

ỦY BAN NHÂN DÂN TỈNH THANH HÓA
TRƯỜNG CAO ĐẲNG Y TẾ



GIÁO TRÌNH

MÔN HỌC: SỨC KHỎE MÔI TRƯỜNG

NGÀNH/NGHỀ: KỸ THUẬT PHỤC HÌNH RĂNG

TRÌNH ĐỘ: CAO ĐẲNG CHÍNH QUY

*Ban hành kèm theo Quyết định số: 549 /QĐ-CDYT ngày 9 tháng 8 năm 2021.
của Hiệu trưởng Trường Cao đẳng Y tế Thanh Hóa*

Thanh Hóa, năm 2021

TUYÊN BỐ BẢN QUYỀN

Tài liệu này thuộc loại sách giáo trình nên các nguồn thông tin có thể được phép dùng nguyên bản hoặc trích dùng cho các mục đích về đào tạo và tham khảo.

Mọi mục đích khác mang tính lệch lạc hoặc sử dụng với mục đích kinh doanh thiếu lành mạnh sẽ bị nghiêm cấm.

TaiLieu.vn

LỜI GIỚI THIỆU

Trường Cao đẳng Y tế Thanh Hóa có bề dày lịch sử 60 năm xây dựng và phát triển. Hiện nay Nhà trường đã và đang đổi mới về nội dung, phương pháp dạy học tích cực và lượng giá học tập của học sinh, sinh viên nhằm không ngừng nâng cao chất lượng đào tạo cán bộ y tế đáp ứng yêu cầu xã hội và quy định của Bộ Y tế.

Cuốn sách Sức Khỏe – Môi Trường – Vệ Sinh được các giảng viên Bộ môn Y tế công cộng biên soạn dựa trên chương trình khung của Bộ Y tế năm 2010 và Thông tư số 03/2017/TT - BLĐTBXH, ngày 01 tháng 3 năm 2017 quy định về biên soạn giáo trình và chương trình chi tiết môn học/học phần của Nhà trường quy định.

Cuốn sách trang bị cho sinh viên những kiến thức và kỹ năng rất cần thiết, thực tiễn liên quan đến vấn đề Sức khỏe - Môi trường - Vệ Sinh hiện nay. Những biến đổi của khí hậu mà đặc biệt là hiện tượng Enino gây hạn hán, lũ lụt, cháy rừng. Những vấn đề Vệ Sinh trong lao động, nghề nghiệp, nhà ở, trường học và cả vấn đề vệ sinh cá nhân được đề cập đều có ảnh hưởng đến sức khỏe con người. Những ô nhiễm trong đất, nước, không khí có chiều hướng gia tăng trong môi trường sống của con người ngày nay, đều có nguy cơ hủy hoại sức khỏe con người, tàn phá môi trường sống của con người. Con người cũng như mọi sinh vật đều sống dựa vào môi trường đặc trưng của mình, ngoài môi trường đó ra sinh vật không thể tồn tại được. Vì vậy, kiến thức về Sức khỏe - Môi trường - Vệ sinh là quan trọng của người cán bộ y tế trong lĩnh vực Y tế dự phòng mà sinh viên cần nắm được.

Lần đầu tiên cuốn sách ra mắt nên có thể có thiếu sót, tập thể biên soạn xin ghi nhận ý kiến đóng góp xây dựng của đồng nghiệp, các thầy cô giáo, sinh viên và những người sử dụng cuốn sách này.

Xin trân trọng cảm ơn!

Thanh Hóa, năm 2021

BAN BIÊN SOẠN

Chủ biên: ThS.BS. Mai Văn Bảy

Tham gia biên soạn: BS CK1. Lê Văn Hoan

ThS. Trịnh Xuân Nhất

ThS. Lê Viết Toàn

Tailieu.vn

MỤC LỤC

TT	NỘI DUNG	TRANG
1	LỜI GIỚI THIỆU	02
2	SỨC KHỎE MÔI TRƯỜNG.	06
3	CÁC YẾU TỐ TÁC HẠI NGHỀ NGHIỆP	19
4	MỘT SỐ BỆNH NGHỀ NGHIỆP THƯỜNG GẶP VÀ BIỆN PHÁP PHÒNG CHỐNG	25
5	VỆ SINH CÁ NHÂN	34
6	VỆ SINH TRƯỜNG HỌC	41
7	VỆ SINH NHÀ Ở.	48
8	VỆ SINH MÔI TRƯỜNG ĐẤT	62
9	VỆ SINH MÔI TRƯỜNG NƯỚC.	70
10	VỆ SINH MÔI TRƯỜNG KHÔNG KHÍ.	85
11	CÁC HÌNH THỨC XỬ LÝ CHẤT THẢI CỦA NGƯỜI HỢP VỆ SINH.	96
12	THẨM HỌA	105
13	VỆ SINH MÔI TRƯỜNG BỆNH VIỆN	114

