**Τάξη: Γ’ Υγείας**

**Μάθημα: Υγιεινή**

**Επιλογή από την Τράπεζα Θεμάτων**

**Κεφάλαιο 1**

**22922**

Θέμα 2ο

2.1 Αναφέρετε τις διακρίσεις της πρόληψης και σε τί αποσκοπεί η κάθε μία από αυτές;

2.2 Αναφέρετε δυο προληπτικά μέτρα που συμβάλουν στον περιορισμό του θορύβου μιας κατοικίας

**Απάντηση**

2.1

Η πρόληψη διακρίνεται σε Πρωτοβάθμια, Δευτεροβάθμια και Τριτοβάθμια.

Πρωτοβάθμια πρόληψη είναι η εφαρμογή προληπτικών μέτρων για την αποφυγή της ασθένειας.

Δευτεροβάθμια πρόληψη είναι η έγκαιρη διάγνωση της ασθένειας, πριν εμφανισθούν τα συμπτώματα με σκοπό την έγκαιρη θεραπεία και αναστολή της εξέλιξής της.

Τριτοβάθμια πρόληψη είναι η εφαρμογή προληπτικών μέτρων μετά την εμφάνιση της ασθένειας, με σκοπό τη μείωση των επιπλοκών κ.ά.

2.2 Ο θόρυβος μπορεί να περιοριστεί όταν:

i)Οι βιομηχανίες, τα αεροδρόμια κ.ά. κτίζονται μακριά από κατοικημένες περιοχές.

ii)Οι τοίχοι, τα δάπεδα, η οροφή έχουν μονωτικά υλικά και τα παράθυρα έχουν διπλά τζάμια.

iii) Με τη δημιουργία κήπου στις μονοκατοικίες και ανάμεσα σε πολυκατοικίες.

**Κεφάλαιο 1 και 2**

**31016**

Θέμα 4ο

4.1 Υγιεινή είναι ο κλάδος της Ιατρικής Επιστήμης που μελετά τους παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου, με σκοπό την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της.

α) Αναφέρετε τι είναι «υγεία» κατά τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.).

β) Πώς ονομάζεται η λήψη μέτρων για την προστασία της υγείας και την αναστολή της εξέλιξής της;

γ)Πώς ονομάζεται, σύμφωνα με τη διακήρυξη του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, η διαδικασία μέσα στην οποία τα άτομα γίνονται ικανά να βελτιώσουν την υγεία τους;

4.2 Η Υγιεινή καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου, από τη στιγμή της γονιμοποίησής του μέχρι και το θάνατό του.

α) Πώς ονομάζεται ο κλάδος της Υγιεινής,

I. που αφορά το σύνολο τον μέσων και πρακτικών που χρησιμοποιεί κάθε άτομο προαιρετικά για την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του;

II. ο οποίος εξετάζει τους παράγοντες εκείνους, οι οποίοι επιδρούν στην ψυχική υγεία του ανθρώπου με σκοπό την πρόληψη, τη διατήρηση και την προαγωγή της ψυχικής τους υγείας;

III. που ασχολείται με τους παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ατόμου και διατυπώνει αρχές, για να εφαρμοστούν από το άτομο, ώστε να υπάρξει πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του;

IV. ο οποίος ασχολείται με τους κοινωνικούς και οικονομικούς παράγοντες που επιδρούν βλαπτικά στην υγεία του πληθυσμού, με σκοπό την εξουδετέρωσή τους και την ενίσχυση των ευεργετικών παραγόντων.

β) Να περιγράψετε τι είναι η Ψυχική Υγεία σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ.

**Απάντηση**

4.1

α) Υγεία είναι η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας του ανθρώπου και όχι μόνο η απουσία νόσου ή αναπηρίας.

β) Πρόληψη

γ) Προαγωγή της υγείας

4.2

α)

i. Δημόσια Υγιεινή

ii. Ψυχική Υγιεινή

iii. Ατομική Υγιεινή

iv. Κοινωνική Υγιεινή

β) Ψυχική Υγεία, σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ. είναι η κατάσταση της συναισθηματικής ευεξίας, όπου το άτομο μπορεί να ζει και να εργάζεται με άνεση μέσα στην κοινότητα και να ικανοποιείται από τα προσωπικά του επιτεύγματα.

**Κεφάλαιο 1 και 2**

**23080**

Θέμα 2o

2.1 Η Υγιεινή καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου, από τη στιγμή της γονιμοποίησής του μέχρι και το θάνατό του. Επειδή έχει μεγάλο εύρος δράσης, η διαίρεσή της σε κλάδους ήταν αναγκαία.

α) Ποιοι είναι οι σπουδαιότεροι κλάδοι της Υγιεινής;

β) Τι εννοούμε με τον όρο: "ψυχική υγεία" σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.);

γ) Τι χρειάζεται η Υγιεινή από το άτομο για να μπορέσει να πετύχει το σκοπό της;

2.2 Ποιες είναι οι αρχές και οι σκοποί της Υγιεινής σύμφωνα με τον ορισμό της;

**Απάντηση**

2.1

α) Οι σπουδαιότεροι κλάδοι είναι η Ατομική, η Δημόσια και η Κοινωνική Υγιεινή και η Ψυχική Υγιεινή που αποτελεί κλάδο της Κοινωνικής Υγιεινής.

β) Ψυχική Υγεία είναι σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ. η κατάσταση της συναισθηματικής ευεξίας, όπου το άτομο μπορεί να ζει και να εργάζεται με άνεση μέσα στην κοινότητα και να ικανοποιείται από τα προσωπικά του επιτεύγματα.

γ) Για να μπορέσει η Υγιεινή να πετύχει τον σκοπό της χρειάζεται την ενεργητική συμμετοχή του ατόμου, ώστε να είναι ικανό να αποφασίζει με υπευθυνότητα, έχοντας γνώση και συνείδηση των στόχων που έχει για την υγεία.

2.2 Οι αρχές και οι σκοποί της Υγιεινής είναι σύμφωνα με τον ορισμό της οι εξής:

1) Η πρόληψη της ασθένειας.

2) Η διατήρηση και προαγωγή της υγείας.

3) Η αύξηση του μέσου όρου ζωής του ανθρώπου.

**Κεφάλαιο 1 και 2**

**23077**

Θέμα 2ο

2.1

α) Περιγράψτε τι εννοούμε με τους όρους: "υγεία", "πρόληψη", "προαγωγή της υγείας" σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.).

