

BENEFITS OF MAINTAINING A HEALTHY RENTAL UNIT

INCREASE DURABILITY-

Checks for health hazards may alert the landlord and tenant to early signs of increased wear and tear on heating and cooling systems and other hidden structural damage.

REDUCE COST-

Replacing or fixing systems when the problems are smaller can save money. A small water leak can be quickly repaired, but if unchecked – may lead to mold, health and cost issues.

IMPROVE HEALTH-

Home conditions can both cause and trigger asthma and allergies. Unhealthy tenants may miss work and rent payments.

REDUCE LIABILITY-

Addressing potential health hazards can reduce the likelihood of costly lawsuits and code violations.

MAINTAIN PROPERTY VALUE AND APPEAL-

Healthier living conditions can attract more tenants.

FOR MORE INFORMATION:

- Centers for Disease Control and Prevention:
<http://www.cdc.gov/asthma/default.htm>
- Environmental Protection Agency:
<http://www.epa.gov/iaq/asthma.html>
- National Center for Healthy Living:
<http://www.centerforhealthyhousing.org/>
- Wisconsin Department of Health Services:
<http://dhs.wisconsin.gov/eh/Asthma/index.htm>
- Children's Health Alliance of Wisconsin:
<http://www.chawisconsin.org/asthma.htm>

References

Asthma Regional Council. Property Maintenance for a Healthy Home, 2006.

Department of Health Services. Burden of Asthma in Wisconsin, 2007.

Environmental Health Watch website
www.ehw.org/Asthma/ASTH_Indoor_Control_Triggers.htm
Accessed, October 2007.

National Center for Healthy Homes. Essentials for Healthy Homes Practitioners Course, 2007.

United States Department of Housing and Urban Development. Help Your self to a Healthy Home, 2006.

Wisconsin Department of Agriculture, Trade and Consumer Protection website
<http://datcp.state.wi.us/cp/consumerinfo/cp/top-complaints/tenants.jsp>
Accessed, October 2007.

Developed by the
Wisconsin Department of Health Services
Division of Public Health
Bureau of Environmental and Occupational Health
P-45108 (11/08)

CONTROLLING ASTHMA IN THE HOME:

A GUIDE FOR LANDLORDS AND TENANTS



WISCONSIN
ASTHMA
COALITION
★Children's Health
Alliance of Wisconsin

ASTHMA AT A GLANCE

WHAT IS ASTHMA?

A chronic lung disease that causes breathing problems:

- Airways get narrow
- Muscles around airways tighten
- Thick, yellow mucous is produced

Symptoms:

- Wheezing
- Shortness of breath
- Chest tightness
- Coughing

Asthma cannot be cured, but it can be controlled by proper use of medicines and avoiding triggers.

WHAT ARE ASTHMA TRIGGERS?

- Dust mites
- Cockroaches
- Mold
- Tobacco smoke
- Pets
- Air Pollution

WISCONSIN STATISTICS:

About 13% of children and adults have been diagnosed with asthma.

Overall rate of asthma emergency department visits in 2000 was 41 per 10,000 people.

Hospitalization rate in 2005 was 10 per 10,000 people.

These numbers can be reduced by maintaining healthier living conditions within one's home and reducing contact with asthma triggers.

HOW TO CONTROL ASTHMA TRIGGERS.....

IN THE HOME

AVOID POLLUTANTS

WHY?.....Pollutants such as paints, air fresheners, cleaners and hairspray are asthma triggers

- Keep containers sealed.
- Remove unwanted products from the home.
- Store away from ventilation sources.

KEEP IT CLEAN

WHY?.....Dust mites feed on dust and are asthma triggers

- Keep clutter down.
- Clean carpets twice a year and vacuum frequently.
- If possible, avoid carpeting and have hard floors instead.
- Dust with a damp cloth.
- Use plastic mattress and pillow cases.
- Wash bedding in hot water every week.

KEEP IT DRY

WHY?.....Mold spores are asthma triggers

- Check for water stains and wet spots under windows, near doors and appliances, and around toilets, tubs and showers.
- Fix leaky plumbing or other sources of water.

KEEP IT PEST-FREE

WHY?.....Droppings or body parts of cockroaches and rodents are asthma triggers

- Store food in airtight containers.
- Clean-up crumbs and spills right away.
- Empty garbage often.
- Wash dishes right after eating.
- Don't leave food or water out overnight.
- Seal cracks or openings.
- If extermination is needed, use Integrated Pest Management approaches for a nontoxic alternative to traditional techniques.