CHƯƠNG TRÌNH MÔN HỌC
SỨC KHOẺ - VỆ SINH - MÔI TRƯỜNG
Hệ: Cao đẳng kỹ thuật Phục hình răng chính quy

Tên môn học: SỨC KHOẺ - VỆ SINH - MÔI TRƯỜNG

Mã số của môn học: MH 18

Thời gian của môn học: 30 tiết

(Lý thuyết: 28 tiết. Thực hành: 02 tiết. Kiểm tra: 02 tiết)

I. Vị trí, tính chất, vai trò và ý nghĩa của môn học

- **Vị trí:** Thuộc khối kiến thức cơ sở ngành

- **Tính chất:** Môn học này gồm một số khái niệm cơ bản về sức khỏe – vệ sinh - môi trường. Cung cấp cho học sinh những kiến thức cơ bản về môi trường, những ảnh hưởng của môi trường đến sức khỏe con người, các điều kiện vệ sinh môi trường cũng như vệ sinh cá nhân ảnh hưởng đến sức khỏe con người.

- **Ý nghĩa và vai trò:** Vận dụng được những kiến thức đã học vào công tác chăm sóc bảo vệ sức khỏe cộng đồng

II. Mục tiêu môn học.

- **Về kiến thức**

+ Trình bày được ý nghĩa, tầm quan trọng, tác động của các yếu tố môi trường đến sức khỏe môi trường

+ Trình bày được mối quan hệ giữa sức khỏe, bệnh tật với môi trường

- **Về kỹ năng.**

- Đánh giá đúng được sự tác động qua lại giữa môi trường và sức khỏe con người

- **Về năng lực tự chủ và trách nhiệm.**

Vận dụng được được những kiến thức và kỹ năng của học phần vào công tác bảo vệ, nâng cao sức khỏe cho con người

III. Nội dung môn học:

Bài 1. SỨC KHỎE MÔI TRƯỜNG

Giới thiệu: Con người cũng như mọi sinh vật đều sống dựa vào môi trường đặc trưng của mình, ngoài môi trường đó ra sinh vật không thể tồn tại được. Giữa sinh vật và môi trường có mối tương tác hữu cơ, biện chứng, tác động, ảnh hưởng lẫn nhau.

Vì vậy quan tâm đến sức khỏe môi trường không chỉ là nhiệm vụ riêng của ngành Y tế, của lĩnh vực Y tế dự phòng mà là nhiệm vụ của tất cả mọi người bảo vệ gìn giữ môi trường sống và sức khỏe của chính mình.

Mục tiêu:

Sau khi học xong bài này, sinh viên phải:

1. *Nêu được các khái niệm về sức khỏe môi trường.*
2. *Trình bày được các yếu tố môi trường tác động đến sức khỏe.*
3. *Nêu được các bệnh tật liên quan đến môi trường.*
4. *Trình bày được các biện pháp phòng chống ô nhiễm môi trường nâng cao sức khỏe.*

Nội dung chính:

1. Các khái niệm cơ bản về sức khỏe môi trường

1.1. Định nghĩa về môi trường

Theo Luật Bảo vệ môi trường Việt Nam (2005): Môi trường bao gồm các yếu tố tự nhiên và yếu tố vật chất nhân tạo quan hệ mật thiết với nhau, bao quanh con người, có ảnh hưởng tới đời sống, sản xuất, sự tồn tại, phát triển của con người và thiên nhiên.

Các thành phần của môi trường bao gồm: Không khí, đất, nước, khí hậu, âm thanh, ánh sáng, sức nóng, bức xạ, động thực vật thuộc các hệ sinh thái, khu dân cư, khu sản xuất, cảnh quan thiên nhiên, danh lam thắng cảnh, di tích lịch sử, khu vui chơi giải trí, thức ăn nước uống, nhà ở v.v. Như vậy các thành phần của môi trường bao gồm: Môi trường lý học, môi trường hoá học, môi trường sinh học, môi trường xã hội.

Môi trường lý học bao gồm các yếu tố vật lý như: Khí hậu, bụi, tiếng ồn, ánh sáng, bức xạ v.v.

Môi trường hóa học gồm: Các yếu tố hoá học, các hơi khí độc, hoá chất, thuốc men, thực phẩm v.v.

Môi trường sinh học bao gồm: Động vật, thực vật, ký sinh trùng, vi khuẩn, virus, bào tử nấm, phấn hoa, các yếu tố di truyền v.v.

