

О «каплях датского короля», латексном дерматите и медицинских осмотрах

Советы профпатолога

Эффективность деятельности сотрудников аптеки во многом определяется условиями их труда и состоянием здоровья. О том, с какими неблагоприятными факторами сталкиваются фармацевты в процессе своей работы, а также о способах профилактики мы попросили рассказать Инну Лубянову, канд. мед. наук, ведущего научного сотрудника клиники профзаболеваний ГУ «Институт медицины труда» НАМН Украины



Инна Лубянова

ИНТОКСИКАЦИЯ И АЛЛЕРГИЯ

Наиболее неблагоприятным фактором производственной среды фармацевтов является загрязнение воздуха рабочих помещений аэрозолями лекарственных веществ, а также

дезинфицирующими и наркотическими средствами, которые могут превышать санитарные нормы предельно допустимой концентрации (ПДК) в помещениях аптек. Поэтому удел фармацевтов (как и других медицинских работников) — аллергические реакции и прочие последствия воздействия химических веществ на организм, вплоть до развития интоксикации.

Особую опасность представляет непосредственное влияние лекарственных препаратов в процессе их изготовления. Механизм действия лекарственной пыли в производственных условиях и формы поражения организма разнообразны, но аналогичны тем побочным реакциям, которые возникают при длительном и нерациональном лечении большими подобными препаратами. Различие состоит в том, что у аптечных работников эти реакции могут протекать в более тяжелой форме, так как на протяжении рабочего дня они получают дозу, значительно превышающую суточную терапевтическую.

В то же время необходимо отметить, что сегодня работа аптек изменилась, большинство из них отказались от экстенпорального изготовления. Мы лишились многих хороших микстур для лечения бронхита и кашля у детей («капли датского короля»), воспалительных явлений в области желчных путей («микстура Образцова»), «капель Стражеско», микстуры Кватера и многих других. А жаль, ведь этим препаратам доверяли и врачи, и пациенты.

Однако и готовые лекарственные формы могут таить в себе определенную опасность.

Однообразные или резко контрастирующие цвета отрицательно воздействуют на эмоциональное состояние персонала

В этом случае целостность упаковки лекарства приобретает решающее значение. Особую осторожность следует соблюдать при контакте с ампульными препаратами, которые могут разбиться. Поскольку многие сыворотки и вакцины способны вызывать сенсibilизацию, в этой

ситуации необходимо немедленно убрать осколки ампул и их содержимое с помощью подручных материалов, используя средства индивидуальной защиты (маски, перчатки). При этом следует помнить, что латексные перчатки могут вызывать так называемую латексную аллергию. Она протекает по типу гиперчувствительности как немедленного (в 32,5% случаев), так и замедленного типа (в 67,5% случаев), проявляясь чаще всего кожными симптомами, и реже — другими признаками аллергии (астма, отек Квинке и др.).

Порядку проведения медицинских осмотров работников «некоторых категорий», а также приказом МЗ Украины № 280 от 23.07.2002 «Щодо організації проведення обов'язкових профілактичних медичних оглядів працівників окремих професій, виробництв і організацій, діяльність яких пов'язана з обслуговуванням населення і може призвести до поширення інфекційних хвороб».

В частности, работать в аптеке не рекомендуется людям, страдающим аллергическими заболеваниями (например бронхиальной астмой), варикозным расширением вен нижних конечностей, болезнями органов зрения. Вместе с тем соблюдение ряда правил может помочь сотрудникам аптек сохранить здоровье.

Что касается воздействия лекарственной пыли, то, в первую очередь, необходимо соблюдать правила хранения медикаментов, а также полуфабрикатов, лекарственных трав и пр.

Для обеспечения достаточного уровня естественного освещения в аптеке необходимо, чтобы оконные стекла были ровными, чистыми, подоконники — свободными от различных предметов, препятствующих проникновению света. Для успеш-

Глаза работников аптеки меньше утомляются, если цвета окружающих предметов и оборудования будут разнообразными

ВРЕДНЫЕ ФАКТОРЫ ТРУДОВОГО ПРОЦЕССА

Кроме того, в процессе профессиональной деятельности фармацевты могут подвергаться функциональному перенапряжению отдельных органов и систем организма (опорно-двигательного аппарата или органов зрения).

В частности, к неблагоприятным факторам могут относиться:

- *физические нагрузки (поднятие и перемещение тяжестей);*
- *работа в вынужденной позе (стоя);*
- *неудовлетворительное освещение, которое вызывает повышенную нагрузку на зрительный анализатор (при поиске нужного препарата на полке, чтении рецепта);*
- *напряжение глаз при работе с компьютером;*
- *инфекции, передающиеся воздушно-капельным путем (при контакте с больными и их родственниками);*
- *нервно-эмоциональное напряжение при общении с отдельными больными.*

Так, при длительном положении стоя возможно развитие плоскостопия, могут возникнуть боль в ногах, отечность, быстрая утомляемость мышц ног, иногда судороги икроножных мышц. У людей, длительно пребывающих в таком положении, наблюдаются варикозное расширение вен и его осложнения (тромбофлебит и др.).

Следует особо отметить, что постоянный контакт с посетителями аптеки, эмоциональный статус которых зачастую оставляет желать лучшего, способствует снижению фона настроения у фармацевтов и стрессовым реакциям. А ведь известно, что стресс делает нас уязвимыми перед неблагоприятными факторами как физической, так и химической природы.

С ЦЕЛЬЮ ПРОФИЛАКТИКИ

В комплексе профилактических мероприятий большое значение имеет проведение качественных предварительных (при приеме на работу) и периодических медицинских осмотров сотрудников аптек. Медицинские осмотры должны проводиться в соответствии с приказом МЗ Украины № 246 от 21.05.2007 «Про затвердження

ной работы аптечного персонала следует тщательно подбирать цветовую гамму, учитывать спектр отраженного света и интенсивного освещения. К примеру, стены, окрашенные в белый цвет, отражают 80% падающих на них лучей, светло-желтый — 50%, синий — 25%, коричневый — только 13%. Установлено, что благодаря светлой окраске стен помещений происходит многократное отражение света. Это повышает освещенность, способствует равномерному рассеиванию света, создает мягкое рассеянное освещение.

В свою очередь, для профилактики варикозного расширения вен нижних конечностей полезны упражнения для укрепления венозных стенок, которые можно выполнять прямо на рабочем месте:

- *поочередно становиться на внешнюю и внутреннюю стороны стоп;*
- *подняться на носочки и стоять так несколько секунд, затем опуститься на пятки, проделывая упражнение до 10 раз;*
- *попрыгать на носках 10–15 раз, затем опуститься на стопу, повторяя прыжки через несколько секунд.*

Также профилактикой варикозного расширения вен могут служить занятия йогой, пилатесом, плаванием (разумеется, в нерабочее время). И конечно же, сменная обувь должна быть максимально удобной. Кроме того, по возможности желательно соблюдать определенный режим труда и отдыха: через каждые 45 минут делать кратковременные перерывы и ненадолго садиться.

Кстати, кратковременные перерывы помогут снять и нервно-психическое напряжение. Ориентиром для начала перерыва на отдых служит момент снижения работоспособности. Физиологи установили, что для большинства видов работ оптимальная продолжительность перерыва составляет 5–10 минут. Именно такой перерыв позволяет восстановить физиологические функции, снизить утомление и сохранить рабочую установку.

Подготовила Александра Демецкая