

# Гигиена жилища

- Гигиена жилища - раздел гигиены, предметом изучения которого являются жилищные условия и их влияние на здоровье человека. Жилищные условия имеют большое значение для сохранения здоровья человека и его работоспособности. Поэтому необходимо, чтобы каждое жилое помещение отвечало определенным санитарно-гигиеническим требованиям. В квартире должно быть светло, сухо, тепло и достаточно просторно. Для этого нужно правильно строить новые дома. В местных организациях по сельскому строительству имеются рекомендуемые проекты жилых домов, отвечающих гигиеническим требованиям.



# Как обеспечить гигиену жилища

- Прежде всего надо постараться, чтобы не занесли грязь в жилые комнаты со двора
- все ненужное вещи в повседневном ношении, следует хранить в кладовой или нежилом помещении
- Полы следует мыть не реже чем 1—2 раза в неделю. Вытирать влажной тряпкой пыль



# Основные требования:

- обеспечение необходимого объёма чистого воздуха;
- создание в жилище зоны комфорта - оптимального для организма сочетания температуры, влажности и скорости движения воздуха;
- обеспечение наиболее благоприятного освещения и максимально возможной звукоизоляции от шумов извне;
- повсеместное поддержание чистоты;
- соблюдение личной гигиены.

