

Valoa pimeyteen

Elämme parhaillaan pimeintä vuodenaikaa. Aamulla töihin lähtiessä on lähes pimeää, samoin kotiin palatessa. Katujen ja maanteiden musta asfaltti imee autojen valot näkymättömiin. Lumi, joka jo kertaalleen peitti maan valkoisella vaipallaan, katosi syyssateiden myötä. Saa nähdä, kuinka pitkään pysyvää lumipeitettä joudutaan odottelemaan. Moni puhuu kaamosväsymyksestä ja kaamosmasennuksesta, vaikkei Suomessa todellista kaamosta edes ole, pohjoisinta Lappia lukuun ottamatta.

Vierailin muutamia vuosia sitten Pohjois-Norjassa Jäämeren rannalla. Matka ajoittui lokakuun ja marraskuun vaihteeseen. Ajellessani päätin pitää tauon valottomalla tieosuudella. Silloin koin konkreettisesti, miltä tuntuu täydellinen pimeys. Kun sammutin auton valot, totesin, etten näe yhtään mitään. Autosta nouseminen ei auttanut asiaa. Pimeys oli niin läpitunkematon, että tuntui melkein kuin sitä olisi voinut kosketella käsin.

Norjalaiset eivät ole antaneet periksi kaamokselle. Hiljattain uutisoitiin Etelänorjalaiseen Rjukanin kylään asennetuista peileistä. Korkealle vuorenrinteelle asennetut peilit heijastavat auringon valoa laaksossa olevaan kylään. Peilien suuntausta ohjataan tietokoneella. Keksintö jatkaa valoisaa aikaa useita tunteja vuorokaudessa. Maailmalla on kehitelty muitakin mielikuvituksellisia ideoita. Jo 80-luvulla puhuttiin satelliittien käyttämisestä peileinä. Pari viikkoa sitten kuulin tutkimuksesta, jossa selvitettiin peilien asentamista kuuhan. Näitä odotellessa joudumme tyytymään keinovalon käyttöön.

Valon suhteen kaikki maapallon asukkaat eivät ole tasa-arvoisia. Yksi merkittävä syy kehitysmaiden matalaan elintasoon nimittäin on juuri keinovalon puute. Koulut ovat usein kaukana, eikä joukkoliikennettä ole. Lapset lähtevät kävelemään kouluun kun on vielä pimeää. Kotiin palatessa on taas pimeää. Ainoa valo on tulisijasta hehkuva hiillos tai kerosiinilamppu. Kerosiini on kuitenkin kallista. Sen hankkimiseen voi mennä viidesosa köyhän perheen tuloista. Valo on liian kallista käytettäväksi läksyjen tekoon. Niinpä kehitysmaiden lasten koulutustaso jää väkisin matalaksi. Auringonvalolla latautuvat LED-valaisimet voisivat tuoda ratkaisun tähän pulmaan, mutta niille on vaikea löytää maksajaa. Asian tärkeys aletaan kuitenkin vähitellen ymmärtää. Kerosiinin polttamisella on myös ympäristövaikutuksia, joita LED-tekniikkaan siirtyminen vähentäisi.

Meikäläisillä työpaikoilla taas näkee usein liian kirkkaasti valaistuja työpisteitä. Miten niin liian kirkkaasti, eikös jokainen saa itse päättää, millainen valaistustaso on sopiva? Tottahan toki. Kannattaa kuitenkin muistaa muutama fakta. Ihmisen silmä mukautuu vallitsevan valon mukaan. Liian voimakas työpisteen valaistus vaikeuttaa tietokoneen näytön näkemistä. Näytön kirkkauden joutuu säätämään maksimiinsa, jotta työpöydällä olevien papereiden ja näytön välinen kontrasti olisi sopiva. Tässä on kuitenkin riskinsä. Liian kirkas näyttö ja liian voimakkaasti valaistu työpiste nimittäin rasittavat silmiä. Ne voivat pahimmillaan aiheuttaa silmien kirvelyä, päänsärkyä, väsymystä ja unettomuutta.

Sopivan kirkkauden etsiminen ei ole vaikeaa. Jokaisessa näytössä on säätönupit tai painikkeet, jolla näyttöä voi säätää. Teepä seuraava testi: kun olet käynnistänyt tietokoneesi, säädä näytön kirkkaus sopivaksi silmillesi. Sytytä valot vasta sen jälkeen, jos todella tarvitset niitä nähdäksesi pöydällä olevat paperit tai näppäimistön painikkeet. Saatat huomata, ettet välttämättä tarvitse valoja lainkaan koko työpäivän aikana. Et ainakaan kaikkia, tai et ainakaan koko ajan.

Tämä koskee tietysti vain niitä, jotka pystyvät vaikuttamaan oman työpisteensä valaistukseen. Nykyaikainen yhteiseen tilaan perustuva työympäristö ei välttämättä salli valojen sytyttämistä tai sammuttamista oman tarpeen mukaan. Tässä asiassa tekniikka tulee avuksi. Nykyään on nimittäin saatavissa myös älynäyttöjä, jotka säätävät itse kirkkautensa ympäröivän valon mukaisesti. Älykkäät näytöt ovatkin ainoa oikea ratkaisu avotoimistoissa.

11. päivänä marraskuuta 2013, Esa Halmetoja

