Здоровье и профессия

Что нужно знать о здоровье, выбирая профессию?

Все мы знаем, что проблема профессионального самоопределения является сложной в зни каждого молодого человека, однако особенно труден выбор профессии для лиц, имеющих хронические заболевания или отклонения в состоянии здоровья.

 С чем же связано ограничение возможности выбора профессии при наличии каких либо заболеваний? Во-первых, сама профессия предъявляет определенные требования к состоянию здоровья, и прежде всего, к анализаторам. Например, работа с мелкими деталями требует хорошей остроты зрения. Имеется также целая группа работ, при выполнении которых необходимо различение цвета, т.е. требуется сохранность функции цветоощущения. С другой стороны, известно, что любая профессиональная деятельность осуществляется в определенных производственных условиях, которые в ряде случаев оказывают отрицательное влияние на организм и могут привести к обострению имеющихся заболеваний. К неблагоприятным производственным факторам относятся большие физические нагрузки, вынужденная рабочая поза, значительное нервно-психическое напряжение, неблагоприятный микроклимат (высокие или низкие температуры, повышенная влажность), пыль, шум, вибрация, токсические вещества.

 Ниже приводится примерный перечень противопоказанных факторов производственной среды и трудового процесса, влияние которых необходимо учитывать при выборе профессии подросткам, имеющим хронические заболевания и отклонения в состоянии здоровья. Болезни

**Противопоказанные факторы производственной среды и трудового процесса**

органов дыхания

неблагоприятные метеорологические и микроклиматические условия (повышенные температура, влажность, давление воздуха, пониженная температура), пыль, токсические вещества раздражающего и сенсибилизирующего действия, значительное нервно-эмоциональное и физическое напряжение

сердечно-сосудистой системы

выраженное физическое и нервно-эмоциональное напряжение, предписанный темп работы, длительная ходьба, неблагоприятные микроклиматические и метеорологические факторы, токсические вещества, повышенные уровни шума и вибрации, работа на высоте

нервной системы

значительное физическое и нервно-эмоциональное напряжение, неблагоприятные микроклиматические и метеорологические условия, контакт с токсическими веществами, повышенная опасность травматизма, шум, вибрация

органов пищеварения

значительное физическое напряжение, токсические вещества, шум, вибрация, неблагоприятные метеорологические и микроклиматические условия, вынужденное положение тела, связанное с напряжением брюшного пресса, невозможность соблюдения режима питания

почек

значительное физическое напряжение, неблагоприятные микроклиматические и метеорологические условия, вынужденная рабочая поза, воздействие вибрации, контакт с токсическими веществами, невозможность соблюдения режима питания

костно-мышечной системы

значительное физическое напряжение (подъём и переноска тяжестей), длительное пребывание на ногах, длительное фиксированное положение тела с отсутствием возможности перемены положения для снятия напряжения с группы длинных мышц спины

органа зрения

работа, связанная с повышенным напряжением зрения, вынужденная (резко согнутая) рабочая поза, значительное физическое напряжение; работы, в которых не допускается использование корригирующих очков

органа слуха

работа, требующая хорошего слуха; повышенные уровни интенсивности шума и вибрации

кожи

токсические и раздражающие кожу вещества, пыль, неблагоприятные метеорологические условия; необходимость в процессе работы постоянного увлажнения, загрязнения и охлаждения рук