

Наш дом – наша крепость?

Жилищная проблема — одна из наиболее острых проблем. Потребность в жилище является естественной для человека. Главным предназначением жилища всегда была и остается защита людей, его обустроенность и состояние определяет состояние здоровья человека. Объяснить это можно тем, что свыше 2/3 жизни человек проводит в жилых и общественных зданиях. По статистике человек 8 ч спит, 8 ч работает в учреждениях или на предприятиях, почти 6 ч занимается домашними делами, посещает театр, кино, смотрит телепередачи и лишь 2 ч проводит на свежем воздухе.

Комфортное жилище положительно влияет на здоровье населения, его трудоспособность и эмоциональное состояние, и, наоборот, жилище, не отвечающее гигиеническим требованиям, разрушает здоровье.

Что же это за условия и факторы, при которых жилье, главное предназначение которого состоит в охране человека от неблагоприятных воздействий, вдруг становится опасным для здоровья человека?

Все факторы, влияющие на человека в закрытых помещениях, по происхождению можно разделить на химические, физические и биологические.

- Химические факторы. В результате современных методов исследования в воздухе закрытых помещений установлена многокомпонентность химического загрязнения.

Во-первых, это антропоксины — токсические вещества, выделяемые самим человеком. Их насчитывают свыше 25. Количество указанных соединений в воздухе помещений зависит от продолжительности пребывания человека в помещении и эффективности работы вентиляционных систем, соблюдения режимов проветривания.

Во-вторых, это полициклические углеводороды, образующиеся от использования поверхностно-активных веществ (ПАВ) моющих средств; препараты бытовой химии — инсектициды, лаки, дезодоранты и др.

Важной остается проблема загрязнения помещений табачным дымом. Установлено, что в дыме сигарет содержится почти 4000 разных соединений. Особо опасны из них углерода оксид, синильная кислота, водорода цианид, 3,4-бензпирен, никотин и др. Известно, что во время курения 25% вредных веществ сгорает, 25% усваивается организмом курильщика, а 50% загрязняет воздух помещений. Пребывание в таком помещении в течение 1 ч равноценно выкуриванию 4 сигарет. У детей, подверженных влиянию продуктов курения, ухудшается функция легких. Они чаще болеют острыми респираторными вирусными инфекциями верхних дыхательных путей (ОРВИ) и ювенильными формами бронхиальной астмы. У 2/3 детей приступы бронхиальной астмы начинаются в то время, когда они дышат воздухом, содержащим дым. У детей старшего возраста повышается риск заболевания лейкемией и развития лимфомы.

В последнее время во многих странах мира большое внимание привлекают проблемы загрязнения воздуха помещений формальдегидом, хлорорганическими и другими соединениями, содержащимися в строительных материалах. Установлено, что лишь синтетические полимерные материалы, используемые в строительстве, выделяют свыше 40 соединений, являющихся аллергенами. Даже небольшие количества химических веществ, выделяющихся из полимерных материалов, могут вызвать нарушения в состоянии организма. Источником формальдегида в помещении могут быть древесно-стружечные материалы, полимерные материалы для облицовки пола, стен, декоративный слоистый пластик, декоративная фанера и др. Формальдегид также внесен в список вероятно канцерогенных веществ. Это хронический токсин, который отрицательно влияет на хромосомы половых и соматических клеток, обуславливая наследственную генетическую и хромосомную мутацию. Он действует на дыхательные пути, глаза, кожу, репродуктивные органы.

- Физические факторы.

Низкая температура помещений приводит к переохлаждению организма, способствуя увеличению количества случаев простудных заболеваний.

Низкая влажность воздуха помещений способствует росту заболеваемости верхних дыхательных путей, повышает ломкость волос, слущивание кожи, приводит к накоплению статического электричества.

Высокая влажность его, особенно зимой, создает условия для развития пылевых клещей, микроорганизмов, плесени.

Чрезмерное увлечение электробытовыми приборами способствует появлению в квартирах так называемого электросмога (высокий уровень электромагнитного поля отрицательно влияет на здоровье жителей). Электросmog — это не только головная боль, стресс, аллергия, бессонница, сердечная аритмия, но и несчастные случаи, катастрофы.

- Биологические факторы. К ним относятся патогенные микроорганизмы, яйца гельминтов, биопрепараты, комнатные грибы, пылевые клещи. Воздух жилища загрязняют домашние животные (собаки, коты, грызуны). Чешуйки кожи, шерсть, слюна и моча домашних животных выделяют аллергены. Споры и продукты разложения грибов могут вызвать аллергические болезни.

- К социальным условиям, которые влияют на состояние здоровья человека, относится, прежде всего, перенаселенность жилищ. В скученных, плохо проветриваемых жилых и общественных помещениях складываются наиболее благоприятные условия для заражения человека воздушно-капельными инфекциями. И чем больше перенаселено жилище, тем благоприятнее условия для заражения.

Экспериментально подтверждено, что наиболее чувствительны к жилищным условиям дети и люди пожилого возраста.

Продолжительное пребывание в помещениях, так называемый комнатный образ жизни, приводит к тому, что человек лишается тонизирующего и тренирующего влияния внешних климатических факторов. Люди, ведущие "комнатную жизнь", чувствительны к перепадам температур, часто простуживаются.

Открытое сжигание газа (при обогреве комнат, сушке белья) в несовершенных горелках может привести к хроническому карбоксикозу.

Как видно из вышеизложенного, жилище это целая система, и если пренебрежительно относится к его правильному использованию, он может нанести вред своему хозяину.

Чтобы Ваш дом служил Вашей крепостью от невзгод и болезней, защищал и оберегал примите во внимание следующие правила:

- не пренебрегайте элементарными правилами гигиены: почаще проветривайте помещения, своевременно проводите сухую и влажную уборку квартиры, не допускайте захламленности жилых помещений вещами;
- при проведении ремонтных работ используйте строительные и отделочные материалы имеющие документы, удостоверяющие их качество и безопасность;
- используйте помещения строго по назначению, не производите самовольной перепланировки помещений без разработки проектной документации;
- не осуществляйте сушку белья в жилых помещениях, а также обогрев помещений с использованием газового оборудования;
- регулярно очищайте решетки вентиляционных каналов от пыли, не допускайте их заклеивание;
- при решении вопроса о приобретении домашнего питомца, взвесьте все «за» и «против», реально оцените возможности Вашего жилого помещения для размещения и содержания приобретаемого животного;
- при выборе жилой комнаты для ребенка отдавайте предпочтение светлым, хорошо инсолируемым помещениям;

Заведующая отделением коммунальной гигиены
УЗ «МЗЦГЭ»

Воронова Оксана
Эдмундовна

Тел. 237496

Моб.тел. 8 033-6261565