

## **Температура, проветривание в общеобразовательных организациях. На что администрации школы обратить внимание?**

Хорошее санитарно-гигиеническое состояние школы подразумевает не только соблюдение чистоты, регулярное и правильное проведение уборки всех помещений, дезинфекции и т.д. Очень важен вопрос воздушно-теплого режима. Температура, влажность и скорость движения воздуха в классе оказывает огромное влияние на состояние организма человека в целом, на его здоровье, самочувствие и работоспособность.

Температура воздуха оказывает существенное влияние на самочувствие человека. Низкая температура вызывает охлаждение организма и может способствовать возникновению простудных заболеваний. При высокой температуре возникает перегрев организма, что ведет к повышению потоотделению и снижению работоспособности. Ученик теряет внимание.

Влажность воздуха также влияет на теплообмен в организме человека. Она оценивается относительной влажностью, т.е. отношением содержания водяных паров в одном метре кубическом воздуха к их максимально возможному содержанию в процентах.

Сырой холодный воздух увеличивает теплоотдачу и способствует простудным заболеваниям.

Сырой теплый воздух препятствует теплоотдаче и испарению. Сухость воздуха вызывает чрезмерное высыхание кожи и слизистых оболочек верхних дыхательных путей.

Пыль – это микрочастицы, образовавшиеся при разрушении кирпича, бетона, мела, извести, лаков, красок, древесины, полимеров, так же в пыли содержатся вирусы, бактерии, частицы кожи и т.д. В сухом воздухе пылевые частицы постоянно находятся во взвешенном состоянии и летают по помещению, пока не осядут, но она легко может быть поднята в воздух малейшим воздушным потоком, и дальше продолжать свое странствие. Очень мелкие пылинки, попав на слизистые оболочки носа и легочных пузырьков, могут вызвать аллергические реакции, ринит и бронхиальную астму.

Требования к условиям обучения в образовательных организациях регламентируются СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях».

### Температура

Температура воздуха в учебных помещениях и кабинетах, кабинетах психолога и логопеда, лабораториях, актовом зале, столовой, рекреациях, библиотеке, вестибюле, гардеробе должна составлять +18-24°C, в спортзале и комнатах для проведения секционных занятий, мастерских +17-20°C, игровых комнатах, помещениях подразделений дошкольного образования +20-24°C, медицинских кабинетах, раздевальных комнатах спортивного зала +20-22°C, душевых +25°C.

Для контроля температурного режима учебные помещения и кабинеты должны быть оснащены бытовыми термометрами.

### Влажность и скорость движения воздуха

В помещениях общеобразовательных учреждений относительная влажность воздуха должна составлять 40 - 60 %, скорость движения воздуха не более 0,1м/сек.

### Проветривание

Половину дня, а в некоторых случаях и целый рабочий день дети находятся в учебных классах и занимаются, преимущественно умственной деятельностью. К этому стоит добавить, что у школьников растущий организм, который нуждается в постоянном поступлении кислорода для развития структуры тела и мозга. Важность проветривания помещения очевидна как никогда. Также, стоит добавить, что чаще всего в небольших пространствах учебных кабинетов располагается от 20 до 30 человек одновременно, что способствует быстрому образованию большого количества углекислого газа в атмосфере, который будет негативно воздействовать на мыслительные способности детей и подростков.

Рекомендуемая продолжительность сквозного проветривания учебных помещений в зависимости от температуры наружного воздуха

Проведение проветривания не требует никаких финансовых вложений, а эффективность его, особенно в период подъема заболеваемости ОРВИ и гриппом, весьма высока. Учебные помещения проветривают во время перемен, а рекреационные - во время уроков. До начала занятий и после их окончания необходимо проводить сквозное проветривание учебных помещений.

*Соблюдение требований санитарных правил позволит сохранить здоровье детей, посещающих образовательные учреждения.*

Рекомендуемая продолжительность сквозного проветривания учебных помещений в зависимости от температуры наружного воздуха		
Наружная температура, °С	Длительность проветривания помещения, минут	
	в малые перемены	в большие перемены и между сменами
От +10 до +6	4-10	25-35
От +5 до 0	3-7	20-30
От 0 до -5	2-5	15-25
От -5 до -10	1-3	10-15
Ниже -10	1-1,5	5-10

Врач по гигиене детей и подростков филиала Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области в Чкаловском районе города Екатеринбурга, городе Полевской и Сысертском районе»

Нестерова И.В.

Согласованно:

Главный государственный санитарный врач в Чкаловском районе города Екатеринбурга, в городе Полевской и в Сысертском районе начальник территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Свердловской области в Чкаловском районе города Екатеринбурга, в городе Полевской и в Сысертском районе

Потапкина Е.П.