β) Τι μελετά η επιστήμη της επιδημιολογίας;

γ) Τι χρειάζεται η Υγιεινή από το άτομο για να μπορέσει να πετύχει το σκοπό της;

2.2

Ποιες είναι οι αρχές και οι σκοποί της Υγιεινής σύμφωνα με τον ορισμό της;

**Απάντηση**

2.1

α) Κατά τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.), **υγεία** είναι η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας του ανθρώπου και όχι μόνο η απουσία νόσου ή αναπηρίας. **Πρόληψη** είναι η λήψη μέτρων για την προστασία της υγείας και την αναστολή εξέλιξης της αρρώστιας. **Προαγωγή** της υγείας σύμφωνα με τη διακήρυξη του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας είναι η διαδικασία μέσα στην οποία τα άτομα γίνονται ικανά να βελτιώσουν την υγεία τους.

β) Επιδημιολογία είναι η επιστήμη, που μελετά τα αίτια και τη συχνότητα όλων των νοσημάτων, ερευνά τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά που διαμορφώνουν την κατανομή τους και υποδεικνύει μέτρα πρόληψης.

γ) Για να μπορέσει η Υγιεινή να πετύχει τον σκοπό της χρειάζεται την ενεργητική συμμετοχή του ατόμου, ώστε να είναι ικανό να αποφασίζει με υπευθυνότητα, έχοντας γνώση και συνείδηση των στόχων που έχει για την υγεία.

2.2 Οι αρχές και οι σκοποί της Υγιεινής είναι σύμφωνα με τον ορισμό της οι εξής:

i. Η πρόληψη της ασθένειας.

ii. Η διατήρηση και προαγωγή της υγείας.

iii. Η αύξηση του μέσου όρου ζωής του ανθρώπου.

**Κεφάλαιο 2**

**22845**

Θέμα 2ο

2.1 Τι γνωρίζετε για τον κλάδο της Κοινωνικής Υγιεινής;

2.2

α) Ποια νοσήματα καλούνται Κοινωνικά Νοσήματα, ποιοι παράγοντες συμβάλλουν στην εμφάνισή τους;

β) Η Ψυχική Υγιεινή με τι ασχολείται (Μονάδες 5) και ποιος είναι ο σκοπός του κλάδου αυτού;

**Απάντηση**

2.1

Κοινωνική Υγιεινή είναι κλάδος της Υγιεινής, ο οποίος ασχολείται με τους κοινωνικούς και οικονομικούς παράγοντες που επιδρούν βλαπτικά στην υγεία του πληθυσμού, με σκοπό την εξουδετέρωσή τους και την ενίσχυση των ευεργετικών παραγόντων.

2.2

α) Υπάρχουν νοσήματα που καλούνται κοινωνικά νοσήματα (φυματίωση, ψυχικά νοσήματα, τοξικομανία, αλκοολισμός, κάπνισμα κ.λπ.), γιατί στην εμφάνισή τους και μετάδοσή τους συμβάλλουν οι δυσμενείς οικονομικοί και κοινωνικοί παράγοντες.

β) Η Ψυχική Υγιεινή είναι κλάδος της Κοινωνικής Υγιεινής που εξετάζει τους παράγοντες εκείνους, οι οποίοι επιδρούν στην ψυχική υγεία του ανθρώπου με σκοπό την πρόληψη, τη διατήρηση και προαγωγή της ψυχικής του υγείας

**Κεφάλαιο 2**

**23081**

2.1

α) Με ποιους παράγοντες ασχολείται ο κλάδος της Ατομικής Υγιεινής;

β) Με τι ασχολείται ο κλάδος της Δημόσιας Υγιεινής;

γ) Με τι ασχολείται ο κλάδος της Κοινωνικής Υγιεινής;

Μονάδες 15

2.2 Ποια είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών;

Ποιες φάσεις της ζωής του ανθρώπου καλύπτει;

**Απάντηση**

2.1

α) Ατομική Υγιεινή είναι κλάδος της Υγιεινής που ασχολείται με τους παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ατόμου και διατυπώνει αρχές, για να εφαρμοστούν από το άτομο, ώστε να υπάρξει πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του.

β) Δημόσια Υγιεινή είναι το σύνολο των μέτρων που εφαρμόζονται από το κράτος με σκοπό την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του πληθυσμού.

γ) Κοινωνική Υγιεινή είναι κλάδος της Υγιεινής, ο οποίος ασχολείται με τους κοινωνικούς και οικονομικούς παράγοντες που επιδρούν βλαπτικά στην υγεία του πληθυσμού, με σκοπό την εξουδετέρωσή τους και την ενίσχυση των ευεργετικών παραγόντων.

2.2 Η Πρωτοβάθμια Πρόληψη είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών και καλύπτει όλες τις φάσεις της ζωής του ανθρώπου· την προγεννητική, τη νεογνική, την παιδική, την εφηβική, την ενηλικίωση και την τρίτη ηλικία.

**Κεφάλαιο 3**

**22851**

Θέμα 4ο

4.

α) Που θα αναζητηθούν οι αιτιολογικοί παράγοντες που επιδρούν στην υγεία μας;

β) Σε ποιες ομάδες του ανθρώπινου πληθυσμού απευθύνεται η Υγιεινή;

**Απάντηση**

α) Οι αιτιολογικοί παράγοντες που επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου, πρέπει να αναζητηθούν στα στοιχεία του περιβάλλοντος, στην ανθρώπινη κοινωνία, στον τρόπο ζωής, αλλά και στο γονότυπο του κάθε ανθρώπου.

β) Η Υγιεινή απευθύνεται στις παρακάτω ομάδες του ανθρώπινου πληθυσμού που έχουν δημιουργηθεί σύμφωνα με τον ορισμό της υγείας.

i. Πραγματικά υγιείς. Πραγματικά υγιείς θα λέγαμε ότι είναι αυτοί που δεν έχουν καμία ασθένεια. Οι σωματικές και ψυχικές λειτουργίες τους είναι μέσα στα φυσιολογικά όρια που καθορίζονται από την ηλικία, το φύλο, τον κοινωνικό και γεωγραφικό χώρο.

ii. Ασθενείς. Οι ασθενείς είναι εκείνοι, στους οποίους η λειτουργική διαταραχή (σωματική, ψυχική) γίνεται αντιληπτή, (πόνος, ίκτερος κ.ά.) και ως εκ τούτου καταφεύγουν στη θεραπευτική ιατρική, για να απαλλαγούν από τα συμπτώματα της αρρώστιας τους.

iii. Εν δυνάμει ασθενείς. Οι εν δυνάμει ασθενείς είναι η τρίτη ομάδα των ανθρώπων που βρίσκεται σε ενδιάμεση κατάσταση, φαίνονται υγιείς, αλλά στην πραγματικότητα είναι μεταξύ υγείας και ασθένειας. Οι άνθρωποι αυτοί έχουν υποστεί βλάβη χωρίς να το γνωρίζουν, συνεχίζουν ανυποψίαστα την εργασία τους μέχρις ότου εκδηλωθεί η ασθένεια, οπότε και θα ζητήσουν βοήθεια από τη θεραπευτική ιατρική.

