

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	3
-------------------	---

РАЗДЕЛ I

ЭКОЛОГИЯ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ ЧЕЛОВЕКА

Глава 1. Техногенно измененная воздушная среда городов — этиологический фактор развития заболеваний	5
1.1. Воздействие атмосферных загрязнений на человека. Диагностика заболеваний	6
1.1.1. Острое действие атмосферных загрязнений	6
1.1.2. Хроническое действие атмосферных загрязнений	8
1.2. Медико-экологическая реабилитация. Принципы организации и методы проведения	11
Глава 2. Вода как фактор риска развития заболеваний инфекционной и неинфекционной природы	18
2.1. Микробиологическое качество воды. Его роль в заболеваемости населения	19
2.2. Приоритетные химические загрязнения питьевой воды	26
2.3. Критерии безопасности питьевой воды	36
Глава 3. Факторы риска искусственной среды жилых и общественных зданий. Характер влияния на человека	43
3.1. Источники химического загрязнения воздушной среды жилых и общественных зданий	44
3.2. Наиболее значимые загрязнители воздушной среды помещений. Влияние на здоровье	49
3.3. Парапрофессиональные заболевания	54
3.4. «Синдром больных зданий»	56
3.5. Ионизация воздушной среды помещений	58
Глава 4. Состояния, вызванные воздействием физических факторов окружающей среды	62
4.1. Шум	62

4.1.1. Шум как физический фактор	63
4.1.2. Методы изучения влияния шума на здоровье человека	63
4.1.3. Влияние шума на здоровье человека	63
4.2. Инфразвук	68
4.3. Вибрация	69
4.4. Электромагнитные, магнитные и электрические поля	71
4.4.1. Электромагнитные поля радиочастот	71
4.4.2. Сверхнизкочастотные ЭМП	74
4.4.3. Магнитное поле Земли	75
4.4.4. Электрическое поле	76
4.5. Некоторые рекомендации практического характера	76
Глава 5. Принципы распознавания этиологических факторов химической природы, ответственных за развитие экологически обусловленных заболеваний	80
5.1. Характеристика веществ, вызывающих заболевания химической этиологии	80
5.2. Принципы изучения болезней химической этиологии	81
5.3. Признаки болезней химической этиологии	82
5.4. Методические подходы к изучению болезней химической этиологии	83
5.5. Практические рекомендации и профилактические мероприятия	87
Глава 6. Методы изучения влияния факторов окружающей среды на здоровье населения. Принципы планирования и организации медицинских исследований	93
6.1. Методы изучения влияния факторов среды на здоровье	94
6.1.1. Метод моделирования на животных	94
6.1.2. Методы наблюдения за населением	94
6.1.3. Метод оценки риска здоровью	97
6.2. Планирование и организация популяционных медицинских обследований	98
РАЗДЕЛ II	
ЭКОЛОГИЯ И ПИТАНИЕ ЧЕЛОВЕКА	
Глава 7. Роль алиментарной чужеродной нагрузки в формировании заболеваемости населения	105
7.1. Качество продуктов питания	106
7.2. Принципы нормирования ксенобиотиков в пищевых продуктах	107

7.3. Ксенобиотики, поступающие в организм алиментарным путем	108
7.3.1. Пестициды	109
7.3.2. Тяжелые металлы	112
7.3.3. Нитраты, нитриты	113
7.3.4. Канцерогенные вещества в пищевых продуктах	114
7.4. Порядок расследования пищевых отравлений	116
Глава 8. Изучение состояния питания населения, проживающего и работающего на экологически неблагополучных территориях	122
8.1. Методы изучения фактического питания	123
8.2. Индивидуальные потребности в пищевых веществах и энергии	125
Глава 9. Методика изучения пищевого статуса человека с учетом экологической обстановки	135
9.1. Оценка данных физического развития	135
9.2. Диагностика микронутриентного дисбаланса	137
9.2.1. Клинические признаки витаминной недостаточности и железодефицита	137
9.2.2. Лабораторная диагностика нутриентного дисбаланса. Биохимические маркеры пищевого статуса	139
9.3. Оценка пищевого статуса при развитии адаптационной резистентности организма	143
9.3.1. Причины развития фактического дефицита нутриентов при отсутствии их расчетного алиментарного дефицита	143
9.3.2. Лабораторная оценка пищевого статуса человека в условиях чужеродной нагрузки	146
Глава 10. Оптимизация питания в условиях неблагоприятного воздействия экологических факторов	153
10.1. Основы алиментарной адаптации. Нутриенты в адаптационных процессах. Регуляция метаболизма ксенобиотиков	154
10.2. Потребность в отдельных пищевых веществах в условиях чужеродной нагрузки	157
10.3. Система лечебно-профилактического питания	160
10.4. Особенности организации питания в условиях экологической нагрузки	161
Глава 11. Подходы к снижению алиментарной чужеродной нагрузки в неблагоприятных экологических условиях	165

11.1. Деконтаминационная пищевая технология	166
11.2. Рациональный выбор и кулинарная обработка продуктов питания в условиях экологического неблагополучия	167
Приложения	177
Список литературы	201
4.4.1. Электромагнитные поля радиочастот	71
4.4.2. Сверхнизкочастотные ЭМП	74
4.4.3. Магнитное поле Земли	75
4.4.4. Электрическое поле	76
5.1. Характеристика веществ, вызывающих заболевания химической этиологии	80
5.2. Принципы и методы диагностики заболеваний химической этиологии	81
5.3. Признаки болезней химической этиологии	82
5.4. Методические подходы к изучению болезней химической этиологии	83
5.5. Практические рекомендации и профилактические мероприятия	87
6.1. Методы изучения влияния факторов среды на здоровье	93
6.1.1. Методы изучения влияния факторов среды на здоровье	94
6.1.2. Методы наблюдения за здоровьем	94
6.1.3. Метод оценки риска здоровью	97
6.2. Планирование и организация профилактических мероприятий	98
7.1. Качество продуктов питания	101
7.2. Принципы подбора и приготовления пищи	106