KEEP IT SMOKE-FREE

WHY?.....Tobacco smoke is an asthma trigger

Smoke-free rental units will:

- Improve the health of all tenants, particularly those with asthma.
- Reduce the risk of fire.
- Lower maintenance costs such as cleaning drapes and carpets and repainting.

KEEP IT VENTILATED

WHY?.....Pollutants such as mold and tobacco smoke are asthma triggers and are found at higher levels indoors

- Check that the air conditioning and heat work properly.
- Change heating and air conditioning filters every six months.
- Make sure all windows open easily.
- Check that bath and kitchen fans ventilate outside.
- Run kitchen and bathroom exhaust fans at least twenty minutes when showering, cooking or using the dishwasher.

LEGAL RIGHTS & RESPONSIBILITIES

Landlord responsibilities:

- Make repairs necessary to comply with local housing codes and keep the premises safe.
- Keep in a reasonable state of repair portions of the premises which are maintained by the landlord.

Tenant responsibilities:

- Make routine minor repairs.
- Comply with maintenance and sanitation requirements imposed by local housing codes.

BENEFICIOS DE MANTENER UNA UNIDAD PARA ARRENDAR SALUDABLE

MAYOR DURABILIDAD-

Comprobar los peligros para la salud puede alertar a los arrendadores y arrendatarios sobre las primeras señales de aumento del desgaste natural de los sistemas de calefacción y aire acondicionado y otros daños estructurales no detectados.

REDUCCIÓN DE COSTOS-

Reemplazar o reparar los sistemas cuando los problemas son menores puede ahorrar dinero. Una pequeña filtración de agua se puede reparar rápidamente, pero si no se revisa, puede provocar problemas de moho, salud y costos.

MEJOR SALUD-

Las condiciones de la casa pueden causar y desencadenar asma y alergias. Puede que los arrendatarios no saludables falten al trabajo y dejen de pagar el arriendo.

REDUCCIÓN DE LA RESPONSABILIDAD

Abordar los posibles peligros para la salud puede reducir las probabilidades de costosas demandas e infracciones de códigos

SE MANTIENEN EL VALOR Y ATRACTIVO DE LA PROPIEDAD-

Las condiciones de vida más saludables pueden atraer más arrendatarios.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN:

- Centers for Disease Control and Prevention:
<http://www.cdc.gov/asthma/default.htm>
- Environmental Protection Agency:
<http://www.epa.gov/iaq/asthma.html>
- National Center for Healthy Living:
<http://www.centerforhealthyhousing.org/>
- Wisconsin Department of Health Services
<http://dhs.wisconsin.gov/eh/Asthma/index.htm>
- Children's Health Alliance of Wisconsin:
<http://www.chawisconsin.org/asthma.htm>

Referencias

Asthma Regional Council. Property Maintenance for a Healthy Home, 2006.

Department of Health Services. Burden of Asthma in Wisconsin, 2007.

Environmental Health Watch website:
www.ehw.org/Asthma/ASTH_Indoor_Control_Triggers.htm
Accessed, October 2007.

National Center for Healthy Homes. Essentials for Healthy Homes Practitioners Course, 2007.

United States Department of Housing and Urban Development. Help Your self to a Healthy Home, 2006.

Wisconsin Department of Agriculture, Trade and Consumer Protection website: <http://datcp.state.wi.us/cp/consumerinfo/cp/top-complaints/tenants.jsp>
Accessed, October 2007.

Developed by the
Wisconsin Department of Health Services
Division of Public Health

Bureau of Environmental & Occupational Health
P-45108S (11/08)

CONTROL DEL ASMA EN EL HOGAR:

GUÍA PARA ARRENDADORES Y ARRENDATARIOS



WISCONSIN
ASTHMA
COALITION
★ Children's Health
Alliance of Wisconsin

¿QUÉ ES EL ASMA?

Es una enfermedad pulmonar crónica que causa problemas respiratorios:

- las vías respiratorias se estrechan
- hay rigidez de los músculos que rodean las vías respiratorias
- se produce una mucosidad amarilla y espesa

Síntomas:

- silbidos al respirar
- dificultad para respirar
- presión en el pecho
- tos

El asma no se puede curar, pero se puede controlar usando los medicamentos adecuados y evitando los desencadenantes.

¿CUÁLES SON LOS DESENCADENANTES DEL ASMA?

- Ácaros del polvo
- Moho
- Mascotas
- Cucarachas
- Humo del tabaco
- Contaminación del aire

ESTADÍSTICAS DE WISCONSIN:

- Se ha diagnosticado asma a cerca del 13% de los niños y adultos.
- En el año 2000, la tasa general de visitas al Departamento de Emergencias a causa del asma fue de 41 por cada 10,000 personas.
- En el año 2005, la tasa de hospitalización fue de 10 por cada 10,000 personas.
- Estas cifras se pueden reducir manteniendo condiciones de vida más saludables dentro de su propio hogar y reduciendo el contacto con los desencadenantes del asma.