**Κεφάλαιο 3**

**31020**

Θέμα 4ο

4.1 Σύμφωνα με τον ορισμό της υγείας, οι άνθρωποι χωρίζονται σε τρεις ομάδες: τους πραγματικά υγιείς, τους ασθενείς και τους ενδιάμεσους ή «εν δυνάμει ασθενείς».

α) Πώς ονομάζονται αυτοί που δεν έχουν καμία ασθένεια;

β) Ποιο χαρακτηριστικό έχουν οι «ασθενείς»;

γ) Πώς ονομάζεται η ομάδα των ανθρώπων που φαίνονται υγιείς αλλά στην πραγματικότητα είναι μεταξύ υγείας και ασθένειας;

4.2 Ο σύγχρονος τρόπος ζωής αποτελεί απειλή και συμβάλλει στην ανάπτυξη νοσημάτων.

α) Ποια νοσήματα ονομάζονται και «νοσήματα πολιτισμού»;

β) Ποιες είναι οι τρεις πρώτες αιτίες θανάτου;

γ) Ποιοι παράγοντες αποτελούν τους βασικότερους αιτιολογικούς παράγοντες ανάπτυξης σύγχρονων νοσημάτων;

**Απάντηση**

4.1

α) Πραγματικά υγιείς.

β) Ασθενείς είναι εκείνοι, στους οποίους η λειτουργική διαταραχή (σωματική, ψυχική) γίνεται αντιληπτή, (πόνος, ίκτερος κ.ά.) και ως εκ του του καταφεύγουν στην θεραπευτική ιατρική, για να απαλλαγούν από τα συμπτώματα της αρρώστιας τους.

γ) Οι εν δυνάμει ασθενείς.

4.2

α) Τα νοσήματα πολιτισμού είναι τα νοσήματα αφθονίας ή του πλούτου.

β) Οι τρεις πρώτες αιτίες θανάτου είναι τα καρδιαγγειακά νοσήματα, ο καρκίνος και τα ατυχήματα.

γ) Οι βασικότεροι αιτιολογικοί παράγοντες είναι η καθιστική ζωή, η ατμοσφαιρική ρύπανση, ο καταναλωτισμός, ο αλκοολισμός, η τοξικομανία, το κάπνισμα, το άγχος, η ανασφάλεια και η μοναξιά των μεγαλουπόλεων.

**Κεφάλαιο 3**

**22849**

Θέμα 4ο

4. Σήμερα, παρατηρούμε πως νοσήματα όπως η ευλογιά και η πολιομυελίτιδα έχουν μειωθεί ή και εκριζωθεί, αλλά ασθένειες όπως ο σακχαρώδης διαβήτης και η παχυσαρκία έχουν κάνει την εμφάνισή τους.

α) Που αποδίδετε η μείωση ή η εκρίζωση στα νοσήματα του παρελθόντος;

β) Τι θα μπορούσε να βοηθήσει στην μείωση και των νέων ασθενειών;

**Απάντηση**

α) Για τα νοσήματα του παρελθόντος που μειώθηκαν ή και εξαλείφθηκαν συνετέλεσε η βελτίωση του βιοτικού επιπέδου, η πρόοδος της επιστήμης και τεχνολογίας και η παραγωγή εμβολίων και αντιβιοτικών.

β) Στη μείωση των νέων ασθενειών (εχθρών) θα μπορούσε να βοηθήσει η προαγωγή της υγείας με την αγωγή της υγείας. Να επικεντρωθεί, ο άνθρωπος, στη βελτίωση του σύγχρονου τρόπου ζωής και συγκεκριμένα να αποφύγει την καθιστική ζωή, τον καταναλωτισμό, τον αλκοολισμό, την τοξικομανία, το κάπνισμα, το άγχος, την ανασφάλεια, την μοναξιά των μεγαλουπόλεων και να μειώσει την ατμοσφαιρική ρύπανση.

**Κεφάλαιο 3**

**31021**

Θέμα 4ο

4.1. Τελευταία ο όρος «προληπτική ιατρική» χρησιμοποιείται περισσότερο σε σχέση με την υγιεινή. Γιατί αυτός ο όρος είναι ασυμβίβαστος;

4.2 Για αιώνες η προστασία της υγείας εστιάζεται στον έλεγχο των λοιμωδών νοσημάτων.

α) Ποιο ήταν το μόνο μέτρο προστασίας τον Μεσαίωνα;

β) Ποιο είναι το αποτέλεσμα της προόδου της επιστήμης σήμερα;

γ) Πώς ονομάζεται ο προσυμπτωματικός έλεγχος που εφαρμόζεται σήμερα σε ατομικό και σε ομαδικό επίπεδο;

**Απάντηση**

4.1

Ο όρος προληπτική ιατρική είναι ασυμβίβαστος, γιατί η ιατρική με την αυστηρή έννοια του όρου κάνει μόνο θεραπεία (ίαση), ενώ η υγιεινή πρόληψη.

4.2

α) Η καραντίνα

β) Η γνώση της αιτιολογίας πολλών νοσημάτων, η εφαρμογή εμβολιασμών στα παιδιά και σε ευπαθείς ομάδες πληθυσμού και η ενίσχυση της άμυνας του οργανισμού.

γ) Ο προσυμπτωματικός έλεγχος σε ατομικό επίπεδο ονομάζεται «check up» και σε ομαδικό «ανίχνευση-screening».

**Κεφάλαιο 4**

**23456**

4.1 Λοιμώδη ή μεταδοτικά νοσήματα είναι αυτά που οφείλονται σε ζωντανούς λοιμογόνους παράγοντες ή στα τοξικά προϊόντα τους.

α) Ποιες οι προϋποθέσεις εμφάνισης ενός λοιμώδους νοσήματος;

β) Αναφέρετε τους τρόπους που επιτυγχάνεται η καταπολέμηση των λοιμωδών νοσημάτων.

4.2 Ποιο το κύριο χαρακτηριστικό των λοιμωδών νοσημάτων.

