ВЛИЯНИЕ ВЛАЖНОСТИ ВОЗДУХА В ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Митрофанова М.В., Синкевич Е.В.

УО «Гродненский государственный медицинский университет», Беларусь

Актуальность. На сегодняшний день с уверенностью можно сказать, что экологической комфортности места, где человек проводит большую часть своего времени, уделяется очень мало внимания. Несоблюдение элементарных правил и установленных нормативными документами микроклиматических условий негативно сказывается на работоспособности человека и состоянии его здоровья. Влажность – это мера, характеризующая содержание водяных паров в воздухе, которая может быть абсолютной и относительной. Оптимальный уровень влажности, при которой человек чувствует себя наиболее комфортно ≈50-60%. Воздух, относительная влажность которого ниже 20%, оценивается как сухой, от 71 до 80% – как умеренно влажный и более 80% – как сильно влажный. Между тем, летом в сухую погоду она редко превышает 40%, а зимой падает до 10-15%. Было обнаружено, что частота невыходов на работу или респираторных инфекций ниже среди людей, работающих или живущих в среде со средней по сравнению с низкой или высокой относительной влажностью. Так же наиболее актуальной проблемой сейчас является распространение коронавирусной инфекции. Изменение уровня влажности в помещениях может снизить риск передачи вирусов, в том числе и коронавируса.

Цель. Выявить степень информированности студентов о влиянии показателей относительной влажности воздуха помещений на здоровье и оценить уровень влажности в квартире по ряду симптомов, имеющихся у студентов.

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось методом социологического опроса с применением специально разработанной анкеты. Группой респондентов являлись 50 студентов Гродненского государственного медицинского университета в возрасте 18-24 лет.

Результаты и их обсуждение. По результатам опроса выявлено, что только 30% опрошенных знают оптимальный уровень относительной влажности, нормируемый для жилых помещений. По ряду симптомов и признаков, на основании которых можно судить о повышенной или пониженной влажности воздуха в квартире были получены следующие результаты (можно было выбрать несколько вариантов ответов): 30% респондентов отмечают наличие заложенности носа, 26% - сухость и трещины на губах, 22% - ощущение сухости слизистой оболочки глаз, 20% опрошенных указали на дискомфорт при ношении контактных линз, 44% - на ощущение сухости во рту после сна, 10% участников анкетирования жалуются

на частое покашливание, 18% - на электризацию волос, а 6% указали на подсыхание листвы комнатных растений по краям. Все эти признаки говорят о снижении влажности воздуха в помещении. Признаки, указывающие на избыточную влажность воздуха: рост плесени на стенах и деформация, «разбухание» мебели (2%), скопление конденсата на окнах (8%), были отмечены значительно меньшим количеством респондентов. При обобщении всех полученных при опросе данных можно сделать вывод о том, что у 56% респондентов наблюдается снижение оптимального уровня влажности воздуха в квартире, у 8% опрошенных - повышенная влажность воздуха и 36% не наблюдали никаких вышеперечисленных признаков, что может судить об оптимальной влажности воздуха. Несмотря на то, что 82% респондента знают о последствиях сниженной или повышенной влажности воздуха на здоровье человека, лишь 8% из них используют увлажнитель воздуха и контролируют влажность в помещении с помощью гигрометра.

Выводы. К сожалению, более чем половина опрошенных (64%) имеют достоверные признаки неблагополучия по показателям относительной влажности воздуха в квартире, при этом у 56% выявлены симптомы сухого воздуха. Проведенный опрос показал недостаточный уровень информированности молодых людей по вопросам методов контроля уровня относительной влажности воздуха в квартире и необходимости поддержания показателя в диапазоне нормируемых величин для профилактики негативного влияния его на состояние здоровья населения, что требует активизации профилактической работы в данном направлении.

Литература:

1. Метельская А.П., Казакова Е.А, «Влияние относительной влажности на здоровье и работоспособность человека, г. Минск, БНТУ, с. 125-126.

2. Артемьева Я.А., Ленкова Е.И., «Оптимальные условия для жизнедеятельности организма человека. Значение влажности воздуха для человека». International Journal of applied and fundamental research №11 (4), 2016, с. 125-126.