

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
«КРЫМСКАЯ РЕСПУБЛИКАНСКАЯ НАУЧНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ БИБЛИОТЕКА»

# **ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ РАБОТНИКОВ БИБЛИОТЕК**



*Свида Н.Б. - заместитель директора по научной работе*

Специалисты в области библиотечного дела давно обращали внимание на вредные условия труда библиотекарей. Так в журнале «Красный библиотекарь» в 1925 году в статье упоминалось о том, что «*работа в помещении, наполненном книгами, на которых скапливается всегда много пыли, лазанье по лестницам вверх и вниз за книгами, постоянная перестановка их, разговор с многочисленными посетителями, выдача книг «поскорей», все это не может быть отнесено к легким работам.*

*Библиотекарь должен иметь здоровые легкие и сердце, крепкие, выносливые ноги и здоровые нервы».*



Проблеме особенностей профессиональных заболеваний библиотечных специалистов в настоящее время уделяется большое внимание. Этой теме посвящены публикации О.В. Бересневой, С.М. Гришиной, А.В. Доценко, Е.В. Рульковой, О.Я.Саковой и других исследователей. В публикациях названных авторов дается характеристика факторов риска профессиональных заболеваний работников библиотек.

**Основные из них:**

## 1. Вдыхание книжной пыли

Несмотря на то, что в помещении библиотек соблюдаются санитарные нормы - это санитарная обработка, проводимая каждый месяц, а также кварцевание помещений, потенциальный риск в деятельности дыхательной системы вызывает насыщенность многих библиотечных хранилищ спорами плесневых грибов. На поверхности документов с различной степенью запыленности существует до 100 видов микроскопических грибов, часть из которых условно-патогенные, образующие микотоксины.

Длительное взаимодействие организма человека с грибами способствует развитию аллергических поражений дыхательных путей, возникновению расстройств нервной системы, появлению аномалий и пороков развития у плода, образованию опухолей, разрушению клеток печени и почек.



Заражение людей происходит главным образом через носоглотку и кожные покровы. Люди вдыхают богатую спорами пыль.

Помимо плесневых грибов, опасность для здоровья библиотекаря представляет книжная пыль, которая вызывает развитие аллергии и бронхиальной астмы.

В последнее время ученые пришли к выводу, что и бумага как продукт целлюлозно-бумажной промышленности является источником яда - диоксина, вызывающего опасные заболевания у тех, кто длительное время работает с книгой.

Библиотекари, постоянно работающие с документным фондом, находятся в неблагоприятной экологической зоне. Способы предохранения от диоксинового влияния не разработаны.

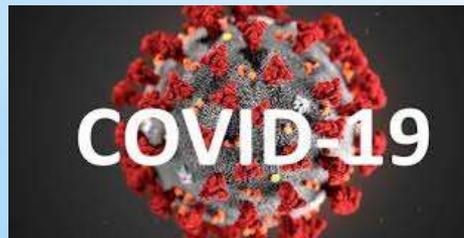
## 2. Заражение заболеваниями, передающимися воздушно-капельным путем

Документы, хранящиеся в фондах, обладают свойством концентрировать в себе и распространять болезнетворные микроорганизмы. Библиотека - учреждение непрерывного проката документов, их движения среди читателей. Постоянное общение библиотекарей с пользователями библиотек повышает риск заражения заболеваниями, передающимися воздушно-капельным путем. Особую опасность вызывают возбудители **туберкулеза**.



Так, в скоплении книжной пыли на книжных стеллажах библиотечного фонда выживаемость возбудителей туберкулеза составляет до полутора лет, а между страницами книги, с которой контактировал больной заразной формой туберкулеза - до трех месяцев.