Môi trường xã hội bao gồm: Các căng thẳng xã hội (stress), các mối quan hệ giữa con người với con người, môi trường làm việc, môi trường gia đình, môi trường cộng đồng, yếu tố giàu nghèo, công ăn việc làm, thu nhập, công bằng xã hội, các dịch vụ xã hội: Y tế, trường học, vui chơi giải trí, đi lại, ăn ở, an sinh xã hội, tai nạn, bạo lực v.v.

1.2. Khái niệm về sức khỏe

Theo Tổ chức Y tế Thế giới – WHO (1978): “Sức khỏe là một tình trạng thoải mái hoàn toàn về thể chất, tinh thần và xã hội, chứ không phải chỉ là một tình trạng không bệnh tật hay tàn tật”.

Theo Bác Hồ (Hồ Chí Minh, Báo Cứu quốc số 199 ra ngày 27/3/1946 và Hồ Chí Minh toàn tập, tập 4, trang 212): “Khí huyết lưu thông, tinh thần đầy đủ, như vậy là sức khỏe”.

Như vậy sức khỏe là sự kết hợp hài hoà cả 3 thành phần: Thể chất, tinh thần và xã hội.

Sức khỏe thể chất là: Có thể hình (chiều cao, cân nặng, các kích thước cơ thể v.v) cân đối, phù hợp với tuổi và giới. Như vậy người béo quá hay gầy quá đều có sức khỏe thể chất không tốt.

Có thể lực (sức nhanh, sức mạnh, sức bền, sức dai, khéo léo v.v) phù hợp với tuổi giới. Như vậy người chậm chạp quá, nhanh mệt mỏi, nhanh xuống sức v.v, là có sức khỏe thể chất không tốt.

Sức khỏe tinh thần là: Có khả năng tự làm chủ được bản thân, luôn giữ được cân bằng trong lý trí và tình cảm trước mọi thay đổi không ngừng của môi trường bên ngoài.

Sức khỏe xã hội là: Có khả năng hoà nhập với môi trường xã hội xung quanh, có khả năng tác động cải tạo lại môi trường đó.

1.3. Khái niệm về sức khỏe môi trường

Theo định nghĩa của WHO (1993): “ Sức khỏe môi trường bao gồm tất cả những khía cạnh liên quan tới sức khỏe, tình trạng ốm, bị bệnh và bị thương tật của con người do phải chịu tác động từ các yếu tố môi trường vật lý, hóa học, sinh học, xã hội và tâm lý”. Thuật ngữ này đồng thời cũng được dùng để gọi chung cho các lý thuyết và thực hành về đánh giá, điều chỉnh, kiểm soát và phòng ngừa những yếu tố của môi trường có khả năng gây nên những tác động có hại cho sức khỏe con người, cả thể hệ hiện tại và các thế hệ trong tương lai.

2. Các yếu tố tác động đến sức khỏe

2.1. Các yếu tố di truyền, bẩm sinh

Có các bệnh di truyền từ cha mẹ sang con cái như bệnh ưa chảy máu, cận thị nặng, có các dị tật bẩm sinh như nứt môi hở hàm, thừa ngón chân, ngón tay, liệt tứ chi. Cha mẹ bị bệnh tật sẽ có nguy cơ cao sinh ra con cái bị bệnh tật. Hiện tại các giải pháp tác động trực tiếp lên bộ máy di truyền để sửa chữa các sai lệch trên gen, phòng tránh các bệnh di truyền còn rất hạn chế và tốn kém. Tuy nhiên người ta có thể chủ động phòng tránh các yếu tố tác hại trong quá trình mang thai để hạn chế các dị tật bẩm sinh.

2.2. Các yếu tố môi trường

Gồm các yếu tố môi trường tự nhiên và các yếu tố môi trường xã hội.

2.2.1. Các yếu tố môi trường tự nhiên

Các yếu tố môi trường tự nhiên bao gồm các yếu tố vật lý, hoá học, sinh học của môi trường không khí, đất, nước.

-Những thay đổi về vi khí hậu: Vi khí hậu nơi ở, nơi làm việc có ảnh hưởng lớn đến sức khỏe và năng suất lao động, môi trường quá nóng, quá lạnh, quá ẩm, quá khô làm căng thẳng quá trình điều nhiệt, suy giảm sức đề kháng, gây các bệnh theo mùa, tăng các bệnh liên quan đến thời tiết.

