

# Månedsråd MAI



## Mai er tiden for å beskytte seg mot bjørkepollen!

- Bjørkepollensesongen er startet! Tenk allergi hvis barna får snue! Pollenallergiske barn må ha startet forebyggende medisinerer.
- Tenk på at pollen skal stenges ute. Pollennett bør settes inn i vinduer som brukes til å lufte de ulike rom.
- Tenk deg om når/før du henger ut tøy til tork i det fine været! Tenk på vindretningen og at vinden sprer pollen fra bjørk og andre vekster. Rist tøyet ute etter lufting!

Se: [Skal vi tørke tøyet inne eller ute i pollensesongen? – NFBIB](#)

- Hvilke blomster vi tar med inn nå, har stor betydning for barns innemiljø. Vurder om du kan bruke et bord ute for blomster barn har plukket og som ikke bør tas med inn.

Se: [Vårens planter – er de allergivennlige?](#)

- Husk at dersom du bruker pyrolyse ved rengjøring av stekeovnen, må du ha full gjennomlufting når det gjøres.

Se: [Pas på partikelbombe: Pyrolyseovnen fylder køkkenet med skadelige partikler \(bolius.dk\)](#)



**NFBIB**

bedreinnemiljoforbarn.no | nfbib.org