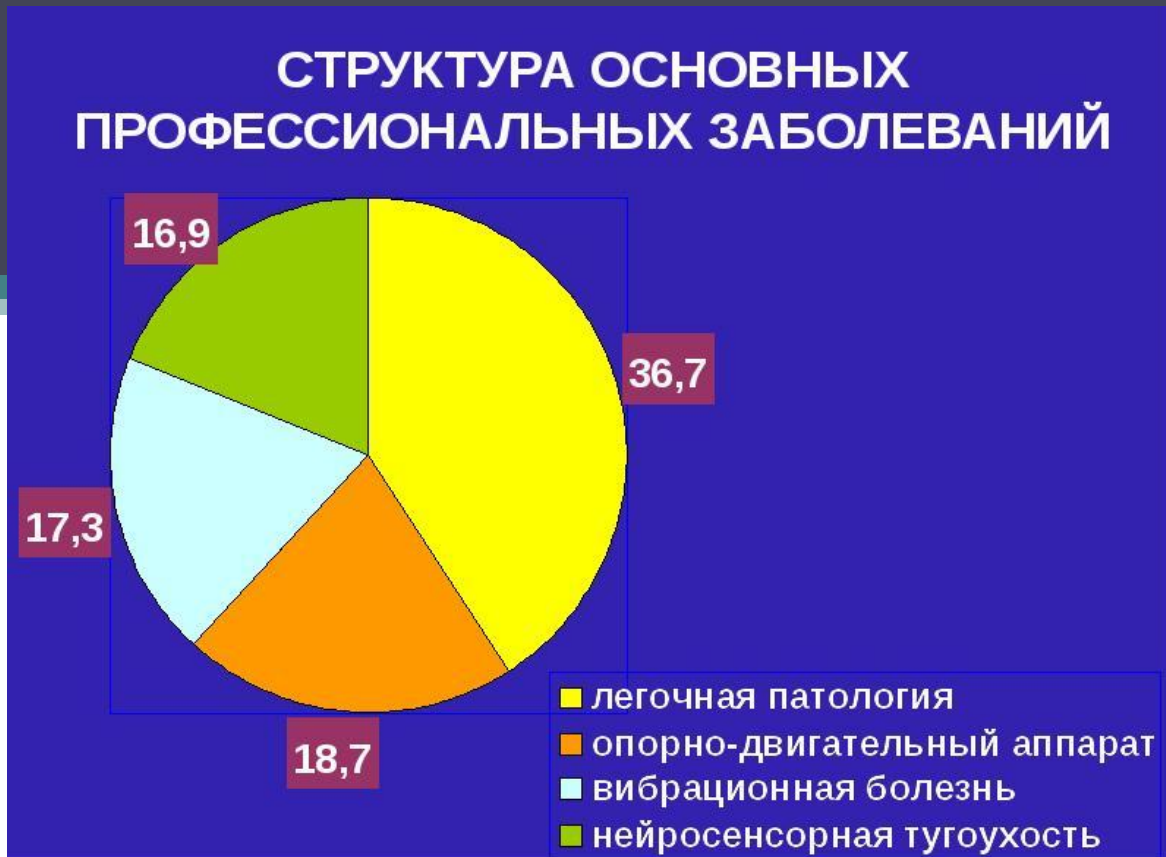


Профилактика возникновения профессиональных заболеваний.



