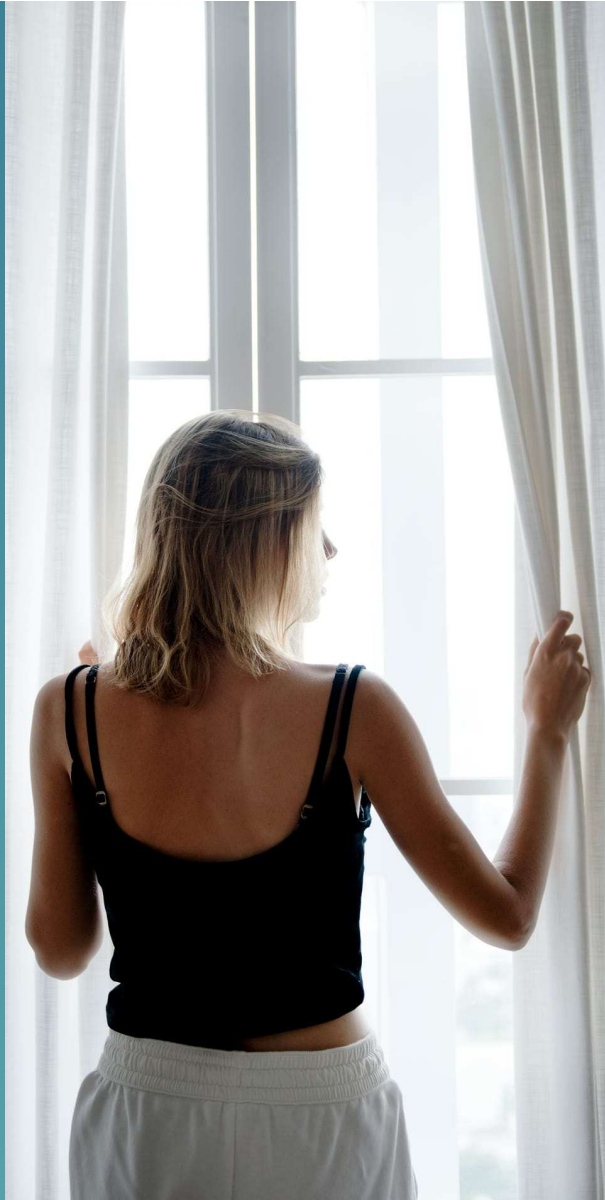


ФБУЗ "Центр гигиенического
образования населения"
Роспотребнадзора

Воздух жилых помещений

#ВсемСанПросвет



Воздух в помещении

Химический состав воздуха в жилом помещении формируется за счет веществ, поступающих из атмосферного воздуха, и соединений, образующихся непосредственно внутри помещения.

При этом уровень загрязненности внутреннего воздуха чаще всего оказывается в разы выше, чем в окружающей среде.

#ВсеСанПромсвет



Строительные и отделочные материалы

Строительные и отделочные материалы — **одни из основных** загрязнителей воздуха в помещениях.

Из них могут выделяться различные летучие соединения — например, формальдегид, фенол, стирол, бензол, толуол и другие.

Эти вещества способны раздражать слизистые оболочки верхних дыхательных путей, вызывать аллергические реакции, головную боль, головокружение, слабость.



#ВсемСанПросвет



Жизнедеятельность человека

С выдыхаемым воздухом и телесными выделениями в воздушное пространство поступает более 400 летучих соединений — продуктов обмена веществ.

Если человек курит непосредственно в жилом помещении, ситуация существенно усугубляется.

Курение

Вместе с табачным дымом в воздух выделяется свыше тысячи химических веществ, многие из которых токсичны или канцерогенны.

Среди них — формальдегид, акролеин, угарный газ, фенол, бензол и другие соединения. Это не только ухудшает качество воздуха, но и создает угрозу для здоровья всех находящихся в помещении (пассивное курение).

#ВсеСанПросвет





Приготовление пищи

При высокотемпературной обработке жиров (жарка, перегрев масел) в воздух выделяется акролеин. Это токсичное вещество способно раздражать дыхательные пути, вызывать головную боль, тошноту и другие симптомы.

В случае неполного сгорания бытового газа могут выделяться угарный газ, оксид азота, формальдегид и другие соединения.

#ВсеСанПросвет

Бытовая химия

Избыточное применение чистящих, моющих средств и другой бытовой химии может привести к повышению в воздухе соединений хлора, аммиака, формальдегида, бензола и других летучих соединений.

#ВсеСанПросвет





Биологические загрязнители

Тараканы, микроскопические клещи и другие насекомые становятся источником частиц хитина, экскрементов и фрагментов тел в составе домашней пыли. Споры плесневых грибов, а также перхоть (чешуйки кожи) и шерсть домашних животных — всё это формирует биологическое загрязнение воздуха.

Многие биологические загрязнители — сильные аллергены.

#ВсеСанПромет

Что делать?

- ▶ Регулярно проветривайте
- ▶ Соблюдайте температурный режим
- ▶ Проводите влажную уборку
- ▶ Выбирайте качественные строительные и отделочные материалы, мебель.
- ▶ Разумно используйте бытовую химию
- ▶ Откажитесь от курения

#ВсемСанПромсвет

ФБУЗ "Центр гигиенического образования населения"
Роспотребнадзора



Больше
о здоровом
образе жизни
здесь