**Απάντηση**

4.1

α) Προϋποθέσεις εμφάνισης λοιμωδών νοσημάτων είναι:

i. Να υπάρχει πηγή μόλυνσης

ii. Να υπάρχει μέσο, οδός μεταφοράς του λοιμογόνου παράγοντα.

iii. Να υπάρχει ευπαθής πληθυσμός.

β) Η καταπολέμηση των λοιμωδών νοσημάτων επιτυγχάνεται με:

1) Την εξουδετέρωση ή μείωση της πηγής μόλυνσης.

2) Με τον έλεγχο των μέσων μεταφοράς των λοιμογόνων παραγόντων.

3) Την ανοσοποίηση του πληθυσμού.

4.2

Κύριο χαρακτηριστικό των λοιμωδών νοσημάτων είναι η μετάδοση του μικροοργανισμού με αποτέλεσμα να αρρωστήσουν σε μικρό χρονικό διάστημα πολλοί άνθρωποι και να υπάρξει μικρή ή μεγάλη επιδημία.

**Κεφάλαιο 2 και 4**

**23079**

2.1

α) Αναφέρετε δύο (2) νοσήματα που μεταδίδονται μέσω του πεπτικού συστήματος.

β) Ποια νοσήματα ονομάζονται αερογενή και γιατί;

γ) Αναφέρετε δύο (2) νοσήματα που μεταδίδονται στον άνθρωπο διαμέσου ξενιστών και φορέων.

δ) Αναφέρετε δύο (2) σεξουαλικώς μεταδιδόμενα νοσήματα.

2.2

Ποια είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών;

Ποιες φάσεις της ζωής του ανθρώπου καλύπτει;

**Απάντηση**

2.1

α)

i. Σαλμονελώσεις,

ii. Χολέρα,

iii. Σιγκέλλωση,

iv. Ηπατίτιδα Α,

v. Αμοιβάδωση,

vi. Οξυουρίαση .

β) Αερογενή ονομάζονται τα νοσήματα που μεταδίδονται από άτομο σε άτομο με σταγονίδια και σκόνη (βήχας, φτάρνισμα, απλή εισπνοή).

γ) Τα παρακάτω νοσήματα μεταδίδονται στον άνθρωπο διαμέσου ξενιστών και φορέων:

i. Η πανώλη (αρουραίοι, ψύλλοι, άνθρωποι),

ii. Ο εξανθηματικός τύφος (ψείρα),

iii. Η ελονοσία (ανωφελές κουνούπι),

iv. Ο κίτρινος πυρετός (στεγόμυγα),

v. Η λεϊσμανίαση (σκνίπα).

δ) Σεξουαλικώς μεταδιδόμενα νοσήματα:

i. Σύφιλη,

ii. Βλεννόρροια,

iii. Ηπατίτιδα Β, C,

iv. AIDS,

v. Έρπις των γεννητικών οργάνων,

vi. Τα χλαμύδια .

**Κεφάλαιο 4**

**23448**

4. Υπάρχουν σεξουαλικώς μεταδιδόμενα νοσήματα που μεταδίδονται από τη μητέρα-φορέα στο έμβρυο ή το νεογνό. Ποια είναι αυτά τα νοσήματα και με ποιο τρόπο μεταδίδεται το καθένα από αυτά από τη μητέρα στο έμβρυο ή στο νεογνό;

**Απάντηση**

Θέμα 4ο

i. Η Σύφιλη, το έμβρυο μολύνεται από τη συφιλιδική μητέρα του μέσω του πλακούντα, μετά τον 4ο μήνα της κύησης.

ii. Η Βλεννόρροια ή Γονοκοκκική ουρηθρίτιδα, τα νεογνά μολύνονται από τη μητέρα κατά τον τοκετό.

iii. Η Ηπατίτιδα Β, μεταδίδεται περιγεννητικά από τη μητέρα-φορέα στο νεογνό.

iv. Το Σύνδρομο Επίκτητης Ανοσοανεπάρκειας (AIDS), μεταδίδεται από τη μητέρα-φορέα στο παιδί της κατά την ενδομήτρια ζωή, κατά τον τοκετό και με το θηλασμό.

**Κεφάλαιο 5.1.**

**22884**

4.'Ενα ηλικιωμένο ζευγάρι ζει στη Λάρισα, περιοχή με πολύ υψηλές θερμοκρασίες το καλοκαίρι.

α) Από τι κινδυνεύει το ηλικιωμένο ζευγάρι αν εκτεθεί πολύ ώρα σε υψηλές θερμοκρασίες. Πότε παρουσιάζεται αυτό; Γιατί το ηλικιωμένο ζευγάρι κινδυνεύει περισσότερο από ότι οι άλλοι άνθρωποι;

β) Να περιγράψετε πέντε προληπτικά μέτρα που θα προτείνατε στη ηλικιωμένο ζευγάρι να πάρει για να αποφύγουν τους κινδύνους από τις υψηλές θερμοκρασίες.

**Απάντηση**

4.1

α) Το ηλικιωμένο ζευγάρι κινδυνεύει να πάθει θερμοπληξία η οποία παρουσιάζεται όταν ο οργανισμός αδυνατεί να αποβάλλει τη θερμότητα (υψηλή θερμοκρασία του αέρα, υψηλή σχετική υγρασία και ακινησία του αέρα). Το ηλικιωμένο ζευγάρι κινδυνεύει περισσότερο από ότι οι άλλοι άνθρωπο επειδή η θερμορυθμιστική ικανότητα του ανθρώπου είναι μικρότερη στους ηλικιωμένους.

β) Προληπτικά μέτρα θερμοπληξίας.

Όταν η θερμοκρασία είναι υψηλή, θα πρέπει:

i. Να αποφεύγεται η βαριά σωματική εργασία και το βάδισμα στον ήλιο.

ii. Τα γεύματα να είναι μικρά και ελαφρά. Να αποφεύγονται οι λιπαρές τροφές και να προτιμούνται τα φρούτα και τα λαχανικά. Να γίνεται κατανάλωση άφθονου νερού και χυμών φρούτων. Εάν η εφίδρωση είναι μεγάλη, να προστίθεται στο φαγητό επιπλέον αλάτι.

iii. Να αποφεύγεται η κατανάλωση οινοπνευματωδών ποτών.

iv. Τα ενδύματα να είναι ανοικτού χρώματος, ελαφριά, βαμβακερά και άνετα.

v. Να χρησιμοποιούνται καπέλο και γυαλιά ηλίου.

vi. Να γίνονται πολλά χλιαρά μπάνια κατά τη διάρκεια της ημέρας.

vii. Να αποφεύγονται τα ταξίδια σε ώρες με υψηλή θερμοκρασία.

viii. Να δίνεται ιδιαίτερη προσοχή στα βρέφη και στους ηλικιωμένους

**Κεφάλαιο 5.1.**

**33678**

4. Κατά τη διάρκεια πυρηνικών δοκιμών σημειώθηκε πυρηνικό ατύχημα. Πρόκειται για ένα πολύ δυσάρεστο γεγονός, επειδή τα ραδιοϊσότοπα Στρόντιο-90 και Κάσιο-137 που ελευθερώθηκαν, παρασυρόμενα από τον αέρα θα μολύνουν την ατμόσφαιρα μακριά από το σημείο του ατυχήματος και θα διατηρήσουν τις καταστροφικές τους ιδιότητες για πολλά χρόνια μετά το ατύχημα.