- Ô nhiễm không khí nơi ở, nơi làm việc: Các nguồn gây ô nhiễm nơi ở, nơi sản xuất có rất nhiều, do sinh hoạt, đun nấu, nghề phụ, từ các công trình vệ sinh, do ô nhiễm tại các khu công nghiệp, giao thông, xử lý chất thải, thải ra khói bụi, hơi khí độc, các loại vi khuẩn nấm mốc gây bệnh, gây ô nhiễm, gia tăng các bệnh liên quan đến ô nhiễm.

- Ô nhiễm các nguồn nước: Do khí thải, nước thải, rác thải từ khu dân cư, khu công nghiệp, làm ô nhiễm các nguồn nước mặt, ngầm, làm cho nguồn nước bị nhiễm các chất độc hại: chất hữu cơ, hoá chất độc, kim loại nặng, vi sinh vật, ký sinh trùng gây bệnh, làm gia tăng các bệnh liên quan đến ô nhiễm nước.

- Ô nhiễm môi trường đất: Do nước thải, rác thải từ khu dân cư, khu công nghiệp, do phân bón, các hoá chất trừ sâu diệt cỏ, gây ô nhiễm nguồn nước, tích lũy trong các sản phẩm nông nghiệp, qua chuỗi thức ăn vào cơ thể, ảnh hưởng xấu cho sức khỏe.(H1)

- Suy thoái môi trường, mất cân bằng sinh thái và đa dạng sinh học: Do khai thác quá mức các nguồn tài nguyên thiên nhiên cho sản xuất và đời sống, làm cạn kiệt tài nguyên. Suy thoái môi trường gây biến đổi khí hậu, thiên tai thảm họa, ảnh hưởng trực tiếp đến điều kiện sinh tồn của con người và mọi sinh vật.



Hình 1. Hình ảnh bãi rác thải gây ô nhiễm môi trường

2.2.2. Các yếu tố môi trường xã hội

- Dân số

Chính sách dân số, kế hoạch hoá gia đình có ảnh hưởng mạnh đến sức khỏe, nhất là phụ nữ và trẻ em.

Sự phân bố dân cư ở mỗi vùng khác nhau có ảnh hưởng nhất định đến sức khỏe của cá nhân và cộng đồng: Nơi đô thị mật độ dân cư quá cao, chật trội, quá tải cơ sở hạ tầng, vùng sâu, xa, giao thông khó khăn, cơ sở hạ tầng thấp, tiếp cận dịch vụ y tế khó khăn.

- Kinh tế thu nhập, nghề nghiệp, việc làm

Mỗi khu vực có phương thức sản xuất khác nhau và tác động nhất định lên sức khoẻ người dân như cường độ lao động, thời gian lao động, môi trường lao động, ở khu vực nông thôn khác khu vực đô thị.

Thu nhập có ảnh hưởng quan trọng đối với sức khoẻ vì nó quyết định mức sống của mỗi cá nhân và gia đình họ. Thu nhập tăng thì tình trạng sức khoẻ được cải thiện. Việc làm không ổn định, nghề nghiệp nhiều rủi ro, thu nhập thấp làm giảm sút sức khoẻ, nhất là phụ nữ và trẻ em.

Khi xem xét mối liên quan giữa việc làm, thu nhập, sức khoẻ cần chú ý tính chất công việc, chế độ làm việc, nghỉ ngơi, cường độ lao động, điều kiện lao động, nguy cơ tiếp xúc với độc hại, tai nạn lao động, phương tiện bảo hộ và chế độ bảo hiểm.

- Các yếu tố văn hoá:

Trình độ văn hoá: Ảnh hưởng đến hiểu biết, thái độ, thực hành đối với sức khoẻ và việc bảo vệ sức khoẻ của cá nhân và cộng đồng

Phong tục tập quán: Mỗi nơi có phong tục tập quán ảnh hưởng mạnh mẽ đến khả năng đối phó với các vấn đề sức khoẻ, có thói quen ảnh hưởng tốt cho sức khoẻ và có thói quen ảnh hưởng xấu đến sức khoẻ.

An sinh xã hội và gia đình: Sự hỗ trợ xã hội và các mối quan hệ gần gũi, thân thiện có tác dụng bảo vệ sức khoẻ cho mỗi cá nhân, gia đình và cộng đồng.

- Hệ thống chăm sóc sức khoẻ, dịch vụ y tế

- Mạng lưới tổ chức y tế

Sự phân bố các cơ sở y tế, các cán bộ y tế và nhân viên y tế ở các vùng nông thôn và đô thị có ảnh hưởng rất lớn đến sức khoẻ của cư dân trong vùng. Các đô thị lớn, có mạng lưới y tế tốt hơn về mọi mặt: Cơ sở vật chất, trang thiết bị, trình độ cán bộ y tế, làm cho chất lượng chăm sóc dịch vụ tốt hơn cả về dự phòng và điều trị so với vùng khác.

