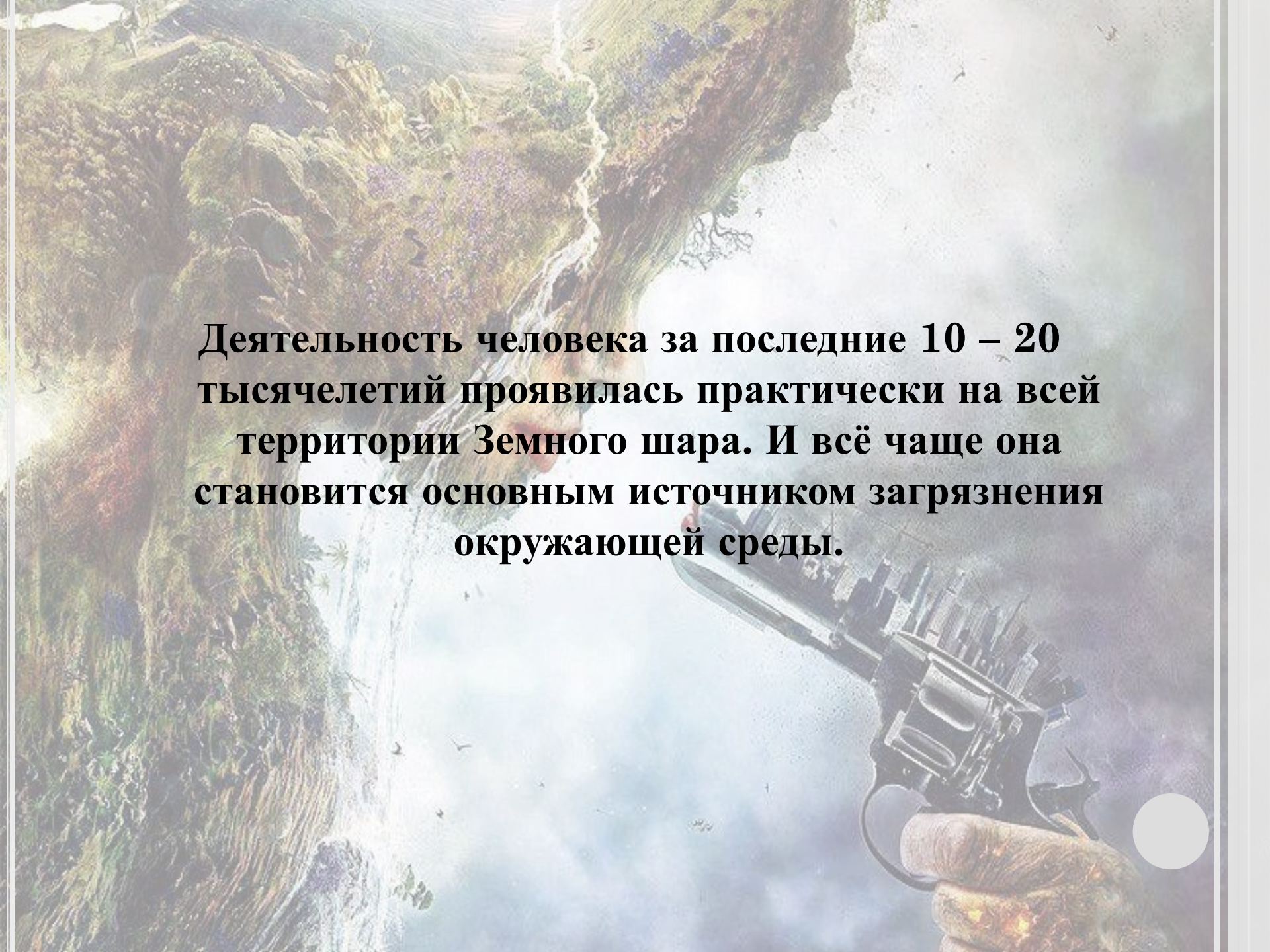


# **ВЛИЯНИЕ ЗАГРЯЗНЕНИЙ НА ОКРУЖАЮЩУЮ СРЕДУ И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА.**



The image is a composite. The left side shows a lush, green landscape with a waterfall and a path. The right side shows a city skyline with a large, dark, cylindrical object (possibly a train or a tunnel) in the foreground. A hand is holding a handgun in the bottom right corner. The text is overlaid on the center of the image.

