

The background is a light blue gradient with several realistic water droplets of various sizes scattered across it. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance. The text is centered in the middle of the image.

ГИГИЕНА ЖИЛИЩА

- **ГИГИЕНА ЖИЛИЩА** - РАЗДЕЛ ГИГИЕНЫ, ПРЕДМЕТОМ ИЗУЧЕНИЯ КОТОРОГО ЯВЛЯЮТСЯ ЖИЛИЩНЫЕ УСЛОВИЯ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА.
- **ОСНОВНЫЕ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ, ПРЕДЪЯВЛЯЕМЫЕ К ЖИЛИЩУ:**

ОБЕСПЕЧЕНИЕ НЕОБХОДИМОГО ОБЪЕМА ЧИСТОГО ВОЗДУХА

СОЗДАНИЕ В ЖИЛИЩЕ Т. Н. ЗОНЫ КОМФОРТА
ОБЕСПЕЧЕНИЕ СОЧЕТАНИЯ ТЕМПЕРАТУРЫ И СКОРОСТИ
ДВИЖЕНИЯ ВОЗДУХА;

ОБЕСПЕЧЕНИЕ НАИБОЛЕЕ БЛАГОПРИЯТНЫХ УСЛОВИЙ
МАКСИМАЛЬНО ВОЗМОЖНОЙ ЗАЩИТЫ ОТ ШУМА И ВИБРАЦИИ

ПОВСЕДЕЙНОЕ ПОДДЕРЖАНИЕ ЧИСТОТЫ

СОБЛЮЖДЕНИЕ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ.



- БЛАГОПРИЯТНАЯ ВОЗДУШНАЯ СРЕДА В ЖИЛИЩЕ СОЗДАЁТСЯ ПОСРЕДСТВОМ ВОЗДУХООБМЕНА, ПРИ КОТОРОМ ЗАГРЯЗНЁННЫЙ ВОЗДУХ ЗАМЕЩАЕТСЯ БОЛЕЕ ЧИСТЫМ. ВОЗДУХООБМЕН МОЖЕТ БЫТЬ ЕСТЕСТВЕННЫМ И ИСКУССТВЕННЫМ.
- ЕСТЕСТВЕННЫЙ ВОЗДУХООБМЕН ОБЕСПЕЧИВАЕТСЯ ПРОВЕТРИВАНИЕМ (ВЕНТИЛЯЦИЕЙ) ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЙ. ДЛЯ ПРОВЕТРИВАНИЯ ИСПОЛЬЗУЮТ ОТКРЫВАЮЩИЕСЯ ФОРТОЧКИ И ФРАМУГИ ОКОН, ЧЕРЕЗ КОТОРЫЕ НАРУЖНЫЙ ВОЗДУХ ПОПАДАЕТ В ПОМЕЩЕНИЕ, ГДЕ НАГРЕВАЕТСЯ ДО НУЖНОЙ ТЕМПЕРАТУРЫ.
- ИСКУССТВЕННАЯ, ИЛИ ПРИНУДИТЕЛЬНАЯ, ВЕНТИЛЯЦИЯ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ПРИ ПОМОЩИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИХ ВЕНТИЛЯТОРОВ И МОЖЕТ БЫТЬ В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ ЛИБО ВЫТЯЖНОЙ (ТОЛЬКО ДЛЯ УДАЛЕНИЯ ВОЗДУХА ИЗ ПОМЕЩЕНИЯ), ЛИБО ПРИТОЧНОЙ (ТОЛЬКО ПОДАЮЩЕЙ ВОЗДУХ В ПОМЕЩЕНИЕ), ЛИБО ПРИТОЧНО-ВЫТЯЖНОЙ (ОДНОВРЕМЕННО ПОДАЮЩЕЙ ВОЗДУХ В ПОМЕЩЕНИЕ И УДАЛЯЮЩЕЙ ЕГО). НАИБОЛЕЕ СОВЕРШЕННЫЙ ВИД ИСКУССТВЕННОЙ ВЕНТИЛЯЦИИ - КОНДИЦИОНИРОВАНИЕ ВОЗДУХА С ПОМОЩЬЮ КОНДИЦИОНЕРОВ.