α) Τα ραδιοϊσότοπα Στρόντιο-90, Κάσιο-137 και Ιώδιο-131 γιατί παρουσιάζουν ενδιαφέρον;

β) Σε περιοχές όπου ζουν οι Εσκιμώοι, αναφέρετε τη διατροφική αλυσίδα που επηρεάζεται λόγω των πυρηνικών δοκιμών, καθώς και το αποτέλεσμα αυτού του επηρεασμού.

γ) Αναφέρετε μέτρα προφύλαξης από τη χρήση ραδιοϊσοτόπων

**Απάντηση**

α) Τα ραδιοϊσότοπα αυτά παρουσιάζουν ενδιαφέρον γιατί, όταν πέσουν στο έδαφος με τη βροχή, προσλαμβάνονται από τα φυτά (το Στρόντιο αντί για Ασβέστιο και το Καίσιο αντί για Κάλιο). Τα ραδιοϊσότοπα περνούν στο κρέας ή στο γάλα των ζώων κι από εκεί στον άνθρωπο.

β) Η διατροφική αλυσίδα είναι (ραδιοϊσότοπα, λειχήνες, τάρανδοι), με αποτέλεσμα να συγκεντρώνεται μεγάλη ποσότητα ραδιοϊσοτόπων στους Εσκιμώους.

γ) Η προστασία από τις φυσικές πηγές δεν είναι εύκολη. Τα τελευταία χρόνια γίνεται προσπάθεια γι’ αυτό και ιδιαίτερα για την προστασία από το Ραδόνιο. Η προστασία από ορισμένες τεχνητές πηγές είναι ευκολότερη. Μπορούμε να σταματήσουμε ορισμένα είδη ακτινοβολίας με ένα στρώμα μετάλλου (μόλυβδος). Πρέπει να επιβληθεί περιορισμός στη χρήση ραδιοϊσοτόπων και απαγόρευση των πυρηνικών δοκιμών

**Κεφάλαιο 5.1.**

**33684**

2.1 Το φάσμα της ηλιακής ακτινοβολίας από ποιες ακτινοβολίες αποτελείται;

2.2 Αναφέρετε τους λόγους για τους οποίους είναι απαραίτητη η ορατή ακτινοβολία.

**Απάντηση**

2.1

Το φάσμα της ηλιακής ακτινοβολίας αποτελείται από: ιονίζουσα, υπεριώδη, ορατή και υπέρυθρη ακτινοβολία.

2.2

Είναι απαραίτητη:

α. Για τη λειτουργία της φωτοσύνθεσης (χλωροφύλλη).

β. Για την καλή λειτουργία της όρασης, καθώς και την πνευματική και ψυχική ευεξία του ανθρώπου.

**Κεφάλαιο 5.1.**

**33671**

4. Μια ομάδα περιβαντολλόγων ερευνούν την εκατοστιαία σύσταση του ατμοσφαιρικού αέρα σε δύο διαφορετικές πόλεις την Πόλη Ο και την Πόλη Ω, προκειμένου να απονείμουν το βραβείο της «Καθαρότερης Πόλης», με την λιγότερη ατμοσφαιρική ρύπανση.

Συγκεκριμένα βρέθηκε:

Σύσταση ατμοσφαιρικού αέρα Πόλη Ο: οξυγόνο 20,9%,διοξείδιο το άνθρακα0,03%, αργό 0,94%, διοξείδιο του θείου 0%.

Σύσταση ατμοσφαιρικού αέρα Πόλη Ω: οξυγόνο 20,9%,διοξείδιο το άνθρακα0,08%, αργό 0,94%, διοξείδιο του θείου 2%.

α) Σε ποια πόλη από τις δύο ο ατμοσφαιρικός αέρας παρουσιάζει ρύπανση;

β) Σε ποια αέρια οφείλεται η ατμοσφαιρική ρύπανση της πόλης;

γ) Σε ποια από τις δύο πόλεις οι κάτοικοι κινδυνεύουν από τη ρύπανση που ονομάζεται καπνομίχλη «Τύπου Λονδίνου»; Τι γνωρίζετε γι’ αυτήν;

**Απάντηση**

α) Στην πόλη Ω

β) Η ατμοσφαιρική ρύπανση στην πόλη Ω οφείλεται:

i. Στο διοξείδιο του θείου (SO2) 2%, που φυσιολογικά δεν ανήκει στη χημική σύστασης του ατμοσφαιρικού αέρα.

ii. Στην αυξημένη συγκέντρωση του διοξειδίου του άνθρακα (CO2) 0,08%. Ενώ φυσιολογικά σε μια περιοχή χωρίς ρύπανση η συγκέντρωση του CO2 είναι 0,03% .

γ) Οι κάτοικοι της πόλης Ω. Γιατί σύμφωνα με τη ρύπανση που ονομάζεται καπνομίχλη «Τύπου Λονδίνου», έχουμε υψηλές συγκεντρώσεις του θείου (SO2) στον ατμοσφαιρικό αέρα.

Στο Λονδίνο τον Δεκέμβριο 1952, εξαιτίας ενός σοβαρού επεισοδίου καπνομίχλης, στο διάστημα μιας εβδομάδας, που διήρκεσε το επεισόδιο, πέθαναν περίπου 4.000 άτομα. Οι θάνατοι οφείλονταν σε παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος. Τότε το είδος της ρύπανσης χαρακτηρίστηκε από υψηλές συγκεντρώσεις του διοξειδίου του θείου (SO2) και καπνού. Εξαιτίας της σοβαρότητάς της καθιερώθηκε το όνομα της και ονομάστηκε καπνομίχλη «Τύπου Λονδίνου».

**Κεφάλαιο 5.1**

**33675**

4.1 Ο εκπαιδευτής καταδύσεων μας μίλησε για την τεχνική της κατάδυσης και την τεχνική της επαναφοράς του δύτη. Τόνισε το πόσο σημαντική είναι η σταδιακή επάνοδος η οποία πρέπει να γίνεται με ταχύτητα 4 μέτρων το λεπτό και να διακόπτεται κάθε 2 μέτρα για ένα λεπτό.