- Khả năng tiếp cận với các dịch vụ y tế

Người nghèo thường không biết khai thác các dịch vụ y tế sẵn có để thoả mãn những dịch vụ chăm sóc tối thiểu của họ, thiếu tiền và phương tiện cá nhân để tiếp cận dịch vụ y tế khi cấp bách, dịch vụ y tế chất lượng cao, họ không có cách lựa chọn theo ý muốn.

Như vậy, sức khỏe môi trường là cầu nối giữa hai lĩnh vực sức khỏe và môi trường có quan hệ và tác động sâu sắc lẫn nhau.

3. Mối liên quan giữa các yếu tố môi trường và sức khỏe

3.1. Những yếu tố môi trường gây nguy hại cho sức khỏe

- Nhóm các yếu tố truyền thống, đó là các yếu tố do nghèo nàn, lạc hậu, chậm phát triển, thiếu cơ sở hạ tầng tối thiểu như:

- + Thiếu nguồn nước sạch
- + Vệ sinh môi trường kém
- + Nước thải, rác thải không được thu gom, xử lý
- + Ô nhiễm không khí trong nhà
- + Thực phẩm bị ô nhiễm do vi sinh vật
- + Lao động nặng nhọc trong điều kiện tồi tàn, lạc hậu, ô nhiễm
- + Các thảm họa thiên nhiên như lũ lụt, hạn hán v.v. (H2;H3;H4)



Hình 2. Hình ảnh cháy rừng



Hình 3. Hình ảnh hạn hán



Hình 4. Hình ảnh về lũ lụt

- Nhóm các yếu tố hiện đại, đó là các yếu tố do phát triển không bền vững, thiếu quan tâm của xã hội, thường gặp ở các nước bắt đầu công nghiệp hoá, chúng gồm các yếu tố như

- + Ô nhiễm không khí do khí thải công nghiệp, do giao thông, ô nhiễm tiếng ồn.

- + Ô nhiễm đất, ô nhiễm các nguồn nước do nước thải, rác thải công nghiệp.

- + Tai nạn giao thông, tai nạn do lao động sản xuất, do sinh hoạt.

- + Ô nhiễm môi trường do các loại hoá chất công nghiệp, hoá chất trừ sâu dùng trong nông nghiệp.

- + Thực phẩm bị ô nhiễm do các hoá chất độc dùng trong sản xuất, bảo quản, chế biến.

- + Nạn phá rừng, khai thác tài nguyên cạn kiệt, gây suy thoái môi trường, làm giảm đa dạng sinh học, gây diệt chủng biến mất nhiều loài động thực vật.

- + Mưa axit, lỗ thủng tầng Ozôn, hiệu ứng nhà kính làm tăng nhiệt độ trái đất, biến đổi khí hậu, gây các thảm hoạ thiên nhiên như hạn hán, lũ lụt v.v.

- + Lối sống không lành mạnh cũng đang là một yếu tố môi trường gây ảnh hưởng rất lớn đến sức khoẻ cộng đồng, nhất là ở các đô thị hiện nay do ăn uống không hợp lý, uống nhiều bia rượu, hút thuốc lá, ăn nhiều

thịt, mỡ, đồ ngọt, làm việc căng thẳng, ít vận động, hút thuốc lá, sử dụng ma túy, quan hệ tình dục không an toàn.

3.2. Những yếu tố truyền thống phổ biến hiện nay

- Thiếu nước sạch và vệ sinh môi trường kém
- Ô nhiễm không khí trong nhà ở

Ô nhiễm không khí trong nhà là yếu tố nguy hại cho các nước đang phát triển và là vấn đề lớn tại các vùng nông thôn. Nguyên nhân chính là do đun nấu bếp bằng than củi không được thông khí tốt, nhà cửa không thông thoáng, ẩm thấp, gần chuồng gia súc. Theo Tổ chức Y tế thế giới, ô nhiễm không khí trong nhà là nguyên nhân của 35,7% trường hợp viêm đường hô hấp dưới và 22% các bệnh phổi mãn tính.

- Ô nhiễm môi trường đất, nước do nước thải, rác thải không được thu gom xử lý

Lượng nước thải, rác thải ngày càng tăng cùng với sự gia tăng dân số và mức sống. Nước thải, rác thải từ các hộ gia đình, công sở, chợ v.v, luôn mang theo một lượng lớn các chất ô nhiễm, các mầm bệnh từ phân, chất thải của người và gia súc, làm ô nhiễm đất, nước, thức ăn, làm gia tăng các bệnh đường tiêu hoá, da, mắt, viêm nhiễm đường sinh dục phụ nữ. Ô nhiễm các nguồn nước còn làm gia tăng các bệnh do muỗi truyền như sốt xuất huyết, giun chỉ, viêm não Nhật Bản, sốt rét.