- МИНИМАЛЬНЫЕ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НОРМЫ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ НОРМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВЕЩЕНИЯ В ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ, - 50- 100 ЛК. ПРИ ЕСТЕСТВЕННОМ ОСВЕЩЕНИИ ОСВЕЩЁННОСТЬ ПОМЕЩЕНИЯ ЗАВИСИТ КАК ОТ ВРЕМЕНИ СУТОК И ГОДА, ГЕОГРАФИЧЕСКОЙ ШИРОТЫ МЕСТНОСТИ, СОСТОЯНИЯ АТМОСФЕРЫ, ТАК И ОТ РАЗМЕРОВ ОКОН, ИХ РАСПОЛОЖЕНИЯ, ЗАПЫЛЁННОСТИ СТЕКЛА И Т. Д.
- ИСКУССТВЕННОЕ ОСВЕЩЕНИЕ ДОЛЖНО СОЗДАВАТЬ РАВНОМЕРНУЮ И ДОСТАТОЧНУЮ ОСВЕЩЁННОСТЬ В ПОЛЕ ЗРЕНИЯ, ОБЕСПЕЧИВАЯ ДОСТАТОЧНУЮ ЯРКОСТЬ ОКРУЖАЮЩИХ ПРЕДМЕТОВ (ВКЛЮЧАЯ ПОВЕРХНОСТИ СТЕН И ПОТОЛКА).

- СОБЛЮДЕНИЕ ЧИСТОТЫ НЕОБХОДИМО ДЛЯ УНИЧТОЖЕНИЯ МИКРОБОВ, ПЛЕСЕНИ И КЛЕЩЕЙ, КОТОРЫЕ МОГУТ ВЫЗВАТЬ РАЗЛИЧНЫЕ БОЛЕЗНИ.
- ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА ЖИЛИЩА ПРЕДПОЛАГАЕТ ЕЖЕДНЕВНУЮ УБОРКУ ВО ВСЕМ ДОМЕ. И ДЕЙСТВИТЕЛЬНО, ПРОЩЕ ПРИУЧИТЬ СЕБЯ ПОСТОЯННО ПОДДЕРЖИВАТЬ ПОРЯДОК В ДОМЕ, НЕЖЕЛИ ТРАТИТЬ ВСЕ ВЫХОДНЫЕ НА ГЕНЕРАЛЬНУЮ УБОРКУ. ВСЕГДА РАСКЛАДЫВАЙТЕ ВЕЩИ ПО МЕСТАМ ПОСЛЕ ТОГО, КАК ВЫ ИХ ИСПОЛЬЗОВАЛИ. КАЖДЫЙ ДЕНЬ НЕОБХОДИМО ОЧИЩАТЬ НАПОЛЬНОЕ ПОКРЫТИЕ. ВЫБЕРИТЕ ДЛЯ СЕБЯ НАИБОЛЕЕ УДОБНЫЙ СПОСОБ: ПЫЛЕСОС, МЫТЬЕ ИЛИ ПОДМЕТАНИЕ. НО В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ ВЛАЖНАЯ УБОРКА ДОЛЖНА ПРОВОДИТЬСЯ НЕ РЕЖЕ 1-2 РАЗ В НЕДЕЛЮ. ЧЕРЕЗ ДЕНЬ СЛЕДУЕТ ПРОТИРАТЬ ОТКРЫТЫЕ ПОЛКИ.
- НЕ РЕЖЕ ЧЕМ РАЗ В НЕДЕЛЮ МЕНЯЙТЕ ГУБКИ ДЛЯ ПОСУДЫ, ТРЯПОЧКИ ДЛЯ ПРОТИРАНИЯ ПОВЕРХНОСТЕЙ И ПОЛОТЕНЦА. ЕЖЕДНЕВНО ВСЕ ЭТИ ПРИСПОСОБЛЕНИЯ НЕОБХОДИМО ТЩАТЕЛЬНО ПРОСУШИВАТЬ. ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ ПРОСМАТРИВАЙТЕ ВСЮ ИМЕЮЩУЮСЯ ПОСУДУ И УТЕПЬ. БЕЗ ЖАЛОСТИ ВЫБРАСЫВАЙТЕ ПРЕДМЕТЫ, НА КОТОРЫХ ЕСТЬ СКОЛЫ. ТРЕЩИНА НА ПОСУДЕ ПОТЕНЦИАЛЬНО ОПАСНА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, ТАК КАК В ТРЕЩИНАХ НА НЕЕ РАЗНОЖАЮТСЯ БАКТЕРИИ.
- ОТ ХРАНЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ И РЕГУЛЯРНО ПРОВЕРЯЙТЕ ИХ СРОКИ ГОДАШНОСТИ. ДЛЯ ПОДБОРА МУСОРНОГО ВЕДРА С КРЫШКОЙ, ВЫБРАСЫВАЙТЕ МУСОР ПОСЛЕ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ ЧАСТИЧКИ ЖИРА ОСЕДАЮТ НА ВСЕЙ ПОВЕРХНОСТИ. ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ МОЙТЕ ФАСАДЫ И ВНУТРЕННИЕ ПОЛКИ МЕБЕЛИ, СТЕНЫ, ПОЛЫ С ПОМОЩЬЮ ПЫЛЕСОСА ИЛИ ДРУГОЙ ТЕХНИКИ.

