

## **ЭКОЛОГИЯ И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА**

**Распопов И.С.,**

**Научный руководитель Романцова Н.Ф.**

*Лесосибирский педагогический институт*

Здоровье людей является основным богатством любого государства. Проблемы экологии окружающей среды интересны всем без исключения, в них сконцентрированы все острее вопросы повседневной жизни человека.

Известно, что любая среда оказывает мощное влияние на человека, формируя его облик, характер, поведение и состояние здоровья. Исследования врачей-гигиенистов показывают, что если все факторы, изменяющие уровень здоровья людей, принять за 100%, то их отношение будет следующим: нездоровый образ жизни (50%), наследственные (генетические) факторы (20%), загрязнение окружающей среды (19%), медицинские (9%) и другие факторы (2%). Рассмотрим вопрос о влиянии загрязнения окружающей среды на болезни человека.

Химические вещества, испарения, аллергены и другие вредные вещества всегда присутствуют в окружающей среде, иногда они могут стать причиной болезни. Необоснованная головная боль, тошнота и сыпь после переезда в новый дом могут вызвать токсины, которые находятся в доме, на рабочем месте и общественных местах. Например:

- Головная боль может появляться вследствие действия окиси углерода, который исходит от неисправной печки. Во время использования камина может создаться обратная тяга газа, что также может вызвать головную боль. Устранение неисправности избавит от головной боли.
- Строительные материалы (изоляционный материал, древесностружечные плиты, клей для ковровых покрытий) могут выделять формальдегид, который вызывает тошноту и сыпь. Также бумага, которой покрывают поверхность сухой штукатурки, создает благоприятные условия для развития плесени, контакт с которой может вызвать респираторные проблемы, симптомы аллергии, и спровоцировать приступы астмы.

Вредное воздействие окружающей среды может стать причиной многих медицинских проблем. Объективная оценка среды, в которой вы работаете, живете и проводите досуг, может помочь выяснить причины многих заболеваний.

Короткий или длительный контакт с вредными химикатами, аллергенами, атмосферными выбросами и другими токсинами может стать причиной заболевания. Известно, что химические вещества, которые находятся в сигаретах, могут вызвать рак. Асбест, изоляционный материал, который использовался в старых постройках, может стать причиной опухоли тканей грудной клетки и брюшной полости, рака легких и других заболеваний. Использование дровяной печи или газовой плиты с плохой вентиляцией может вызвать респираторные заболевания. Употребление воды из сельского колодца, который загрязнен пестицидами и отходами из ближайшего завода, может стать причиной раковых и неврологических заболеваний. Вдыхание спор плесени, которая находится в строительных материалах, может вызвать респираторные заболевания или усугубить астму. Симптомы зависят от причин заболевания. Основные симптомы – это головная боль, кашель, усталость и тошнота. В некоторых случаях признаки болезни не проявляются в течение многих лет до тех пор, пока заболевание не прогрессирует. С другой стороны контакт может вызвать резкую аллергическую реакцию, также как и контакт с бытовыми клещами, тараканами, пылью и

домашними животными вызывает приступ астмы. Или же симптомы могут проявляться постепенно и становиться более острыми через некоторое время после контакта.

Для некоторых людей пребывание в помещении с плохим качеством воздуха может стать причиной головной боли, кашля, сонливости, усталости и тошноты. Появление таких симптомов можно объяснить плохой вентиляцией и воздействием паров очищающих средств и сигаретного дыма. Новые дома или ковровое покрытие может выделять формальдегид, который, как известно, вызывает такие симптомы, как тошноту, респираторные проблемы, сухость или воспаление кожи, раздражение глаз. В доме могут быть бактерии, плесень или вирусы, которые оседают на отопительных и вентиляционных системах, коврах, кровельных и изоляционных материалах, что может вызвать повышение температуры, озноб, боль, кашель и другие респираторные заболевания. Симптомы болезней, вызываемых загрязнением окружающей среды, очень трудно определить и можно спутать с другими заболеваниями. Если вы считаете, что токсины могут быть причиной проблем с вашим здоровьем, обсудите этот вопрос с врачом.

Врач не сможет определить то, что заболевание вызывают токсины до тех пор, пока симптомы не будут появляться в определенном месте в определенное время и для того, чтобы поставить диагноз, нужен врач. Например, если вы будете наблюдать за симптомами, то можете заметить, что вы чувствуете себя вялым и пассивным в течение рабочей недели, а не на выходных или каникулах. Причиной вашего заболевания может быть плохое качество воздуха в помещении, что часто называют «синдромом больного дома». Симптомы могут исчезать, как только вы покидаете среду, которая вызывает слабость, например, недавно отремонтированную комнату или офис. Но до тех пор, пока вы не обсудите с врачом все проявления симптомов, он не сможет выяснить их причину.

Присутствие на стенах дома или рабочего места солевых пятен (белые, порошкообразные или кристаллические вещества, которые выступают на поверхности бетона, пластика или каменной кладки) свидетельствуют о накоплении плесени или влаги, которая может стать причиной появления плесени. Другой эффективный способ определения плесени – это анализ проб воздуха, который могут сделать профессионалы.

Очень часто выяснить загадочные причины болезни не так просто. Причиной серьезных заболеваний могут стать события, которые произошли десятилетия тому назад. Возможно, в прошлом вы проживали не далеко от места хранения вредных отходов или ваша работа была связана с ремонтом старых домов, и вы вдыхали волокна асбеста. Перед посещением доктора вспомните свое прошлое, виды работы, места проживания и деятельность.

Врач может определить болезни, вызываемые загрязнением окружающей среды, только после изучения истории пациента, а это целый ряд вопросов о месте проживания, работе, привычках, деятельности, стиле жизни, семье и других сферах. Ответы на эти вопросы помогут определить химикаты или другие вредные вещества, которые когда-либо влияли на ваш организм, и решить, потребуются ли вам специфические анализы.