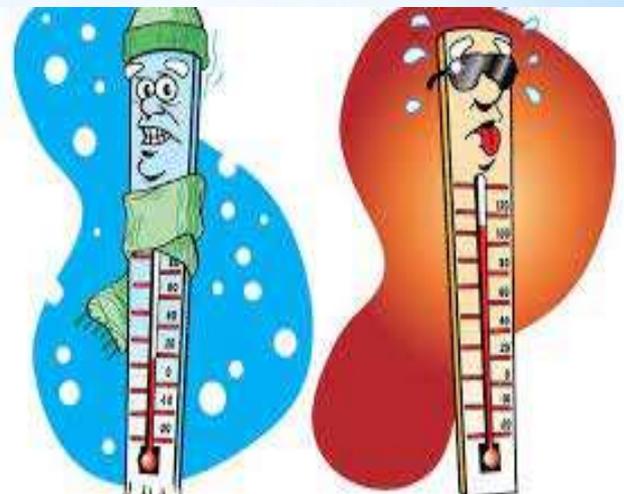
Библиотеки не имеют средств создания у себя здоровой обстановки, у них отсутствуют дозиметры, устройства дезактивации документальных фондов. Посещаемость библиотек особенно падает в период эпидемий: читатели интуитивно понимают опасность обмена книгами, документами.



Не случайно в период пандемии, связанной с распространением коронавируса в 2020 году, были закрыты все библиотеки.

**3. Несоответствие метеоусловий на рабочих местах требуемым гигиеническим стандартам** (температура воздуха, относительная влажность воздуха, скорость движения воздуха, освещенность помещения). Эти факторы нарушают теплообмен организма с окружающей средой и его теплового состояния.

Плохо влияют на здоровье сотрудников перепады температуры воздуха, которая может колебаться в разные сезоны года от + 14 градусов до +29. В осеннее - зимний период и весной (до и после окончания отопительного сезона) происходит общее охлаждение, и перегревание летом при высокой температуре и пересушенности воздуха.



Относительная влажность воздуха в библиотеках часто не достигает рекомендуемых параметров и изменяется от 17% до 43% (при норме 30-60%). Все эти факторы способствуют возникновению среди персонала простудных заболеваний.

Освещенность в течение всего года недостаточна, практически не зависит от сезона года и остается на отдельных рабочих местах в пределах минимума допустимых норм.

## 4. Неблагоприятное воздействие компьютерной и копировальной техники

Работая длительное время с компьютером, работники библиотеки подвергаются отрицательному воздействию электромагнитного излучения, которое, по мнению ученых, оказывает негативное влияние на центральную нервную систему, вызывая быструю утомляемость, ухудшение памяти, раздражительность.



На состояние здоровья пользователя персонального компьютера влияет и такой вредный фактор, как длительное неизменное положение тела, вызывающее мышечно-скелетные нарушения. Типичные ощущения, которые испытывают к концу рабочего дня сотрудники: головная боль, резь в глазах, тянущие боли в мышцах шеи, рук и спины, зуд кожи лица. Эти недомогания, повторяющиеся день за днем, приводят к мигреням, бессоннице, частичной потере зрения, сколиозу, кожным воспалениям и другим нежелательным последствиям.



Неблагоприятное воздействие на здоровье библиотечного персонала оказывает и копировально-множительная техника. Исследователи считают, что на людей, работающих на копировально-множительных аппаратах, оказывает влияние множество вредных и даже опасных факторов:

- статическое электричество, образующееся в результате трения движущейся бумаги с рабочими механизмами, а также при некачественном заземлении аппаратов;
- ультрафиолетовое излучение, образующееся при электрографическом способе копирования при помощи специальных ламп с ультрафиолетовым спектром излучения;
- электромагнитные излучения;
- шум на рабочем месте, обусловленный конструкцией аппарата;
- выделяемый копирами озон (необычайно ядовит в больших количествах, а также иные химические вещества, такие как стирол, азот, ацетон, аммиак, селенистый водород и другие).

## 5. Многочасовое пребывание в нерациональной рабочей позе.

Серьезным фактором, влияющим на здоровье работников библиотек является дефицит двигательной активности.

Постоянное полусогнутое положение тела приводит к болезням суставов и опорно-двигательного аппарата, а длительное выполнение библиотекарем трудовых обязанностей в положении стоя может вызвать варикозное расширение вен нижних конечностей.



