

HAMMOMLARDA FAOLIYAT YURITUVCHI XODIMLARNING MEHNAT SHAROITIGA GIGIYENIK TAVSIF

ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ УСЛОВИЙ ТРУДА СОТРУДНИКОВ, РАБОТАЮЩИХ В УЧРЕЖДЕНИЯХ БАННЫХ УСЛУГ

Iskandarov Aziz Baxramovich - t.f.d.
<https://orcid.org/0000-0001-7386-6620>

Central Asian Medical University
Urazbayeva U. B.
Toshkent Davlat tibbiyot universiteti

Iskandarov A.B., Urazbayeva U. B. (2025). HAMMOMLARDA FAOLIYAT YURITUVCHI XODIMLARNING MEHNAT SHAROITIGA GIGIYENIK TAVSIF. Actacamu, 4(12), 267–271. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17950585>

Annotatsiya. *Texnologik jarayonlarning takomillashishi, ishchi va xodimlarni mehnat sharoitlari hozirgi kunda katta amaliy ahamiyatga ega. Mehnat sharoitlarini yaxshilash maishiy xizmat obyektlarini faoliyatini iqtisodiy ko'rsatkichlariga ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin, chunki qulay, qo'llab-quvvatlovchi mehnat sharoitida xodimlar yaxshi ishlaydi, unumdorlik oshadi, ishchilarning kasalliklari va jarohat darajasi kamayadi, bu esa xarajatlarning pasayishiga va iqtisodiy ko'rsatkichlarning yaxshilanishiga olib keladi. Samarali mehnat sharoitlarining ahamiyati shundan kelib chiqadiki, ular asosan ishchi va xodimlarning mehnat qiladigan ishlab chiqarish muhitini tashkil qiladi. Ularning holati ishchi va xodimning unumdorligiga, mehnat natijalariga, sog'lig'iga va mehnatga munosabatiga bevosita ta'sir qiladi. Mehnat sharoitlarini yaxshilash samaradorlikni sezilarli darajada oshiradi. Shu sababli, mehnat unumdorligini oshiradigan va ishchilarning kasallik va shikastlanish darajasini kamaytiradigan mehnat sharoitlarini yaratish maishiy xizmat obyektlarini xarajatlarini kamaytirishga va iqtisodiy ko'rsatkichlarni yaxshilashga olib keladigan muhim masaladir.*

Kalit so'zlar: *hammom, harorat, nisbiy namlik, havoning xarakter tezligi, tabiiy va sun'iy yoritilganlik, ventilyatsiya.*

Аннотация. *Совершенствование технологических процессов, условий труда рабочих и служащих имеет сегодня большое практическое значение. Улучшение условий труда может оказать положительное влияние на экономические показатели предприятий бытового обслуживания, поскольку в комфортных, благоприятных условиях труда сотрудники работают лучше, повышается производительность труда, снижается уровень заболеваемости и травматизма сотрудников, что приводит к снижению затрат и улучшению экономических показателей. Важность эффективных условий труда обусловлена тем, что они в основном формируют производственную среду, в которой трудятся рабочие и служащие. Их состояние напрямую влияет на производительность труда, результаты труда, здоровье и отношение рабочих и служащих к труду. Улучшение условий труда существенно повышает эффективность. Поэтому создание условий труда, повышающих производительность труда и снижающих уровень заболеваемости и травматизма сотрудников, является важной задачей, которая приводит к снижению затрат и улучшению экономических показателей предприятий бытового обслуживания.*

Ключевые слова: *бани, температура воздуха, относительная влажность, скорость движения воздуха, естественное и искусственное освещение, вентиляция.*

Muammoning dolzarbligi. *Hammomlarning gigienik va sog'liq uchun muhim foydalari bor. Ular tana tozaligini saqlashga, tanani chiniqtirishda, shamollash, teri kasalliklari va boshqa*

kasalliklarning oldini olishga yordam beradi. Hammomlardan keyin har qanday inson o'zini tetik, xotirjam sezadi va o'zida kuch quvvat his qiladi, uyqu va farovonligi yaxshilanadi [2,4].

Inson faoliyatining barcha sohalarida ulkan taraqqiyot uchun shart-sharoit yaratgan ilmiy-texnikaviy inqilob har bir mehnatkashdan katta sa'y-harakatlarni talab qiladi. Bu jamiyat uchun bir xil darajada muhim vazifani qo'yadi ya'ni tez tiklanish va charchoqdan samarali xalos bo'lish uchun sharoit yaratadi. Insonlar ming yillar davomida bu maqsadlar uchun hammomlardan foydalanganlar, ularni asrlar davomida o'z maqsadlarini takomillashtirishgan, ammo ularning salohiyati hali ham foydalanilmagan va to'liq o'rganilmagan [5,6].