3.3. Những yếu tố môi trường hiện đại

- Ô nhiễm môi trường đất, các nguồn nước do hoá chất độc

Các hoá chất độc có trong nước thải, rác thải công nghiệp, các hoá chất trừ sâu diệt cỏ, được thải vào môi trường chưa qua xử lý ngày càng tăng về số lượng và chủng loại, đang là nguy cơ lớn gây ô nhiễm môi trường. Số ca nhiễm độc thuốc bảo vệ thực vật không giảm. Các hoá chất này từ môi trường xâm nhập vào cơ thể, tích lũy gây các tổn thương tại tế bào, tổn thương bộ máy di truyền, gây nhiễm độc, ung thư v.v.

- Ô nhiễm không khí ngoài trời

Hiện tại môi trường không khí vẫn đang bị ô nhiễm bởi các yếu tố gây ô nhiễm truyền thống như đun nấu v.v, đã được bổ sung thêm các nguồn gây ô nhiễm mới, nhất là ở các đô thị, khu công nghiệp, các làng nghề.

Hậu quả của ô nhiễm không khí tại các đô thị, khu công nghiệp, làng nghề làm tăng các bệnh liên quan ô nhiễm như các bệnh phổi, phế quản, tắc nghẽn, dị ứng v.v.

- Ngộ độc thực phẩm

Ngộ độc thực phẩm đang là mối quan tâm của toàn xã hội, nhất là những năm gần đây. Để đáp ứng nhu cầu thực phẩm ngày càng tăng của toàn xã hội, người sản xuất đã sử dụng ngày càng nhiều các hoá chất trừ sâu diệt cỏ, phân bón hoá học, các chất kích thích tăng trưởng cho cây trồng vật nuôi. Hậu quả là số vụ ngộ độc thực phẩm do môi trường bị ô nhiễm bởi các loại mầm bệnh, các loại hoá chất độc gia tăng.

- Tai nạn thương tích

Tai nạn thương tích đã trở thành một hiện tượng phổ biến trong xã hội hiện đại và đang gây ra những hậu quả rất lớn cho sức khỏe cộng đồng.

- Biến động khí hậu thời tiết do môi trường suy thoái.

Khai thác tài nguyên môi trường cạn kiệt, chặt phá rừng, làm thay đổi môi trường sinh thái, suy giảm đa dạng sinh học, diệt chủng nhiều loài động thực vật.

Sự suy giảm tầng Ozone, hiệu ứng nhà kính, thảm họa thiên nhiên đang ngày càng ảnh hưởng lớn tới sức khỏe cộng đồng, làm tăng tỷ lệ các bệnh ung thư da, các bệnh do thảm họa.

- Lối sống không lành mạnh

Lối sống không lành mạnh đang là một nguy cơ lớn cho sức khỏe cộng đồng hiện nay do bệnh tật do lối sống không lành mạnh như các bệnh tim mạch, tăng đường huyết, suy nhược thần kinh v.v, đang chiếm vị trí hàng đầu trong danh mục bệnh tật tại cộng đồng, nhất là tại các đô thị đang thay thế dần các bệnh nhiễm trùng truyền thống.

Hút thuốc lá: Là vấn đề sức khỏe mang tính toàn cầu, là yếu tố nguy cơ lớn nhất gây ra các bệnh ác tính, kể cả ung thư.

Uống bia rượu: Tiêu thụ bia rượu gắn liền với rất nhiều bệnh tật và các vấn đề xã hội như xơ gan, ung thư gan, bệnh tim mạch, thần kinh tâm thần, bạo lực trong gia đình, xã hội, tai nạn thương tích.

Ma túy: Sức khỏe cộng đồng luôn bị thách thức bởi các hành vi nguy hiểm của nghiện hút. Tác động tiêu cực do sử dụng ma túy đối với người

nghiện là rất nặng nề về sức khoẻ như nhiễm HIV/AIDS, viêm gan virus, bạo lực thương tích, và nặng nề hơn cho gia đình và xã hội. Đồng hành với ma túy ngoài HIV/AIDS là các bệnh lây qua đường tình dục, tệ nạn mại dâm, tội phạm, đang làm nhức nhối gia đình và xã hội.

Dinh dưỡng: Chế độ ăn uống vệ sinh, đầy đủ chất dinh dưỡng, cân đối, hợp lý là nền tảng cho sức khoẻ cộng đồng.

Thể dục thể thao: Tập luyện thường xuyên tạo nên một lối sống lành mạnh, tăng cường sức khoẻ, dự phòng bệnh tật khi tiếp xúc với các yếu tố nguy cơ.

