

Abstrakt

Tato bakalářská práce se zabývá problematikou kvality vzduchu vnitřního prostředí. Cílem práce bylo zmapovat reálnou koncentraci CO_2 , teplotu a vlhkost během spánku. Monitoringu se zúčastnilo celkem 10 osob a výsledky poukazují na to, že nejen zkoumané veličiny ovlivňují kvalitu spánku. Zájem o tuto problematiku stále roste, protože více a více osob má zájem o zdravý životní styl. Nelze popřít, že kvalita spánku, která úzce souvisí s koncentrací CO_2 , hraje v životě lidí důležitou a nenahraditelnou roli.

Klíčová slova: mikroklima, vnitřní prostředí, kvalita vzduchu, koncentrace CO_2 , zdravé bydlení, větrání, vlhkost, spánek