Слабое развитие спинной мускулатуры усугубляет врождённую или приобретенную патологию, связанную с малоподвижным образом жизни. У библиотечных работников могут быть развиты такие отклонения в состоянии здоровья, как нарушение осанки, избыточная масса тела, слабость брюшного пресса и т.д.



Если не укреплять мышцы спины и ног простыми упражнениями, то высока вероятность появления симптомов сколиоза и остеохондроза, возникновения мышечных спазмов, развития нарушения кровообращения в нижних конечностях, в брюшной и тазовой областях.

## 6. Высокие психологические нагрузки

*Профессиональный стресс, который по определению Всемирной организации здравоохранения представляет собой «болезнь XXI века», является распространенным явлением и в библиотечной сфере.*



В настоящее время профессия библиотекаря также требует большой отдачи. Согласно гигиеническим классификациям Р 2.2.755-99 и Р 2.2.2006-05 считается, что труд библиотекарей относится к 3-й степени 3 класса нервной напряженности, так как он связан с постоянным контактом с большим количеством людей, необходимостью приёма и переработки значительного информационного материала, получаемого в форме вопросов, пожеланий, требований читателей.

Также влияют на эмоциональное состояние работников неадекватное, грубое обращение читателей, небольшая заработная плата, конфликты внутри женского коллектива. Как утверждает статистика, частота эмоциональных нарушений в женском коллективе существенно выше, чем у мужчин.

*Изучение профессиональных заболеваний у библиотекарей и их профилактика, а также просветительская деятельность библиотеки по пропаганде здорового образа жизни являются актуальными темами для библиотечковедческих исследований.*

*Так в публикации Рульковой Е.В. и Саковой О.Я. Валеология для библиотек // Труды ГПНТБ СО РАН. Новосибирск, 2020. № 3 С.64-70.*

Представлено исследование влияния условий работы библиотеки на здоровье сотрудников «Централизованной библиотечной системы» г. Назарово Красноярского края.

Для изучения состояния и оптимизации профилактики заболеваний библиотечных специалистов было проведено анкетирование 38 библиотекарей.

По мнению сотрудников библиотеки, в перечне рисков заболеваний, присущих библиотечной профессии, первое место занимают аллергические заболевания (84,2%), второе место - заболевания опорно-двигательного аппарата (9%), третье место - вирусные заболевания (6,85), далее - болезни кожи и нервной системы.

Большинство опрошенных отметили, что заболевания у библиотекарей провоцирует книжная пыль (86,8%), а также длительная работа за компьютером (60,5%).

*В санитарные нормы библиотечной работы, по мнению работников, должны входить такие показатели, как температура, запыленность, влажность и проветривание, хотя многие знают про эти нормы приблизительно, Половина работников библиотеки не знают, что в санитарные нормы входит кварцевание.*

А на вопрос: «Какие меры охраны здоровья персонала существуют в вашей библиотеке?» из восьми предложенных вариантов были названы только три: санитарные дни (100%), диспансеризация (63,2%) и профилактические прививки (15%). Никто не назвал кварцевание, физкультурные паузы, гибкий график работы, беседы с врачом.

На базе проведенного исследования в ЦБС г. Назарово была разработана программа по профилактике здоровья библиотекарей, где были определены основные направления деятельности, а также разработаны: рекомендательное библиографическое пособие «Производственная гимнастика для сотрудников библиотеки» и памятки по оздоровительной гимнастике для работников каждого отдела библиотеки.

*Профессиональная деятельность библиотекарей связана с риском получения различных серьезных заболеваний. Поэтому, работники библиотек должны по возможности снижать риски профессиональных заболеваний и следить за своим здоровьем.*

## Список литературы:

1. Нюкша Ю.П. Опасные связи. «Болезни» книг и болезни человека // Библиотечное дело, 2003. №8. С.29-30.
2. Рутькова Е.В. Сакова О.Я. Валеология для библиотек // Труды ГПНТБ СО РАН. Новосибирск, 2020. № 3. С.64-70.
3. Сукиасян Э. Наша работа и наше здоровье// Библиотека.2008. № 2. С. 60-61.
4. Широкова Е. Аллергия на работу // Семейный доктор. 2000. № 12. С. 35-36.