

Оглавление

ПРЕДИСЛОВИЕ	4
Глава 1. ПРЕДМЕТ И ЗАДАЧИ ГИГИЕНЫ. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ГИГИЕНЕ	5
Методы исследования, применяемые в гигиене	6
Методы оценки эффективности санитарно-гигиенических мероприятий	11
Глава 2. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ГИГИЕНЫ	12
Развитие гигиенических знаний в Древнем мире	12
Гигиенические знания в период феодализма	13
Гигиена в период развития капитализма	14
Развитие гигиены в России	14
Основные этапы развития гигиенической науки и практики в Советский период	20
Глава 3. ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ И ЗДОРОВЬЕ НАСЕЛЕНИЯ	30
Характеристика экспозиции факторов окружающей среды	40
Методы диагностики состояния здоровья населения	43
Диагностика связи между воздействием факторов окружающей среды и состоянием здоровья населения	50
Элементы гигиенической диагностики в практической работе врача лечебного профиля	57
Некоторые заболевания, связанные с воздействием факторов окружающей среды	58
Воздействие полихлорированных бифенилов	61
Диоксиновая интоксикация	62
Воздействие на репродуктивную функцию	70
Канцерогенные факторы окружающей среды	71

Глава 4. ГИГИЕНА ВОЗДУШНОЙ СРЕДЫ	76
Гигиеническое значение физических свойств воздуха	79
Комплексное действие воздушной среды на организм	83
Влияние на организм атмосферного давления	85
Электрическое состояние воздушной среды	87
Химический состав воздуха, его влияние на организм	92
Другие составные части воздуха и естественные примеси	96
Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье населения и санитарные условия жизни в городах	100
Влияние загрязнения атмосферного воздуха на санитарные условия жизни населения	103
Гигиеническая характеристика воздушной среды закрытых помещений	104
Солнечная радиация и ее гигиеническое значение	105

Глава 5. ГИГИЕНА ВОДЫ.	
ВОДОСНАБЖЕНИЕ НАСЕЛЕННЫХ МЕСТ	111
Значение воды для человека	113
Эпидемиологическое значение воды	116
Запасы воды на Земле и пути уменьшения «водного голода»	124
Виды источников водоснабжения и их санитарно-гигиеническая характеристика	127
Источники загрязнения, санитарное состояние и охрана водоемов	133
Основные принципы выбора источника хозяйственно-питьевого водоснабжения	140
Гигиенические требования к качеству питьевой воды	144
Гигиеническая характеристика систем хозяйственно-питьевого водоснабжения. Методы повышения качества воды	150
Гигиеническая характеристика централизованного водоснабжения из подземных источников	150
Централизованное водоснабжение из поверхностных источников	152
Принципы и методы повышения качества воды	152
Методы очистки воды	152
Методы обеззараживания воды	155
Специальные методы повышения качества питьевой воды	159
Гигиенические особенности устройства водопроводной сети	160
Гигиеническая характеристика нецентрализованного водоснабжения	160
Профилактика заболеваний, связанных с изменением солевого состава воды	162
Значение природного минерального состава воды	164
Заболевания, обусловленные необычным минеральным составом природных вод	165

Глава 6. ГИГИЕНА ПОЧВЫ И САНИТАРНАЯ ОЧИСТКА НАСЕЛЕННЫХ МЕСТ	176
Гигиеническое значение состава и свойств почвы	176
Геохимическое и токсикологическое значение почвы	179
Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы	189
Санитарная охрана почвы	192
Гигиенические основы очистки населенных мест	193
Санитарно-эпидемиологическое значение жидких и твердых отходов	194
Гигиенические требования к очистке населенных мест (сбор, транспортировка, хранение и обезвреживание отходов)	195
Глава 7. КЛИМАТИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА	197
Глава 8. ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА	221
Процессы пищеварения и гомеостаз	221
Значение пищевых веществ в обеспечении жизнедеятельности организма	222
Роль белков в питании человека	222
Роль жиров в питании человека	223
Роль углеводов в питании человека	223
Значение витаминов в питании человека	224
Значение минеральных веществ в питании человека	228
Рациональное питание	230
Особенности рационального питания различных групп населения	231
Питание детей и подростков	231
Питание пожилых людей и долгожителей	233
Питание беременных и кормящих матерей	235
Питание работников умственного труда	238
Питание спортсменов	239
Особенности питания в районах высоких широт с экстремальными климатическими условиями	241
Питание в условиях жаркого климата	241
Рациональное питание населения, проживающего на территориях с повышенным уровнем радиационного воздействия	243
Пищевой статус как показатель здоровья	244
Методология оценки пищевого статуса	245
Клинические симптомы витаминной недостаточности	246
Антропометрические показатели адекватности питания	248
Биохимические критерии адекватности питания	248