Hoà nhập với xã hội: Sự thích nghi, hoà nhập với môi trường luôn thay đổi hàng ngày có tác động quan trọng tới sức khoẻ cá nhân và cộng đồng.

4. Các bệnh tật liên quan đến môi trường

- Các bệnh đường tiêu hóa do vi sinh vật, ký sinh trùng: Tả, thương hàn, lỵ, tiêu chảy, giun sán. Các mầm bệnh chủ yếu từ phân người, qua môi trường nước, thực phẩm gây bệnh cho người.

- Các bệnh do côn trùng tiết túc truyền bệnh: Sốt rét, sốt xuất huyết, viêm não Nhật Bản, dịch hạch.

- Các bệnh về mắt, phụ khoa, ngoài da: Do sử dụng nước bẩn.

- Các bệnh do hoá chất và chất độc từ môi trường gây bệnh: Nhiễm độc chì, đồng, thủy ngân, thuốc trừ sâu, ung thư v.v.

- Các bệnh do lối sống: Béo phì, đái tháo đường, tim mạch, suy nhược thần kinh, tai nạn

5. Các biện pháp phòng chống ô nhiễm môi trường nâng cao sức khoẻ

5.1. Các biện pháp đối với môi trường (đất, nước, không khí, thực phẩm, nhà ở, bệnh viện, trường học, nơi công cộng v.v).

Đánh giá môi trường: Theo dõi, lấy mẫu, phân tích xác định các tác nhân gây ô nhiễm môi trường, đánh giá mức độ ô nhiễm, xác định các nguồn gây ô nhiễm, đường truyền ô nhiễm. Kết quả đánh giá môi trường là căn cứ khoa học cho áp dụng các giải pháp kỹ thuật làm giảm tác nhân ô nhiễm ngay tại nguồn thải và ngoài môi trường.

Thực thi các chính sách, chiến lược, các giải pháp hành chính, pháp luật về bảo vệ môi trường tại tất cả các ngành nghề, các lĩnh vực trong quá trình phát triển kinh tế xã hội. Đối với ngành y tế (khám chữa bệnh, phòng bệnh, sản xuất cung ứng thuốc, sinh phẩm v.v) cũng là một nguồn gây ô nhiễm môi trường, tác động lên sức khỏe cộng đồng cần được quan tâm đúng mức.

5.2. Các biện pháp đối với người tiếp xúc. (người lao động trong các ngành nghề, các cộng đồng dân cư bị ô nhiễm)

- Đánh giá tiếp xúc với ô nhiễm môi trường của người dân:

Sau khi phân tích, tính toán được mức độ ô nhiễm, cần ước tính ra liều tiếp xúc trung bình, liều tiếp xúc trung bình theo thời gian, liều tiếp xúc đỉnh. Đối chiếu liều tiếp xúc với các tiêu chuẩn tiếp xúc cho phép để đưa ra nhận định về nguy cơ và xác định những hậu quả của môi trường trên sức khỏe.

Đối với các trường hợp không thể đo lường được mức độ tiếp xúc (định lượng) mà chỉ ước lượng được nguy cơ (định tính) bằng cách xác định nguy cơ là số người đã từng tiếp xúc gần gũi với tác nhân gây bệnh (nguồn truyền nhiễm).

- Đánh giá ảnh hưởng của ô nhiễm môi trường lên sức khỏe

Thông thường ảnh hưởng của môi trường lên sức khỏe được xác định thông qua các chỉ số mắc bệnh, tử vong của một số bệnh đặc trưng hoặc một số bệnh không đặc trưng. Có các yếu tố môi trường khó xác định tác hại trên sức khỏe do tính đặc hiệu thấp.

Anh hưởng của môi trường lên sức khỏe thường biểu hiện với hiện tượng tàng băng nổi: Chỉ có một vài trường hợp tử vong (phần nổi của tảng băng), còn phần lớn số người đang bị bệnh ở thể lâm sàng hoặc tiền lâm sàng chưa được phát hiện. Vì vậy, khi có một người bệnh được phát hiện, cần hình dung đã có rất nhiều người đang tiếp xúc quá mức với các yếu tố nguy cơ nhưng chưa có biểu hiện mắc bệnh.

Khi xác định được những tác động của môi trường lên sức khỏe, cần xác định mối quan hệ nhân quả của tương tác này, xác định mức độ nguy cơ, mức độ hậu quả của ô nhiễm môi trường lên sức khỏe, từ đó đưa ra các

biện pháp ưu tiên làm giảm ô nhiễm môi trường, bảo vệ và nâng cao sức khỏe.