EVITE LOS CONTAMINANTES

¿POR QUÉ? Los contaminantes como pinturas, desodorantes ambientales, productos de limpieza y fijadores para el cabello son desencadenantes del asma.

- Mantenga los recipientes sellados.
- Elimine los productos que no se necesitan de la casa.
- Almacene lejos de las fuentes de ventilación.

MANTENGA EL LUGAR LIMPIO

¿POR QUÉ? Los ácaros del polvo se alimentan del polvo y son desencadenantes del asma.

- Elimine los obstáculos.
- Limpie las alfombras dos veces al año y aspírelas con frecuencia.
- De ser posible, evite las alfombras y en su lugar prefiera los pisos duros.
- Sacuda con un paño húmedo.
- Use cubrecolchones y fundas de almohadas de plástico.
- Lave la ropa de cama con agua caliente todas las semanas.

MANTENGA EL LUGAR SECO

¿POR QUÉ? Las esporas del moho son desencadenantes del asma.

- Revise las manchas de agua y los lugares húmedos bajo las ventanas, cerca de puertas y aparatos, y alrededor de inodoros, tinas y duchas.
- Repare las tuberías con filtraciones u otras fuentes de agua.

MANTENGA EL LUGAR LIBRE DE PLAGAS

¿POR QUÉ?... Los excrementos secos y los restos del cuerpo de cucarachas y roedores son desencadenantes del asma.

- Almacene los alimentos en recipientes herméticos.
- Limpie las migas y los derrames inmediatamente.
- Vacíe el contenedor de basura con frecuencia.
- Lave los platos inmediatamente después de comer.
- No deje alimentos o agua en el exterior durante la noche.
- Selle grietas o aberturas.
- Si es necesario hacer una exterminación, use un enfoque de control de plagas integrado como una alternativa no tóxica a las técnicas tradicionales.

MANTENGA EL LUGAR LIBRE DE HUMO

¿POR QUÉ? ... El humo del tabaco es un desencadenante del asma.

Las unidades para arrendar libres de humo:

- mejorarán la salud de todos los arrendatarios, en particular de aquéllos que sufren de asma;
- reducirán el riesgo de incendio;
- reducirán los costos de mantenimiento, como la limpieza de cortinas y alfombras y de volver a pintar.

MANTENGA EL LUGAR VENTILADO

¿POR QUÉ? ... Los contaminantes como el moho y el humo del tabaco son desencadenantes del asma y se encuentran en niveles altos en los interiores.

- Verifique que el aire acondicionado y la calefacción funcionen de forma adecuada.
- Cambie los filtros del aire acondicionado y la calefacción cada seis meses.
- Asegúrese de que todas las ventanas se abran con facilidad.
- Verifique que los ventiladores del baño y la cocina ventilen hacia el exterior.
- Haga funcionar los extractores de la cocina y el baño al menos veinte minutos cuando se duche, cocine o use el lavavajillas.

DERECHOS Y DEBERES LEGALES

Deberes del arrendador:

- Hacer las reparaciones necesarias para cumplir los códigos de vivienda locales y mantener las instalaciones seguras.
- Mantener en buenas condiciones las partes de las instalaciones cuyo mantenimiento es responsabilidad del arrendador.

Deberes del arrendatario:

- Hacer las reparaciones menores de rutina.
- Cumplir los requisitos de mantenimiento e higiene impuestos por los códigos de vivienda locales.

**NUJNQIS NTAWM
KEV TSWJ
CHAV TSEV XAUV
NYOB KOM TSIS MUAJ MOB**

UA KOM KAV NYOB NTEV--

Kuaj xyuas tej yam uas yuav ua rau muaj mob yuav qhia rau tus tswv tsev thiab tus xauv tsev paub ua ntej txog tej yam uas yuav puas tsis ntev tomntej xws li lub cua sov thiab cua txias thiab tej ntsa txheem lub tsev.

TXO NQI KHO--

Hloov lossis kho qhov puas thaum tseem me me yuav pab txuag tau nyiaj. Thaum dej paim me me kho tau yoojyim thiab kho tau sai, tiamsis yog tsi kuaj xyuas – yuav ua rau tuaj pwm, muaj mob thiab nqi yuav ntau.