**Деятельность человека за последние 10 – 20 тысячелетий проявилась практически на всей территории Земного шара. И всё чаще она становится основным источником загрязнения окружающей среды.**

- Из-за загрязнения окружающей среды происходит **снижение плодородия почв, деградация и опустынивание земель, гибель растительного и животного мира, ухудшение качества атмосферного воздуха, поверхностных и подземных вод.** В совокупности это приводит к **исчезновению с лица Земли целых экосистем и биологических видов, ухудшению здоровья населения и уменьшению продолжительности жизни людей.**



- Около 85 % всех заболеваний современного человека связано с неблагоприятными условиями окружающей среды, возникающими по его же вине. Падает здоровье людей, появились ранее неизвестные заболевания, причины которых бывает очень трудно установить. Многие болезни стали излечиваться труднее, чем раньше.



- Наличие в воздухе соединений серы ускоряет процесс коррозии металлов, разрушение зданий, сооружений, памятников истории, культуры, искусства, ухудшает качество промышленных изделий и материалов.



- После взрывов атомных бомб и атомных электростанций началось загрязнение радиоактивными веществами. У человека радиоактивное излучение вызывает лучевую болезнь и ведет к появлению наследственных заболеваний.



# ВОЗДУХ

- ❑ Отрицательное воздействие на здоровье и окружающую среду оказывают промышленные предприятия, расположенные на территории города вблизи жилых районов. Они являются мощными источниками выбросов вредных веществ в атмосферу.
- ❑ Общее количество смертей, связанных с воздействием загрязненного воздуха как в помещениях, так и в атмосфере, достигает 7 миллионов в год.
- ❑ По данным Международного агентства по изучению рака, загрязнение воздуха является главной причиной возникновения онкологических заболеваний.



- В результате хозяйственной деятельности человека в атмосфере отмечают наличие различных твердых и газообразных веществ. Поступающие в атмосферу оксиды углерода, серы, азота, углеводороды, соединения свинца, пыль, оказывают различное токсическое воздействие на организм человека.





- Содержащиеся в атмосфере вредные вещества воздействуют на человеческий организм при контакте с поверхностью кожи или слизистой оболочкой. Наряду с органами дыхания загрязнители поражают органы зрения и обоняния. Загрязненный воздух раздражает большей частью дыхательные пути, вызывая бронхит, астму, ухудшается общее состояние здоровья человека: появляются головные боли, тошнота, чувство слабости, снижается или теряется трудоспособность. Установлено, что такие отходы производства, как хром, никель бериллий, асбест, многие ядохимикаты вызывают раковые заболевания.



# ВОДА

- ❑ Негативное влияние на здоровье человека оказывает **питьевая вода**. Болезни, передаваемые через загрязненную воду, вызывают ухудшение состояния здоровья, и гибель огромного числа людей. Особенно загрязненными бывают открытые источники воды. Существует не мало случаев, когда загрязненные источники воды стали причиной эпидемий холеры, брюшного тифа, дизентерии, которые передаются человеку в результате загрязнения водных бассейнов болезнетворными микроорганизмами, вирусами.



- Качество воды в большинстве сибирских рек не отвечает нормативным требованиям, соответствуя четвёртому классу качества: "грязная". Обь, Иртыш, Енисей загрязняются, в основном, сточными водами крупных промышленных предприятий и объектов ЖКХ, в которых присутствуют нефтепродукты, фенолы, соединения азота, меди. Главным источником водопотребления населения Кузбасса являются воды бассейна реки Томь.
- Исследования показали, что использование воды в качестве питьевой поступающей через водопроводы, приводит население к сердечно-сосудистым и почечным патологиям, заболеваниям печени, желчевыводящих путей и желудочно-кишечного тракта.



# ПОЧВА

Источниками загрязнения **почвы** служат сельскохозяйственные и промышленные предприятия, а также жилые здания. При этом от промышленных и сельскохозяйственных объектов в почву поступают **химические** (в том числе и весьма вредные для здоровья: свинец, ртуть, мышьяк и их соединения), а также **органические соединения**. Из почвы вредные вещества и болезнетворные бактерии могут проникнуть в грунтовые воды, которые могут поглощаться из почвы растениями, а затем через молоко и мясо попадать в организм человека. Через почву передаются такие заболевания, как сибирская язва и столбняк.



- Ежегодно городом накапливается на окружающих территориях около 3,5 млн. т. твердых и концентрированных отходов примерно следующего состава: зола и шлаки, твёрдые остатки из общей канализации, древесные отходы, твердые бытовые отходы, строительный мусор, автопокрышки, бумага, текстиль, образуя городские свалки. Десятки лет они накапливают отбросы, беспрестанно горят, отравляя воздух.



- Очень высок уровень промышленных шумов. Постоянное воздействие сильного шума может привести к снижению слуховой чувствительности, и вызвать другие вредные последствия - звон в ушах, головокружение, головную боль, повышение усталости, снижению иммунитета, способствует развитию гипертонии, ишемической болезни сердца и других заболеваний. Нарушения в организме человека из-за шума становятся заметными лишь с течением времени. Шум мешает нормальному отдыху и восстановлению сил, нарушает сон. Систематическое недосыпание и бессонница ведут к тяжелым нервным расстройствам. Поэтому защите сна от шумовых раздражителей должно уделяться большое внимание.