α) Όταν η επαναφορά του δύτη γίνεται απότομα τι συμβαίνει με το άζωτο;

β) Ποιο είναι το αρνητικό αποτέλεσμα επιφέρει στον οργανισμό του δύτη;

4.2 Η νόσος των δυτών και η νόσος των αεροπόρων βρίσκονται σε συνάρτηση με τις διακυμάνσεις της ατμοσφαιρικής πίεσης. Εξηγείστε την ανωτέρω πρόταση

**Απάντηση**

4.1

α) Όταν γίνεται κατάδυση, η ατμοσφαιρική πίεση είναι αυξημένη, με αποτέλεσμα το άζωτο να διαλύεται στο πλάσμα. Όταν η επαναφορά γίνεται απότομα, δεν προλαβαίνει το άζωτο να αποβληθεί και παραμένει ελεύθερο στην κυκλοφορία του αίματος με τη μορφή αερίου (φυσαλίδες).

β) Προκαλούνται εμβολές, που μπορεί να επιφέρουν ακόμα και το θάνατο.

4.2 Η νόσος των δυτών παρουσιάζεται κατά την απότομη επάνοδο στην κανονική πίεση από περιβάλλον αυξημένης πίεσης. Ενώ στη νόσο των αεροπόρων παρουσιάζεται κατά την απότομη μείωση της ατμοσφαιρικής πίεσης

**Κεφάλαιο 5.2**

**32468**

Θέμα 2ο

2. Υπάρχουν ασθένειες που μεταδίδονται με τα τρόφιμα και οφείλονται:

α) Σε μικροοργανισμούς και στις τοξίνες τους που αλλοιώνουν την σύσταση των τροφίμων και προκαλούν λοιμώξεις. Αναφέρετε δύο παραδείγματα μικροοργανισμών.

β) Σε δηλητηριώδη ουσίες οι οποίες υπάρχουν στα ίδια τα τρόφιμα και προκαλούν ασθένειες. Αναφέρετε ανάλογο παράδειγμα.

**Απάντηση**

α) Λοιμώξεις όπως σταφυλόκοκκος, κλωστηρίδιο της αλλαντιάσεως.

β) Οι δηλητηριάσεις με ορισμένα είδη μανιταριών

**Κεφάλαιο 5.4.**

**22873**

Θέμα 2ο

2.1 Περιγράψτε την υγειονομική ταφή των απορριμμάτων.

2.2 Στερεά απορρίμματα είναι τα παραπροϊόντα των ανθρωπίνων δραστηριοτήτων. Πώς ταξινομούνται τα στερεά απορρίμματα ανάλογα με την προέλευση ή τη σύσταση τους;

**Απάντηση**

2.1 Η υγειονομική ταφή περιλαμβάνει την ταφή των απορριμμάτων σε επιλεγμένους χώρους. Τα απορρίμματα αδειάζονται στους χώρους ταφής, συμπιέζονται, ώστε να μειωθεί ο όγκος τους και καλύπτονται με χώμα. Όταν η χωματερή δεν μπορεί να δεχτεί άλλα απορρίμματα, σκεπάζεται με χώμα ύψους ενός μέτρου και δενδροφυτεύεται.

2.2 Ανάλογα με την προέλευση ή τη σύστασή τους τα στερεά απορρίμματα ταξινομούνται σε:

i. Αστικά στερεά απορρίμματα: Είναι τα απορρίμματα από τις κατοικίες, τους δρόμους, τα καταστήματα, τα γραφεία, τα νοσοκομεία.

ii. Βιομηχανικά στερεά απορρίμματα.

iii. Παραπροϊόντα αγροτικών δραστηριοτήτων.

iv. Μπάζα από κατεδάφιση κτιρίων.

v. Εγκαταλελειμμένα αυτοκίνητα.

**Κεφάλαιο 5.4.**

**22874**

2.1

α) Με ποιον τρόπο μπορούν να προκύψουν λιπάσματα από τα λύματα;

β) Τα λήμματα με ποια διαδικασία μπορούν να γίνουν ακίνδυνα για την υγεία του ανθρώπου;

2.2 Τα υγρά απορρίμματα λέγονται λύματα και περιλαμβάνουν και το νερό της βροχής και του χιονιού. Να αναφέρετε τι άλλο περιλαμβάνουν τα υγρά απορρίμματα τα οποία ονομάζονται και λύματα.

**Απάντηση**

2.1

α) Οι ουσίες που προέρχονται από τα λύματα μετά την επεξεργασία τους, μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως λίπασμα.

β) Τα λύματα γίνονται ακίνδυνα για την υγεία του ανθρώπου με ειδική επεξεργασία, που περιλαμβάνει καθίζηση, αερισμό, οξείδωση, διήθηση, χλωρίωση.

2.2 Τα υγρά απορρίμματα η λύματα περιλαμβάνουν:

i. Τα αστικά λύματα τα οποία είναι τα υγρά απόβλητα από τις κατοικίες, Ιδρύματα κ.λπ.

ii. Τα βιομηχανικά ή γεωργικά απόβλητα τα οποία είναι τα υγρά απόβλητα από κάθε είδους εργοστάσια, βιομηχανίες, γεωργικές και άλλες εγκαταστάσεις, και πολλές φορές είναι τοξικά.

**Κεφάλαιο 5.5**

**32952**

4. Σήμερα, η σχολική νοσηλεύτρια του σχολείου μας, μάς μίλησε για τα σημαντικότερα νοσήματα της σπονδυλικής στήλης κατά την ανάπτυξη: τη σκολίωση και την κύφωση, καθώς και για τα προληπτικά μέτρα προς αποφυγή τους.

α) Πώς γίνεται ο προληπτικός έλεγχος για τη σκολίωση και την κύφωση;

β) Η σωστή φροντίδα του μυοσκελετικού συστήματος ποια προληπτικά μέτρα περιλαμβάνει;

γ) Η σωστή στάση του σώματος σε όλες τις συνήθεις ασχολίες τι αποτελεί;

δ) Ποια είναι η πιο συνηθισμένη μορφή παραμόρφωσης;

**Απάντηση**

4.

α) Γίνεται από εξειδικευμένο προσωπικό κατά τη σχολική περίοδο και συμβάλλει στη μείωση εμφάνισης της νόσου. Η εξέταση γίνεται με απλή επισκόπηση σε όρθια στάση και επίκυψη.