UA KOM MUAJ KEV NOJ QAB NYOB ZOO--

Tej yam muaj nyob hauv vaj hauv tsev yuav ua rau muaj tau kabmob ua tsis taug pa thiab tej yam uas phiv. Tus neeg xauv tsev uas muaj mob yuav mus ua tsis tau haujlwm thiab yuav them tsis tau nqi xauv tsev txhua hli.

TXO TEEBMEEM KOM MUAJ TSAWG—

Xub npaj thiab kho tej uas yuav ua rau muaj mob muaj nkees yuav pab tau kom tsis raug plaub ntus thiab tsis poob nyiaj thiab txhaum kev cai vajtse.

UA RAU LUB TSEV MUAJ NQI THIAB NEEG NYIAM—

Lub tsev zoo thiab huvsu yuav ua rau muaj neeg xauv tsev xav nyob coob.

**YOG XAV PAUB
NTAU TSHAJ NTXIV:**

- Centers for Disease Control and Prevention:
<http://www.cdc.gov/asthma/default.htm>
- Environmental Protection Agency:
<http://www.epa.gov/iaq/asthma.html>
- National Center for Healthy Living:
<http://www.centerforhealthyhousing.org/>
- Wisconsin Department of Health Services:
<http://dhs.wisconsin.gov/eh/Asthma/index.htm>
- Children's Health Alliance of Wisconsin:
<http://www.chawisconsin.org/asthma.htm>

References

Asthma Regional Council. Property Maintenance for a Healthy Home, 2006.

Department of Health Services. Burden of Asthma in Wisconsin, 2007.

Environmental Health Watch website
www.ehw.org/Asthma/ASTH_Indoor_Control_Triggers.htm
Accessed, October 2007.

National Center for Healthy Homes. Essentials for Healthy Homes Practitioners Course, 2007.

United States Department of Housing and Urban Development. Help Your self to a Healthy Home, 2006.

Wisconsin Department of Agriculture, Trade and Consumer Protection website
<http://datcp.state.wi.us/cp/consumerinfo/cp/top-complaints/tenants.jsp>
Accessed, October 2007.

Developed by the
Wisconsin Department of Health Services
Division of Public Health
Bureau of Environmental and Occupational Health
P-45108H (11/08)

**KEV TSWJ KABMOB
NTSWS UA TSIS TAUG PA
(ASTHMA)
NYOB HAUV TSEV:**

**DAIM NTAUV QHIA RAU
COV TSWV TSEV THIAB
COV NEEG XAUJ TSEV**



WISCONSIN
ASTHMA
COALITION
★Children's Health
Alliance of Wisconsin

**IB NRAIS MUAG XYUAS KABMOB
NTSWS UA TSIS TAUG PA**

**KABMOB NTSWS UA TSIS TAUG PA YOG
DABTSIS?**

Yog ib yam kabmob ntsws uas ua rau muaj teebmeem ua pa:

- Cov qhov ua pa nkag mus los nqaim
- Cov nqaj puab ncig cov qhov ua pa ntsuj tuaj
- Muaj cov nusqais daj

Tej yam mob uas nthws los ntawm tus kabmob no:

- Hawb pob
- Txog siav lossis ua pa tsis txaus
- Hauv siab ceev ceev
- Noos

Kabmob ntsws ua tsis taug pa kho tsis tau, tiamsis yuav tswj tau los ntawm kev noj tshuaj thiab ceefvaj tej yam uas ua rau ua tsis taug pa.

**TEJ YAM YUAV UA RAU UA TSIS TAUG PA YOG
DABTSIS?**

- Moov pa plaus plav
- Tuaj pwm
- Tsiav yug
- Kab laum
- Pa luamyeeb
- Huabcua paug

KEV SOJNTSUAM NYOB WISCONSIN:

- Muaj li 13% ntawm cov menyuum thiab cov laus muaj kabmob ua tsis taug pa.
- Tagrho cov neeg tuaj cuag tsev khomob vim ua tsis taug pa xyoo 2000 muaj 41 tus neeg ntawm txhua txhia 1000 tus neeg.
- Cov neeg tuaj pw tsev khomob xyoo 2005 muaj 10 tus neeg ntawm txhua txhia 10,000 tus neeg.
- Cov neeg coob coob no yuav muaj tsawg tus yog tswj tau kev nyob hauv vaj hauv tsev kom huvsu thiab tswj tau tej ntshiab tsw uas ua rau ua tsis taug pas nyob hauv tsev.