# КАК ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА ВЛИЯЕТ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Главные факторы:

1. Климат.
2. Загрязнение воздуха и воды промышленными предприятиями.
3. Качество питания.
4. Состав атмосферного воздуха.



# КЛИМАТИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ

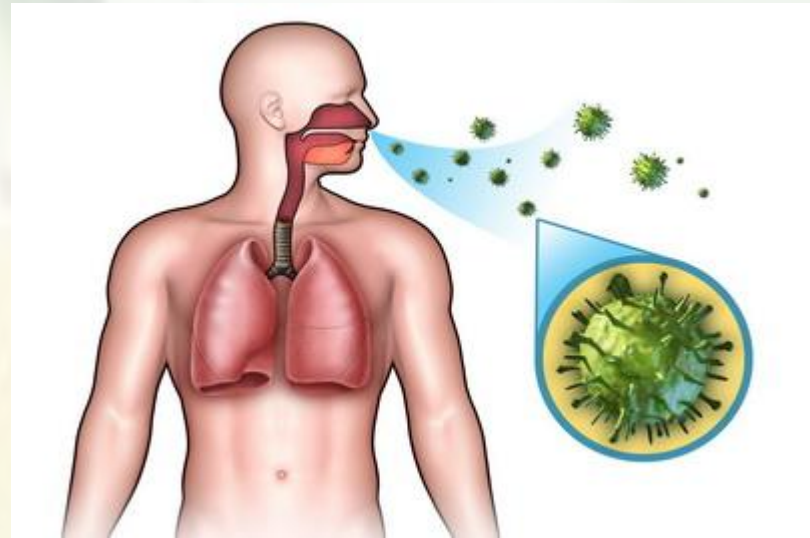
- Влияние на самочувствие оказывают погодные условия. Такие факторы среды как: изменение атмосферного давления, влажности воздуха, электромагнитного поля планеты, осадки в виде дождя или снега, перемещения атмосферных фронтов, циклоны, порывы ветра тоже приводят к изменению самочувствия. Они могут вызывать головные боли, обострение заболеваний суставов, перепады артериального давления. Но человек здоровый, то в его организме быстро произойдет сонстройка с новыми условиями и неприятные ощущения обойдут его стороной. У больного или ослабленного человеческого организма нарушена способность быстро настраиваться на перемены погоды, поэтому он страдает от общего недомогания и болевых ощущений.





# ХИМИЧЕСКИЕ И БИОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ

- Техногенная деятельность людей приводит к увеличению выбросов в окружающую среду отходов производства. Воздействие токсичных веществ может вызвать тошноту, кашель, головокружение. Если же они регулярно попадают внутрь, то возможно развитие хронического отравления.
- Биологическими факторами являются постоянно присутствующие в окружающей среде бесчисленные вирусы, бактерии, паразиты.



# ПИТАНИЕ

Поступление питательных веществ, необходимых для нормальной жизнедеятельности происходит из внешней среды. От качества и количества пищи во многом зависит здоровье организма. Медицинские исследования показали, что для оптимального протекания физиологических процессов необходимым условием является рациональное полноценное питание. Организм ежедневно нуждается в определенном количестве белковых соединений, углеводов, жиров, микроэлементов и витаминов. В случае, когда питание неполноценное, нерациональное — возникают условия для развития заболеваний сердечно — сосудистой системы, пищеварительных каналов, нарушение обменных процессов.

Употребление ГМО и продуктов, вмещающих повышенные концентрации вредных веществ, приводит к ухудшению общего состояния здоровья и развитию широкого спектра заболеваний.



# Воздух

За последние несколько тысяч лет состав воздуха изменился. В частности в нем все время уменьшается количество углекислого газа. Этот процесс начался с момента появления растительности на земле. На данный момент количество углекислого газа в атмосфере — всего 0,03%. Клеткам человека для нормальной жизнедеятельности необходимо 7% углекислого газа и 2% кислорода.

Поскольку в атмосфере такого количества углекислоты нет, его меньше нормы почти в 250 раз, а количество кислорода в атмосфере в 10 раз больше — 20%, то нужно повышать содержание углекислоты в крови самостоятельно методом Бутейко (метод волевой ликвидации глубокого дыхания). Ведь за последние 30-40 лет глубина дыхания человека увеличилась на 30%, количество углекислоты в крови мизерное. Свободная пауза задержки дыхания уменьшилась. Откуда и масса все новых болезней.



СОХРАНИ  
МИР  
ВОКРУГ  
СЕБЯ