Заболевания, обусловленные недостаточным питанием	250
Белково-энергетическая недостаточность	251
Гипо- и авитаминозные состояния	252
Болезни, обусловленные нарушениями поступления микроэлементов	256
Недостаточность пищевых волокон	261
Болезни избыточного питания	261
Рациональное питание в профилактике рака	264
Пищевая и биологическая ценность пищевых продуктов	266
Мясо, мясные продукты, птица и яйца	267
Молоко и молочные продукты	268
Рыба, рыбные продукты и другие продукты моря	269
Хлебобулочные и мукомольно-крупяные изделия	270
Сахар и кондитерские изделия	270
Овощи, бахчевые, плоды, ягоды и продукты их переработки	270
Жировые продукты	271
Напитки и продукты брожения	272
Безопасность пищевых продуктов	272
Пищевые инфекции	272
Пищевые отравления	273
Пищевые отравления микробной этиологии и их профилактика	274
Пищевые отравления немикробной этиологии	278
Пищевые добавки, классификация, требования к применению в производстве пищевых продуктов	281
Гигиенические основы организации лечебного питания	283
Лечебно-профилактическое питание	285

Глава 9. ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ КРУПНЫХ ГОРОДОВ	286
Особенности формирования городской среды	288
Особенности атмосферного воздуха в промышленных городах	288
Микроклимат города	289
Шум и профилактика его вредного воздействия	291
Проблема водоснабжения крупных городов	293
Вопросы санитарной очистки городов	293
Основные вопросы гигиены села	294
Состояние здоровья городского и сельского населения	295
Основные мероприятия по оздоровлению окружающей среды в городе и на селе	297
Гигиена жилых зданий	299
Состояние воздушной среды жилых помещений	304

Селитебная территория	307
Принципы застройки	307
Коммунально-бытовое обслуживание населения	308

Глава 10. НАУЧНЫЕ ОСНОВЫ ГИГИЕНИЧЕСКОГО НОРМИРОВАНИЯ ФАКТОРОВ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

309

Гигиеническое нормирование химических веществ в атмосферном воздухе населенных мест	324
Нормирование химических веществ в воздухе рабочей зоны	332
Гигиеническое нормирование химических веществ в водной среде	337
Гигиеническое регламентирование химических веществ в почве	342
Гигиеническое нормирование химических веществ в продуктах питания	344
Гигиеническое нормирование физических факторов окружающей среды	345

Глава 11. ГИГИЕНА ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ

360

Больничная гигиена	360
Основные структурные подразделения больницы	376
Особенности планировочных решений специализированных отделений больниц	384
Особенности планировки инфекционных отделений	387
Особенности профессиональной деятельности врачей различных специальностей	393
Особенности условий труда врачей-рентгенологов и радиологов	394
Принципы защиты при работе с радиоактивными веществами и источниками ионизирующих излучений	404
Радиационная безопасность медицинского персонала при использовании закрытых радиоактивных источников в рентгенодиагностике и лучевой терапии	406
Радиационная безопасность в рентгенодиагностических кабинетах	406
Радиационная безопасность при дистанционной гамма-терапии и терапии с помощью излучения высоких энергий	408
Радиационная безопасность при внутрисполостной, внутритканевой и аппликационной лучевой терапии с помощью закрытых радиоактивных источников	410
Радиационная безопасность при аппликационной лучевой терапии	411
Принципы защиты при работе с открытыми радиоактивными источниками	412
Особенности профессиональной деятельности анестезиологов, хирургов, акушеров-гинекологов	419
Водоснабжение и очистка больниц	422

Гигиенические аспекты использования полимерных материалов в медицине	423
Общие сведения о синтетических полимерных материалах	423
Гигиеническая оценка полимерных материалов	425
Гигиеническая характеристика полимерных материалов медицинского назначения	428
Глава 12. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ	433
Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков	439
Общие закономерности роста и морфологические особенности растущего организма	439
Изучение здоровья и физического развития детей и подростков	442
Акселерация физического развития	450
Гигиенические проблемы школьной зрелости и профессиональной ориентации	452
Гигиенические основы учебно-воспитательного процесса	454
Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских учреждений	458
Глава 13. ГИГИЕНА ТРУДА И ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ РАБОТАЮЩИХ	462
Гигиена труда	462
Организация лечебно-профилактической помощи рабочим промышленных предприятий	464
Условия труда, профессиональные заболевания и их профилактика	467
Физиология труда	483
Промышленная токсикология	494
Гигиеническая характеристика основных вредных производственных факторов	499
Органические растворители	499
Токсичные газообразные вещества	502
Оксид углерода	502
Сернистый газ	503
Оксиды азота (нитрогазы)	504
Металлы и их соединения	505
Свинец	505
Ртуть	508
Марганец	511
Хром	511
Бериллий	512

Производственная пыль	514
Механические колебания	518
Производственный шум	518
Ультразвук	521
Инфразвук	522
Производственная вибрация	522
Канцерогенные вещества	525
Производственный травматизм и охрана труда	526
Оздоровительные мероприятия на промышленных предприятиях	527
Законодательные и административные мероприятия	527
Организационные мероприятия	528
Технологические мероприятия	530
Санитарно-технические мероприятия	531
Естественная вентиляция	531
Механическая вентиляция	532
Средства индивидуальной защиты	535
Лечебно-профилактические мероприятия	537
Медико-санитарное обслуживание сельскохозяйственных рабочих	544
Вопросы гигиены труда сельскохозяйственных рабочих-механизаторов	544
Вопросы гигиены труда при работе в животноводческих хозяйствах	546
Гигиена труда при работе с пестицидами и минеральными удобрениями	549
Меры профилактики отравлений при работе с пестицидами	552

Глава 14. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И ВОПРОСЫ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ	554
Гигиена кожи	556
Гигиена одежды и обуви	558
Основы личной гигиены студента	571

ТЕСТЫ	576
--------------------	------------