β) Τη σωματική άσκηση και την υψηλή πρόσληψη ασβεστίου από τις τροφές (γαλακτοκομικά προϊόντα) κυρίως κατά την παιδική και νεανική ηλικία. Τα ανωτέρω συμβάλλουν στην αύξηση της οστικής πυκνότητας και έτσι προλαμβάνεται η οστεοπόρωση.

γ) Βασική αρχή πρόληψης παθήσεων της σπονδυλικής στήλης.

δ) Η κυφωτική στάση.

**Κεφάλαιο 5.5**

**32954**

4.1 Στο χρονικό διάστημα παραμονής μου στο σαλόνι του οδοντιατρείου για την καθιερωμένη ετήσια επίσκεψη, παρατήρησα ότι πολλά ενημερωτικά έντυπα αναφέρονταν στη σπουδαιότητα της στοματικής υγείας για την υγεία του ανθρώπινου σώματος.

α) Ποια είναι τα κύρια νοσήματα που προσβάλλουν το στόμα;

β) Τι είναι η οδοντική τερηδόνα;

γ) Αναφέρετε τους παράγοντες από τους οποίους εξαρτάται η τερηδόνα;

4.2 Οι επιπτώσεις των τερηδονισμένων δοντιών στα μικρά παιδιά επηρεάζουν τη γενική υγεία (σωματική, ψυχική) και τη σωστή διατροφή των παιδιών.

Τι γνωρίζετε για το «σύνδρομο της φιάλης του γάλακτος»;

**Απάντηση**

4.1

α) Η οδοντική τερηδόνα, και τα νοσήματα του περιοδοντίου: ουλίτιδα, περιοδοντίτιδα.

β) Η τερηδόνα είναι νόσος που καταστρέφει τους σκληρούς ιστούς του δοντιού. Προσβάλλει την αδαμαντίνη και επεκτείνεται στην οδοντίνη, καθώς και την οστεΐνη.

γ)

i. Από τα μικρόβια που υπάρχουν μέσα στη στοματική κοιλότητα. Είναι μέρος της φυσιολογικής χλωρίδας και προσκολλώνται στα δόντια και στην οδοντική πλάκα.

ii. Η συχνή κατανάλωση ζαχαρούχων τροφών.

iii. Η ανθεκτικότητα του δοντιού και ο παράγοντας χρόνος.

4.2 Πολλοί γονείς έχουν την τάση να βάζουν πολλή ζάχαρη στο γάλα, ιδιαίτερα στα βρέφη και στα παιδιά της προσχολικής ηλικίας, να αφήνουν το μπιμπερό όλη τη νύχτα στο στόμα του παιδιού, ή να βάζουν στην πιπίλα ζάχαρη ή μέλι. Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα να παράγεται συνέχεια οξύ και να δημιουργείται τερηδόνα σε όλα σχεδόν τα δόντια. Αυτόείναι γνωστό σαν «σύνδρομο της φιάλης του γάλακτος».

**Κεφάλαιο 5.7.**

**23486**

2.1 Αναφέρετε δύο αίτια για τα οποία η κεντρική θέρμανση (καλοριφέρ) είναι υγιεινότερη από την τοπική θέρμανση (θερμάστρα).

2.2 Ο αερισμός της κατοικίας διακρίνεται σε φυσικό και τεχνητό. Πως επιτυγχάνεται ο κάθε ένας από αυτούς;

**Απάντηση**

2.1 Η κεντρική θέρμανση είναι υγιεινότερη από την τοπική θέρμανση (θερμάστρα) διότι:

i. Δεν αλλοιώνει τον ατμοσφαιρικό αέρα.

ii. Δεν παράγει προϊόντα ατελούς καύσης.

iii. Δεν αποτελεί αιτία πυρκαγιάς και δηλητηριάσεων.

iv. Δημιουργεί σταθερή και ομοιόμορφη θέρμανση σε όλους τους χώρους.

v. Είναι οικονομική και προσιτή σε όλους.

2.2

Ο φυσικός αερισμός της κατοικίας επιτυγχάνεται με τα παράθυρα και τις πόρτες. Το τακτικό άνοιγμα των παραθύρων είναι ο καλύτερος τρόπος αερισμού.

Ο τεχνητός αερισμός επιτυγχάνεται με:

i. τους ανεμιστήρες,

ii. με ειδικές κλιματιστικές συσκευές (air condition).

**Κεφάλαιο 5.7.**

**23489**

2. Η κατοικία, για να ικανοποιεί την προαγωγή της σωματικής και ψυχικής υγείας, πρέπει να παρέχει ασφάλεια και πρόληψη των οικιακών ατυχημάτων .

Να αναφέρετε δυο παραδείγματα εξασφάλισης ασφάλειας στο σπίτι και τρία παραδείγματα πρόληψης οικιακών ατυχημάτων.

**Απάντηση**

2.

Η κατοικία, για να ικανοποιεί την προαγωγή της σωματικής και ψυχικής υγείας, πρέπει να παρέχει ασφάλεια. Έτσι θα πρέπει:

i. Η διάταξη των επίπλων να είναι τέτοια, ώστε να εξασφαλίζεται για όλα τα μέλη της οικογένειας ευχάριστη και άνετη διαμονή και να αποφεύγονται τα ατυχήματα.

ii. Η προστασία από τους σεισμούς να γίνεται με την κατασκευή αντισεισμικών κατοικιών.

iii. Η προστασία από τους κεραυνούς να γίνεται με την τοποθέτηση αλεξικέραυνου, ιδιαίτερα σε περιοχές, όπου πέφτουν συχνά κεραυνοί.

Για την πρόληψη οικιακών ατυχημάτων:

i. Πολλά ατυχήματα, ιδιαίτερα στην παιδική ηλικία, οφείλονται στις ηλεκτρικές πρίζες. Η καλή λειτουργία και συντήρηση όλων των ηλεκτρικών συσκευών όπως ψυγείο, κουζίνα, ηλεκτρικό σίδερο κ.λπ. και η κάλυψη των πριζών συμβάλλουν στην προστασία από ατυχήματα (ηλεκτροπληξία).

ii. Πρέπει να αποφεύγεται το υπερβολικό γυάλισμα των δαπέδων και τα χαλιά να στερεώνονται καλά στο δάπεδο, γιατί υπάρχει κίνδυνος γλιστρήματος.

iii. Οι κινητές σκάλες να είναι καλά προφυλαγμένες, ώστε να μην μπορούν να τις χρησιμοποιήσουν τα μικρά παιδιά.

iv. Το φαρμακείο και οι χημικές ουσίες να είναι σε ασφαλές μέρος. Σήμερα τα κρούσματα δηλητηριάσεων παίρνουν τεράστιες διαστάσεις. Τα φαρμακευτικά προϊόντα, τα είδη οικιακής χρήσης, τα καλλυντικά, οι διάφορες χημικές ουσίες, τα γεωργικά φάρμακα έχουν κατακλύσει τις αγορές όλων των ανεπτυγμένων χωρών.