Гусейнова Лейла
2к4

- В процессе трудовой деятельности на работающего воздействуют факторы производственной среды и трудового процесса, которые могут оказать негативное влияние на здоровье. Не представляет сомнений и тот факт, что полное исключение из производственной среды неблагоприятных факторов невозможно. Это практически невозможно даже в тех производствах, где внедрены передовая технология процесса, современное оборудование и для которых высокая культура производства, отличное медицинское обслуживание. И тем более это недостижимо на отечественных предприятиях в условиях экономического кризиса, отсталой технологии и устаревшего оборудования. В связи с этим остро встаёт вопрос по профилактике профессиональных и профессионально обусловленных заболеваний.
- Профилактика профессиональных и профессионально обусловленных заболеваний - система мер медицинского (санитарно-эпидемиологического, санитарно-гигиенического, лечебно-профилактического и т. д.) и немедицинского (государственного, общественного, экономического, правового, экологического и др.) характера, направленных на предупреждение несчастных случаев на производстве, снижение риска развития отклонений в состоянии здоровья работников, предотвращение или замедление прогрессирования заболеваний, уменьшение неблагоприятных последствий. Развитие многих профессиональных заболеваний и профессионально обусловленных заболеваний зависит от комплексного взаимодействия повреждающих факторов и от качества трудовой жизни. Все работники должны приобретать гигиенические знания и навыки, выполнять нормы и требования, обеспечивающие безопасность труда.

КАКОВЫ ЖЕ ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ?



- несоблюдение правил техники безопасности,
- использование несовершенных технологий, машин и механизмов,
- отсутствие средств индивидуальной защиты,
- несовершенство и неисправность вентиляционных систем.
- использование тяжелого физического труда. К сожалению, высвобождение работающих из опасных и вредных производств ведется крайне медленно.
- многие работающие, стремясь сохранить высокооплачиваемую работу, не предъявляют активных жалоб на медосмотрах;
- работодатели не заинтересованы в качественном проведении медосмотров и охране труда, считая, что всегда найдут себе новых здоровых работников;
- на предприятиях малого бизнеса, а также самозанятые люди вообще не проходят медосмотров,



- **Система профилактики профессиональных заболеваний и профессионально обусловленных заболеваний.** Общественная профилактика - создание здоровых и безопасных условий труда и быта на производстве, на рабочем месте. Медицинская профилактика - комплекс мер, реализуемых через систему здравоохранения, в т. ч.:
- - разработка и реализация государственной политики по охране труда и здоровья работников;
- - соблюдение гигиенических нормативов и регламентов, обеспечивающих безопасность производственных процессов;
- - предварительные (при поступлении на работу) и профилактические (периодические) медицинские осмотры с учетом общих противопоказаний, индивидуальной чувствительности, прогностических рисков развития заболеваний;
- - нормализация санитарно-гигиенических и психофизиологических условий труда;
- - рациональное использование средств коллективной защиты и средств индивидуальной защиты;
- - проведение диспансерного наблюдения и оздоровления;
- - внедрение принципа защиты временем (контрактная система);
- - совершенствование лечебно-профилактической, экспертной и реабилитационной медицинской помощи пострадавшим на производстве;
- - обучение администрации и работников организаций (предприятий) основам медицинских знаний, способам сохранения здоровья на рабочем месте;
- Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) выделяет 3 вида профилактики заболеваний: первичную, вторичную и третичную. Термин "первичная профилактика" обозначает профилактику факторов риска среди здорового населения, "вторичная профилактика" - профилактика развития заболеваний при наличии факторов риска, "третичная профилактика" - профилактика прогрессирования заболеваний во избежание инвалидности и преждевременной смерти. В здравоохранении РФ принято выделять только 2 вида профилактики - первичную и вторичную.

- **Первичная профилактика** направлена на изучение и снижение влияния факторов риска, предупреждение развития заболеваний - общих для всего населения, отдельных профессиональных, стажевых и возрастных групп и индивидуумов.
- *Профилактические меры:*
- - экологический и социально-гигиенический мониторинг условий труда и состояния здоровья работников;
- - снижение влияния общих и профессиональных повреждающих факторов на организм работника (улучшение качества атмосферного воздуха, питьевой воды, структуры и качества питания, условий труда, условий быта и отдыха и др.);
- - формирование здорового образа жизни, в т. ч.: создание постоянно действующей информационно-пропагандистской системы, направленной на повышение уровня знаний всех категорий работников о влиянии негативных факторов на здоровье и возможностях уменьшения этого влияния (развитие системы школ общественного здравоохранения и др. форм образования);
- - санитарно-гигиеническое воспитание;
- - снижение потребления табачных изделий и алкоголя, профилактика наркомании;
- - привлечение работников к занятиям физической культурой, туризмом и спортом, повышение доступности этих видов оздоровления;
- - предупреждение развития соматических и психических заболеваний, травматизма;
- - медицинские обследования с целью снижения влияния вредных факторов риска, раннего выявления и предупреждения развития заболеваний;
- - иммунопрофилактика различных групп работников;

