

«Воздух и здоровье»

Все знают о том, что чем чище воздух, тем продолжительнее жизнь человека. Основными источниками загрязнителей воздуха являются вредные производства (химические, металлургические, алюминиевые, медеплавильные, ЦБК); производство ЖБИ, керамики, асфальтобетона, кирпича; выхлопные газы транспортных средств и др.

При сжигании любого мусора, топлива (дерево, уголь, нефть) образуются ядовитые и радиоактивные вещества. Наибольшее количество ядов образуется при холостом ходе двигателя, во время разгона и торможения транспортных средств. В выхлопных газах содержатся высокотоксичные вещества – бензопирен, диоксиды и др. Около 4 тыс. соединений, 50 из которых вызывают рак, содержатся в табачном дыму. Курение табака ежегодно в мире убивает 2 млн. человек.

Пыль концентрирует на себе все вредные вещества, находящиеся в воздухе, способствует развитию микробов и является одной из причин отравления организма и возникновения различных заболеваний.

Для борьбы с пылью необходима уборка в помещениях, мытье улиц и снегоочистка. Наиболее эффективно очистка воздуха от загрязнителей осуществляется растениями: охрана зеленых растений – это охрана вашего здоровья. Наибольшая способность очистки воздуха от пыли – у тополя, клена, ивы, черемухи. Лиственные деревья сильнее улавливают пыль, чем хвойные.

Источники загрязнения внутриквартирного воздуха – отопительные системы, ковровые покрытия, полимерные стройматериалы, мебель из ДСП, снижающие иммунитет и вызывающие аллергические реакции. Синтетические ткани и материалы выделяют в воздух незаполимеризовавшиеся продукты исходного синтеза: стабилизаторы, катализаторы, антистатик, как правило, токсичные вещества. По возможности используйте не синтетические ткани, а природный материал. Чаще проветривайте помещение.

Сохраняя свое здоровье, старайтесь отдыхать и проводить свое свободное время на свежем воздухе подальше от дорог, в лесных массивах, у водоемов. Вдыхая чистый воздух, вы тем самым сохраняете свое здоровье.