**Κεφάλαιο 5.7.**

**33162**

4. Ετοιμάζεστε για διακοπές στο χωριό με τον παππού και τη γιαγιά. Οι γονείς μιλούν για τις αλλαγές που θα κάνουν στο σπίτι στο χωριό, προκειμένου να παρέχει μεγαλύτερη ασφάλεια στα μικρότερα μέλη της οικογένειας, προλαβαίνοντας οικιακά ατυχήματα.

α) Πολλά ατυχήματα στην παιδική ηλικία που οφείλονται και πως αντιμετωπίζονται;

β) Στην υγιεινή της αγροτικής κατοικίας που πρέπει να δίνεται ιδιαίτερη προσοχή για την υγεία του ανθρώπου και την ασφάλεια των παιδιών;

γ) Η αγροτική κατοικία των παππούδων είναι σύγχρονη και διαφέρει από την αγροτική κατοικία του παρελθόντος. Αναφέρετε αυτές τις διαφορές;

**Απάντηση**

α) Οφείλονται στις ηλεκτρικές πρίζες. Η καλή λειτουργία και συντήρηση όλων των ηλεκτρικών συσκευών όπως ψυγείο, κουζίνα, ηλεκτρικό σίδερο κτλ. και η κάλυψη των πριζών συμβάλλουν στην προστασία από ατυχήματα (ηλεκτροπληξία).

β) Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται στα κατοικίδια ζώα, γιατί σπάνια εμβολιάζονται, στα γεωργικά μηχανήματα, γεωργικά φάρμακα και εντομοκτόνα. Πρέπει να είναι σε ασφαλές μέρος μακριά από τα παιδιά. Επίσης χρειάζεται μεγάλη προσοχή κατά τη χρήση τους, γιατί πολλά από αυτά είναι επικίνδυνα για την υγεία του ανθρώπου.

γ) Στην ύδρευση η οποία γίνεται από κεντρικό υδραγωγείο και στην αποχέτευση που γίνεται σε στεγανούς βόθρους. Επίσης τα απορρίμματα συλλέγονται και μεταφέρονται στους χώρους ταφής (χωματερές), με ειδικά αυτοκίνητα.

**Κεφάλαιο 5.8**

**22875**

α)Δώστε τον ορισμό των επαγγελματικών νοσημάτων.

β) Ποια είναι τα κυριότερα αίτια δερματίτιδας πού οφείλονται σε ερεθισμό;

γ) Με ποιον τρόπο εισέρχονται στον οργανισμό ουσίες που μπορούν να προκαλέσουν επαγγελματικές δηλητηριάσεις; Δώστε δύο παραδείγματα ουσιών που μπορεί να προκαλέσουν επαγγελματική δηλητηρίαση.

**Απάντηση**

2.1

α) Με τον όρο επαγγελματικά νοσήματα εννοούμε τα νοσήματα εκείνα που εμφανίζονται με πολύ μεγαλύτερη συχνότητα σε εργαζόμενους, εκτεθειμένους στο συγκεκριμένο παράγοντα που προκαλεί τη νόσο, σε σύγκριση με τη συχνότητα που εμφανίζεται η νόσος στο γενικό πληθυσμό.

β) Τα κυριότερα αίτια δερματίτιδας, που οφείλονται σε ερεθισμό, είναι συνήθως τα απορρυπαντικά και οι διαλύτες ενώ για τις αλλεργικές δερματίτιδες είναι κυρίως η επαφή με φυτά και παράγωγα ξύλου.

γ) Ουσίες που μπορούν να προκαλέσουν επαγγελματικές δηλητηριάσεις εισέρχονται στον οργανισμό με την αναπνοή, τις τροφές, με το νερό ή μέσω των βλεννογόνων και του δέρματος. Επαγγελματικές δηλητηριάσεις μπορούν να συμβούν από ουσίες όπως μόλυβδος, υδράργυρος, αρσενικό και άλλες οργανικές και ανόργανες ουσίες ή αέρια όπως μονοξείδιο του άνθρακα, μεθάνιο, αιθέρας.

**Κεφάλαιο 5.8.**

**32781**

4. Σε μια νεοσύστατη επιχείρηση έγινε σήμερα ενημέρωση, από τον γιατρό εργασίας καθώς και από τον προϊστάμενο της επιχείρησης, σχετικά με τους παράγοντες που προκαλούν τα εργατικά ατυχήματα, καθώς και με τα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται εντός του εργασιακού χώρου, ώστε να αποφεύγονται τα εργατικά ατυχήματα. Σύμφωνα με τα ανωτέρω απαντήστε στις εξής ερωτήσεις:

α) Πόσο προσωπικό πρέπει να διαθέτει μια επιχείρηση δημόσια ή ιδιωτική, ώστε να υποχρεούται να έχει γιατρό εργασίας ;

β) Σε ποιους παράγοντες οφείλονται τα εργατικά ατυχήματα;

γ) Ποια τα μέτρα πρόληψης των εργατικών ατυχημάτων;

**Απάντηση**

α) Εκατό (100) άτομα προσωπικό πρέπει να διαθέτει η επιχείρηση.

β)

i. Σε παράγοντες, που σχετίζονται με την κακή λειτουργία των μηχανημάτων.

ii. Σε παράγοντες που σχετίζονται με το περιβάλλον εργασίας: έντονος θόρυβος, έντονος ή κακός φωτισμός, υψηλή θερμοκρασία και υγρασία.

iii. Σε παράγοντες που σχετίζονται με τον εργαζόμενο: ηλικία, φύλο, έλλειψη εκπαίδευσης και πείρας, σωματική και ψυχική κούραση, άγχος κτλ.

γ)

i. Τη βελτίωση των συνθηκών εργασίας,

ii. Τη συνεχή εκπαίδευση των εργαζομένων για τους εργασιακούς κινδύνους που διατρέχουν και τα μέτρα προστασίας.

iii. Την καλή συντήρηση των μηχανημάτων και τη σηματοδότηση των χώρων εργασίας.

iv. Την ύπαρξη μέσων πυρόσβεσης.

v. Τη χρησιμοποίηση ακίνδυνων υλικών.

vi. Την εκτίμηση της ικανότητας του εργαζομένου στη συγκεκριμένη θέση εργασίας.