- **Вторичная профилактика** направлена на предупреждение обострений и хронизации заболеваний, ограничений жизнедеятельности и работоспособности, снижения общей и профессиональной трудоспособности, что может привести к инвалидности и преждевременной смерти.
- *Профилактические меры:*
 - - целевое санитарно-гигиеническое воспитание, в т. ч. индивидуальное и групповое консультирование работников, обучение пациентов и членов их семей знаниям и навыкам, связанным с конкретным заболеванием или группой заболеваний;
 - - диспансерные медицинские осмотры с целью оценки состояния здоровья, определения оздоровительных и лечебных мероприятий;
 - - курсы профилактического лечения и целевого оздоровления, в т. ч. лечебного питания, лечебной физкультуры, медицинского массажа, санаторно-курортного лечения;
 - - медико-психологическая адаптация к изменению ситуации в состоянии здоровья, формирование правильного восприятия изменившихся возможностей и потребностей организма;
 - - уменьшение влияния факторов экологического и профессионального риска;
 - - сохранение остаточной трудоспособности и возможности адаптации в профессиональной и социальной среде, создание условий для оптимального обеспечения жизнедеятельности пострадавших от несчастных случаев и заболеваний на производстве.
- По данным ВОЗ, свыше 100000 химических веществ и 200 биологических факторов, около 50 физических и почти 20 эргономических условий, видов физических нагрузок, множество психологических и социальных проблем могут быть вредными факторами и повышать риск несчастных случаев, болезней или стресс-реакций, вызывать неудовлетворенность трудом и нарушать благополучие, а, следовательно, отражаться на здоровье. Большинство этих проблем могут и должны быть решены как в интересах здоровья и благополучия работающих, так и в интересах экономики и производительности труда.

Общие меры профилактики

Профилактика профессиональных заболеваний – это система различных мер, которые направлены на снижение риска профзаболеваний, замедление развития уже существующей болезни, уменьшение опасности травматизма на производстве.

Профилактика заболеваний на предприятии включает в себя такие мероприятия:

- Регулярные профосмотры и медицинские обследования.
- Соблюдение нормативов и правил безопасности труда.
- Соблюдение санитарно-гигиенических норм.
- Снижение негативного влияния производственных факторов (тщательное проветривание помещений, улучшение качества питания и питьевой воды).
- Применение индивидуальных мер защиты в условиях опасного производства.
- Профилактика профессиональных заболеваний также включает в себя соблюдение здорового образа жизни, то есть снижение употребления алкоголя, табачных изделий.
- Регулярные занятия спортом, а также занятия лечебной профилактической гимнастикой.
- Повышение доступности различных оздоровительных мероприятий (спорта, походов, туризма).

Профилактика профессиональных заболеваний.

Для сохранения здоровья и предупреждения профессиональных заболеваний необходимо:

- ❑ Правильно чередовать периоды умственного и физического труда;
- ❑ Делать краткие перерывы во время работы, позволяющие снять усталость;
- ❑ Отводить на сон не менее 8 часов в сутки;
- ❑ Рационально питаться (пища должна обеспечивать организм человека жирами, белками, углеводами, минеральными солями и витаминами);
- ❑ В процессе работы время от времени нужно менять рабочую позу;
- ❑ Перед принятием пищи нужно мыть руки с мылом тёплой водой;
- ❑ После рабочего дня необходимо вымыть тело тёплой водой с мылом (принять душ).
- ❑ В повседневной жизни нужно регулярно заниматься физической культурой и закаливанием;
- ❑ Не курить, не употреблять спиртные напитки (в том числе пиво) и наркотики.