



Foto: kozorog / Getty Images

06-07-2018 10:40 CEST

Dette rådet bør du følge i lynsesongen

Med sommeren kommer også lynsesongen, og det er viktig å ta noen forholdsregler. Ifølge tall fra Finans Norge, er det utbetalt [to milliarder kroner i erstatning etter lynnedslag](#) de siste ti årene. Juli og august er tradisjonelt de verste månedene.

Vi får ikke gjort så mye med selve lyn- og tordenværet. Men vi kan forsøke å redusere skadene ved et lynnedslag. Har du holdt deg til de samme rådene siden 90-tallet, trenger du ikke gi slipp på dem. Men du kan i det minste oppdatere beredskapen en smule.

Og spesielt én forholdsregel bør du ta – særlig hvis du bor i et hus bygget før 2010.

Rådet du bør følge

1. Få på plass et grovern

Et overspenningsvern, også kalt grovern, plasseres i hovedstrøminntak, hvert enkelt sikringskap eller boligblokkens hovedsikringskap.

Overspenningsvernet leder overspenninger til jord, før det gjør skade på elektriske installasjoner eller apparater. Fra 2010 ble det påbudt med overspenningsvern i alle nybygg, men ifølge landsforeningen NELFO, mangler dette i de fleste boliger bygget før påbudet. Det utgjør flere hundre tusen boliger!

Du får montert overspenningsvern for rundt 3000-4000 kroner – en relativt liten sum å betale, med tanke på at det sikrer flatskjermen, datamaskinen, dekoderen, hvitevarene og varmtvannsberederen.



Foto: [milehightraveler](#) / Getty Images

2. Ha dobbel sikring med finvern

Selv med et godt overspenningsvern, kan små restspenninger slippe gjennom og føres videre til følsomt elektronisk utstyr. Derfor kan det også være nødvendig med et såkalt finvern. Det kan for eksempel være en plugg du

setter rett i stikkontakten og deretter kobler utstyr eller apparater til.

Du trenger nok ikke et finvern for hver eneste stikkontakt – en liten leselampe kan du jo bare trekke ut. Men det kan lønne seg å sette inn en ekstra sikring i viktigere utstyr som kjøleskapet og varmtvannsberederen.

Disse rådene kan du oppdatere

3. Det er ikke farlig å snakke i telefonen

Dette var et viktig råd for 20 år siden, og du kan fortsatt ta skade hvis du snakker i en fasttelefon når lynet slår ned i boligen din. Men de aller fleste av oss har en mobiltelefon som ikke er koblet til veggen. Det er derfor trygt å snakke i mobilen – så fremt laderen ikke står i, vel å merke.

4. ... og det gjelder også TV-tittingen

Mange har kanskje vokst opp med at mor eller far satt en strek for TV-tittingen når uværet meldte seg. Men det er ikke farlig for deg å se på TV når det lyner. Flatskjermen din derimot, den er utsatt og kan fort bli ødelagt hvis du ikke trekker ut kontakten (eller sikrer den med et finvern). Heldigvis kan du trygt se film og serier på laptop, mobil eller nettbrett, selv når det lyner som verst ute.

Disse rådene bør du ikke gi slipp på

5. Drop badingen

Når lynet treffer vann, fordeles strøm på flere tusen ampere. Derfor bør du kanskje utsette badet til etter at uværet har lagt seg. Det gjelder også badekaret, da lynnedslaget kan følge vannledningene i boligen din.

6. Hold deg unna høye ting

Ikke søk ly under store trær, da det er større sjanse for at lynet slår ned i ting som stikker seg ut i landskapet. Det kan også gjelde masta på en båt. Er du til sjøs i lynvær, anbefaler eksperter at du legger deg ned i båten eller går ned i kabinen.



Foto: [nycshooter](#) / Getty Images

7. Ikke vær den høye tingen

Paraplyer og golfkøller kan gjøre at det faktisk er du som stikker deg ut i landskapet. De har også gjerne metalleder, og det er derfor litt større sjanse for at lynet treffer slike gjenstander. Og unngå åpne sletter – der kan du bli det høyeste punktet!

• Som Hafslund Strøm-kunde kan du forsikre deg mot lynnedslag og andre uforutsette hendelser med Trygg Hverdag. Får du strømskader i hjemmet etter et lynnedslag, dekker vi egenandelen din med inntil 5000,-!