

Гринберг С.И., Самылкин А.А.
**ИТОГИ ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ОЦЕНКИ ИСКУССТВЕННОЙ
ОСВЕЩЁННОСТИ В ПАРИКМАХЕРСКОЙ В 2018-2020 ГОДАХ**

Кафедра гигиены и профессиональных болезней.
Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

Grinberg S.I., Samylkin A.A.
**RESULTS OF THE HYGIENIC PRICE OF ARTIFICIAL LIGHTING IN THE
BARBERSHOP IN 2018-2020**

Department of hygiene and professional diseases.
Ural State Medical University
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail:sonyagrinya@mail.ru

Аннотация. В статье рассмотрены проблемы искусственного освещения на рабочем месте парикмахера и администратора «барбершопа».

Annotation. The article deals with the problems of artificial lighting in the workplace of a hairdresser and barbershop administrator.

Ключевые слова: парикмахерская, освещение, зрительный анализатор.

Key words: barbershop, illumination, visual analyzer.

Введение

Искусственное освещение предусматривается в помещениях, в которых недостаточно естественного света, или для освещения в часы суток, когда естественная освещенность отсутствует.

Искусственное освещение может быть общим (все производственные участки освещаются однотипными светильниками, равномерно расположенными над освещаемой поверхностью и снабженными лампами одинаковой мощности) и комбинированным (к общему освещению добавляется местное освещение рабочих мест светильниками). Использование только местного освещения недопустимо, так как резкий контраст между ярко-освещенным и неосвещенными участками утомляет глаза, замедляет процесс работы и может послужить причиной несчастных случаев и аварий.

Правильно организованное освещение рабочего места создает благоприятные условия труда, повышает работоспособность человека и производительность труда. Сохранность зрения человека, состояние его центральной нервной системы и безопасность на производстве в значительной мере зависят от условий освещения. Нерациональное освещение рабочих мест, напряженная зрительная работа у рабочих ряда профессий могут явиться причиной функциональных зрительных нарушений, производственного травматизма и профессиональных заболеваний.

Недостаточная освещённость оказывает негативное воздействие на психическое состояние человека, вызывая чувство подавленности, создавая гнетущее настроение и даже доводя до депрессии. Изменяются и физиологические процессы: излишне напрягается зрительный анализатор, ослабляется восприимчивость слухового центра, переутомляется нервная система, замедляется работа мозга.

Вред здоровью наносит УФ-излучение, которое не задерживается стеклом колб некоторых видов люминесцентных ламп. Освещение этими лампами вызывает ряд негативных изменений в организме человека, такими как разрушение коллагена, эластина, следствием чего является раннее старение кожи, создание предпосылок для образования раковых клеток

Цель исследования - освоение алгоритма проведения гигиенической оценки условий искусственного освещения. Определение уровня общего освещения на рабочих местах парикмахеров и администраторов. Сопоставление результатов с санитарным нормативом [3] и предыдущим исследованием в 2018 году. Сформулировать гигиеническое заключение по результатам проведенных измерений.

Материалы и методы исследования

Для проведения измерений искусственной освещенности был выбран объект – парикмахерская N, которая располагается в девятиэтажном жилом доме на первом этаже. Для проведения исследования был использован: «ПРИБОР КОМБИНИРОВАННЫЙ Люксметр-яркометр модель ТКА-ПК» [1]. Для оценки данных, полученных замеров на рабочих местах парикмахера и администратора, был использован: СанПиН 2.1.2.2631-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги» [4], где 400 и 200 лк соответственно являются нормой.

Результаты исследования и их обсуждение

Летом 2018 года, в «барбершопе» N были произведены замеры освещённости на следующих местах: рабочая зона мастера-парикмахера и администратора (табл. 1)

Таблица 1

Мужская парикмахерская N в 2018г

Место измерения	Норма освещённости, лк	Освещённость на объекте, лк
Рабочее место парикмахера	400	468
Рабочее место администратора	200	На уровне стола: 100 На уровне головы: 152

Девушка, работающая на должности администратора, периодически жаловалась на перенапряжение глазного анализатора, сильные головные боли и усталость.

Несмотря на то, что замеренная освещённость рабочих мест парикмахеров соответствует нормам СанПиН 2.1.2.2631-10, работники отметили, что замечают слабые головные боли, напряжение глаз, усталость, ухудшению эмоционального состояния.

Измерение освещённости в аналогичных точках (зима 2020 г.) (табл. 2).

Таблица 2

Мужская парикмахерская N в 2021г

Место измерения	Норма освещённости, лк	Освещённость на объекте, лк
Рабочее место парикмахера	400	701
Рабочее место администратора	200	На уровне стола: 165 На уровне головы: 195

Нами было отмечено, что появились новые люминесцентные лампы по периметру рабочего места парикмахера. Девушка, работающая на должности администратора, старается реже находиться на рабочем месте, так как замечает, что быстро устаёт и её клонит в сон.

Выводы:

1. После повторного исследования в парикмахерской N руководство салона на основании рекомендаций улучшило условия труда, что привело к ликвидации жалоб, связанных с недостаточным освещением.

2. На основании полученных результатов, проведенного исследования, рекомендовано: увеличить уровень освещённости на рабочем месте администратора салона.

Список литературы:

1. Инструкция к эксплуатации «ПРИБОР КОМБИНИРОВАННЫЙ Люксметр-яркомер модель ТКА-ПК»;
2. Мазаев В. Т. Коммунальная гигиена. : учебник / под ред. В. Т. Мазаева. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 704 с.
3. СанПиН 2.1.2.2631-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству, оборудованию, содержанию и режиму работы организаций коммунально-бытового назначения, оказывающих парикмахерские и косметические услуги».
4. Тундалева И. С. Санитария и гигиена парикмахерских услуг: учебное пособие / И.С. Тундалева. — Москва: ИНФРА-М, 2021. — 205 с.

УДК 613.95

**Долгалёва В.Е., Липанова Л.Л.
ВЛИЯНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ПЕРИОД
ДИСТАНЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Кафедра гигиены и экологии
Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

**Dolgaleva V.E., Lipanova L.L.
THE INFLUENCE OF THE ORGANIZATION OF THE EDUCATIONAL
PROCESS DURING DISTANCE EDUCATION ON THE HEALTH OF
SCHOOL-AGE CHILDREN**

Department of Hygiene and Ecology
Ural state medical University
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: viktoriya_dolgal_98@mail.ru

Аннотация: В статье представлены результаты исследования, в котором проводился опрос детей школьного возраста города Екатеринбурга с целью