**YUAV UA CAS TSWJ KABMOB NTSWS
UA TSIS TAUG PA TEJ YAM UAS UA RAU
UA TSIS TAUG PA..... NYOB HAUV TSEV**

**TSIS XOB NYOB ZE TEJ PA PAUG
VIM LI CAS?....*Tej pa paug xws li xim tsev, pa tshuaj
tsuag tsw qab, tshuaj tu tsev, tshuaj tsuag plaub hau – tej
no yog pa paug ua rau ua tsis taug pa***

- Kaw lub thauv/pooj kom tsuaj cia.
- Muab tej yam uas tsis siv lawm tsho tawm hauv tsev mus.
- Xob muab cia ze ntawm tej qhov cuaj ntsawj pa.

**TU TSEV KOM HUVSI
VIM LI CAS?..*Moov pa plaus plav ua rau ua tsis taug pa***

- Tsis xob cia khoom puv tsev txhua qhov chaw.
- Ntxhua daim kaspev ib xyoo ob zaug thiab nquag nqus tsev.
- Yog tau, tsis xob pua kaspev, pua ntoo xwb.
- Muab phuam/pam ntub dej so tej plaus plav.
- Pw cov txaj pw thiab hnab tos rau ncoo uas siv yas lossis ntaub lisloo ua.
- Siv dej kub ntxhua tej pam puas txaj txhua asthiv.

**TU TSEV KOM QHUA
VIM LI CAS?.. *Tej pa tuaj pwm ua rau ua tsis taug pa***

- Kuaj xyuas ntshig seb puas muaj dej noo los dej ntub qhov tws nyob hauv qab qhov rais, qhov rooj, tubyees rau nqais, qhov cub, thiab puag ncig lub chaw tso quaj, dab da dej thiab tus tso dej das.
- Kho kom tsis muaj dej nrog lossis txia qhov tws.

**TU TSEV KOM TSIS MUAJ KAB LAUM
VIM LI CAS?..... *Kab laum thiab tej khoom lwj ua rau ua
tsis taug pa***

- Cia tej khoomnoj rau tej chaw uas kaw tau tsis dim pa.
- Tu tamsim thaum ua khoom txej/poob hauv tsev.
- Nqa hnab kibnyiab mus pov tseg ntshuj ntshis.
- Ntxuav tais diav tomqab noj mov tag.
- Tsis xob cia zuab mov los dej nyob ib mo.
- Leem/txhaw tej qhov lossis kab tawg pleb kom nqawm.
- Yog siv tshuaj tua kablaum, siv (Integrated Pest Management approaches) tej kev tuaj tshuaj uas tsis tsw phem uas yuav ua mob.

**TU TSEV TSIS PUB MUAJ PA LUAMYEEB VIM
VIM LI CAS?..... *Pa luamyeeb ua rau ua tsis taug pa***

Chav tsev uas neeg nyob tsis muaj pa luamyeeb yuav ua:

- Rau cov neeg xauv tsev nyob tsis tshua muaj mob, tshwjxeeb yog cov uas muaj kabmob ua tsis taug pa.
- Ceev tau kom tsev tsis kub nyiab.
- Txo tus nqi uas yuav tau tu tej ntaub thaiv qhov rais, kaspev thiab zas xim tshiab.

**TU TSEV KOM MUAJ CUA TAWM NKAG MUS LOS
VIM LI CAS?..... *Tej pa paug xws li pa tuaj pwm thiab pa
luamyeeb ua rau ua tsis taug pa thiab feem ntau yog muaj
nyob hauv tsev***

- Kuaj xyuas lub cua txias thiab lub cua sov kom ua haujlwm zoo.
- Hloov cov ntshig uas lim cua ntawm lub cua txias thiab lub cua sov txhua txhia rau lub hli.
- Xyuas kom txhua lub qhov rais qhib tau mus los yoojyim.
- Kuaj xyuas kom tus kivcua ntsawj pas tawm hauv chav da dej thiab chav ua noj kiv tawm sab ntsaum zoov.
- Cia tus kivcua ntsawj pa hauv chav dej thiab chav ua noj kiv li 20 nasthis tomqab da dej lossis ua zaub mov thiab ntxuav tais diav tas.

TEJ KEV CAI & FEEM DEJNUM

Tswv tsev feem dejnum:

- Kho tsev kom raws li txoj cai hauv zos thiab kom lub tsev nyob thiab ib ncig tsis muaj teebmeem.
- Tus lub tsev thiab ib ncig uas yog feem ntawm tus tswv tsev ua tus tu.

Tus xauv tsev feem dejnum:

- Kho ntshig tej yam me me uas puas hauv tsev.
- Tu tsev thiab ib ncig tog vaj tog tsev huvsu lawv li txoj cai ntawm nomtswv txoj cai hauv zos.