

Правила безопасного поведения
при неблагоприятных
экологических условиях.

Загрязнение ВОДЫ:



Загрязнение ПОЧВЫ:



Загрязнение воздуха:



Неблагоприятная экологическая обстановка это — загрязнённая окружающая среда, вызванная деятельностью человека и отрицательно влияющая на его здоровье.

- Мутагены — это физические и химические факторы, вызывающие наследственные изменения — мутации.
- Свободные радикалы — это активные соединения кислорода, молекулы со свободным электроном, обладающие повышенной способностью к взаимодействию с другими молекулами.

Свободные радикалы – это очень активные молекулы, у которых есть свободное место для электронов, и это место они стремятся заполнить, отняв электрон у других молекул.

Ферменты – это вещества, без которых невозможно течение множества процессов в организме. На самом деле, ферменты принимают участие не только в переваривании пищи, но и в работе центральной нервной системы, в процессах роста новых клеток.

Правила поведения в не совсем благоприятных условиях:

Первое направление — расширения возможностей вашего организма противостоять различным опасным для здоровья веществам и факторам окружающей среды, которое можно достичь за счёт увеличения в различных пределах в ежедневном пищевом рационе продуктов, содержащих витамины А,С,Е.

- Второе направление — это желание каждого человека внести посильный вклад в сохранение окружающей природной среды.
- Третье направление — это умение в повседневной жизни избегать мест, где концентрация вредных веществ превышает установленные нормы.

- Если ваш дом находится рядом с территорией промышленных объектов, то для того чтобы проветрить помещение, необходимо учитывать направление ветра. Если ветер дует от промышленной зоны, окна лучше держать открытыми.

- Не стоит ходить пешком вдоль автомобильных магистралей с интенсивным движением транспорта, особенно если ветер дует со стороны автомагистрали.

- Для прогулок и занятий физической культурой лучше выбирать место в парке.

Купаться можно только в установленных

Спасибо за внимание!