5.3. Các nhiệm vụ của ngành y tế trong lĩnh vực sức khỏe môi trường

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) khuyến cáo, ngành Y tế có 10 nhiệm vụ trong lĩnh vực sức khỏe môi trường

- 1). Đề xuất và phổ biến các biện pháp dự phòng để bảo vệ sức khỏe của cộng đồng. Cung cấp các căn cứ khoa học và tham mưu cho chính quyền các chính sách, chiến lược, giải pháp bảo vệ sức khỏe, tránh các nguy cơ do ô nhiễm môi trường. Động viên, khuyến khích các sáng kiến cải tiến nhằm bảo vệ môi trường, thay đổi các hành vi gây ô nhiễm môi trường, tạo lập các hành vi có lợi cho sức khỏe.
- 2). Nâng cao năng lực của cộng đồng trong xử lý các tác động của môi trường lên sức khỏe, trong đó bao gồm các giải pháp phòng ngừa bệnh tật do chính quyền địa phương và người dân thực hiện.
- 3). Tiến hành đánh giá các nguy cơ từ môi trường tác động lên sức khỏe, bao gồm các hoạt động theo dõi môi trường, phát hiện các yếu tố độc hại đối với sức khỏe từ môi trường sản xuất các ngành nghề, môi trường sinh hoạt gia đình, sinh hoạt cộng đồng, nhất là các ngành nghề có phát sinh độc hại.
- 4). Tiến hành giám sát dịch tễ học đối với các bệnh có liên quan đến môi trường. Thông báo hiện trạng cũng như các dự báo về tình hình sức khỏe và các yếu tố độc hại từ môi trường cho các cấp có thẩm quyền ra các chính sách trong phát triển kinh tế xã hội của vùng, của đất nước.
- 5). Đào tạo các cán bộ y tế dự phòng, y tế công cộng tại các tuyến và các cán bộ các ngành có liên quan.
- 6). Cung cấp các dịch vụ sức khỏe môi trường, triển khai các chương trình dự án về kiểm soát môi trường, kiểm soát sức khỏe độc lập hoặc phối hợp với các ngành nghề sản xuất khác.
- 7). Tham gia cùng các bộ ngành, địa phương trong ứng phó các thảm họa, tai biến môi trường tự nhiên hoặc do con người gây ra.
- 8). Phối hợp với các cơ quan để đưa ra các tiêu chuẩn cho phép về sức khỏe môi trường, xây dựng các văn bản có tính pháp quy về bảo vệ môi trường, bảo vệ sức khỏe, trình cấp có thẩm quyền phê duyệt.

9). Tham gia đánh giá tác động môi trường, chủ động đề xuất các biện pháp dự phòng, các quy trình theo dõi sức khỏe một cách có hệ thống.

10). Đề xuất và tiến hành các nghiên cứu trong lĩnh vực sức khỏe môi trường và các giải pháp dự phòng ô nhiễm môi trường, phòng ngừa bệnh tật cho cộng đồng dân cư.

Ghi nhớ:

- Các yếu tố môi trường tác động đến sức khỏe.
- Các bệnh tật liên quan đến môi trường.
- Biện pháp phòng chống ô nhiễm môi trường nâng cao sức khỏe.

Câu hỏi lượng giá:

1. Anh/chị hãy nêu khái niệm về môi trường
2. Anh/chị hãy nêu khái niệm về sức khỏe
3. Anh/chị hãy nêu khái niệm về sức khỏe môi trường
4. Anh/chị hãy nêu các yếu tố di truyền, bẩm sinh ảnh hưởng đến sức khỏe
5. Anh/chị hãy nêu các yếu tố môi trường tự nhiên ảnh hưởng đến sức khỏe
6. Anh/chị hãy liệt kê các yếu tố môi trường xã hội ảnh hưởng đến sức khỏe
7. Kể tên nhóm các yếu tố môi trường truyền thống tác động đến sức khỏe con người.
8. Kể tên nhóm các yếu tố môi trường hiện đại tác động đến sức khỏe con người.
9. Nêu được các bệnh tật liên quan đến môi trường.
10. Anh/chị hãy liệt kê các biện pháp phòng chống ô nhiễm môi trường nâng cao sức khỏe

Tài liệu tham khảo:

1. Đại học Y Hà Nội (2006): Vệ sinh - Môi trường - Dịch tễ, Tập I – II, NXB Y học, Hà Nội.
2. Đại học Y Hà Nội (2009): Vệ sinh - Môi trường - Dịch tễ, Tập I - II, NXB Y học, Hà Nội.
3. Bộ Y tế (1011), Sức khỏe môi trường, Nhà xuất bản Y học, Hà Nội