finnas rinnande kallt och varmt vatten med bra temperatur

I din bostad ska det finnas rinnande kallt och varmt vatten i kranarna. Det varma vattnet ska vara ordentligt varmt och det kalla vattnet ordentligt kallt. Det är viktigt för att bakterier inte ska kunna växa i vattnet. Det ska också finnas fungerande avlopp.

### Kontakta kommunens miljö- och hälsoskyddskontor

Kontaktuppgifter till kommunens miljö- och hälsoskyddskontor

E-post:

Telefon:

Webbplats: