

Poškodenie zmyslových orgánov

Chuť – poškodzujú horúce a korenisté jedlá

Čuch – poškodzuje intenzívny a silný zápach a vôňa, dráždivé a dusivé látky - ich vdychovanie(fetovanie)

– tiež poškodzuje fajčenie

– nádcha a alergie

Sluch – poškodenia sú nedoslýchavosť (čiastočná strata sluchu)

hluchota (úplná strata sluchu)

Príčinou sú časté zápal, úrazy, silný hluk, poškodenie sluchového centra, dedičnosť – hluchonemnosť

Tinitus – nekonečné pískanie v ušiach

Preto treba používať tlmiče na uši alebo štuple do uší

Hlukový smog – zdravotná záťaž

Hluk môže zabíjať : 65 becibelov – oslabenie sluchu

90 dB hluchota

160 dB praská bubienok

190 dB praskajú pľúcne komôrky = smrť

Starostlivosť : - hygiena

- regulácia hlasitosti
- slúchadlá v ušiach obmedziť
- ochranné pomôcky na stavbe a pri prácach

Zrak poškodzujú : nedostatočné a nesprávne osvetlenie

prašné prostredie

silný zdroj svetla – Slnko, plameň, snežná slepota

práca pred monitorom

zápal spojoviek : alergie. Dym, prach, chemické látky, prievan, infekcie Covid-19

Očné chyby : krátkozrakosť, ďalekozrakosť, astigmatizmus

Odstraňujú sa : okuliarmi, šošovkami, chirurgicky

Slepota a slabozrakosť – dôsledok úrazu, dedičnosť

Poruchy zraku : farbosleposť (zlé rozlišovanie zelenej a červenej farby)

škúlenie porucha svalov oka

sivý a zelený zákal

Zásady starostlivosti : - osvetlenie pri čítaní

- čítať a písať 30 cm od plochy stola
- vyhýbať sa zaprášenému a zadymenému prostrediu
- menej pred počítačom
- nosiť okuliare a slnečné okuliare
- konzumovať tmavozelené a tmavožlté ovocie
- návšteva očného lekára