Hammomlar - charchoqqa qarshi kurashishning ajoyib usuli bo'lib jismoniy ishdan keyin tez tiklanishni ta'minlaydi, aqliy va jismoniy faoliyatni oshiradi. Shuningdek, hammomlar jarohatlarning tezroq davolanishiga va kasalliklardan keyin tiklanishiga yordam beradi. Yuqori harorat tufayli patogen mikroblarni organizmda kamaytiradi. Tananing isishi esa to'qimalarda gripp virusining zararli ta'siriga qarshi turadigan interferon ishlab chiqarishni ko'paytirishga yordam beradi. Tana haroratining ko'tarilishi karboksigemoglobinning dissotsiatsiyasini va tanadan uglerod oksidi chiqarilishini tezlashtiradi. Hammomga tashrif buyurgan har bir inson psixologik omillarni hisobga olishi kerak, chunki ular hammomning organizm uchun hayotiy ehtiyojga aylanishini aniqlaydi. Farovonlik va kayfiyatni yaxshilash, shuningdek, qo'shimcha qulayliklar (massaj, jakuzi va boshqalar) bilan to'ldirilgan cho'milish tartibiga, shuningdek xizmat ko'rsatuvchi xodimlarga bog'liq. Bularning barchasi insonning hammomdan foydalanishiga katta ta'sir qiladi [3,7].

Hammom va saunalar kuchli terapevtik vositadir, ammo 70 yoshdan oshgan insonlarga ulardan ehtiyotkorlik bilan foydalanish kerak. Masalan, har xil etiologiyadagi gipertoniya kasali bilan kasallanganlar, ruhiy yoki og'ir nevroitik kasalliklar bilan kaallanganlar, eritrositlarning cho'kish tezligi yuqori bo'lgan surunkali yallig'lanishlar, onkologik va boshqa kasalliklar hammom va saunalardan foylanishga ruxsat berilmaydi.

Hozirgi kunda hammomlarning turlari ko'p bo'lib masalan, an'anaviy rus hammomi hammomning isitish tizimi bug' bilan to'yingan issiq havo muhiti orqali amalga oshiriladi. Turk hammomi Rim hammomining bir turi bo'lib, har xil harorat rejimiga ega bo'lgan bir nechta bug' xonalari mavjud, tosh pollar va ularga o'rnatilgan kanallar orqali issiq suv yoki bug' o'tkazish yo'li bilan isitiladi. Fin hammomi yoki saunasi quruq-issiqlik kamerasi ko'rinishidagi bug' xonasi bo'lgan sauna bo'lib bu erda havo yog'och yoki elektr pechka bilan isitiladi. Mobil vannalar esa har xil bug' kabinalari yoki quruq issiqlik kamerasi bilan jihozlangan ko'chma vannalar qurilish ishchilari posyolkalariga, sayyohlik lagerlariga, avtolagerlarga va boshqalarga ko'chma xizmat ko'rsatish uchun mo'ljallangan. O'tish turdagi hammomlar esa cho'milish jarayonlari bilan birga bir vaqtning o'zida sanitariya muolajalari uchun foydalanishga mo'ljallangan hammomlardir. Aralash bug' hammomlari fin saunasining quruq havo rejimida ishlaydi va bug' xonasiga o'rnatilgan yog'och yoki elektr sauna to'g'ridan-to'g'ri pechining issiq toshlariga suv quyish orqali namlikni sun'iy ravishda oshirilishiga mo'ljallangan. Suv hammomi, suv bilan to'ldirilgan isitiladigan bochka. Lekin bu hammomlarning barchasi gigienik tomondan axoli salomatligiga ijobiy ta'sir etsa hammomda ishlovchi xizmatchi xodimlarga yuqori harorat, yuqori namlik, yoritilganlikni etishmasligi va kimyoviy kabi zararli va xavfli omillarning hammom xodimlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi [1, 8].

Xulosa qilish joiz-ki, hozirgi vaqtda mehnat sharoitlari va rejimini yaxshilash bo'yicha dalillarga asoslangan va samarali me'yoriy-uslubiy hujjatlar mavjud emas. Noqulay ishlab chiqarish omillarining hammomlarda faoliya yurituvchi xizmatchilarni turli funksional tizimlariga kompleks ta'siri masalalari ytarlicha o'rganilmaganligi va xizmatchilar o'rtasida kasbiy kasallanish hozirgi kunning dolzarb vazifasi bo'lib qolayotgani aniqlandi.

Tadqiqot metodologiyasi: Tadqiqotning ob'ekti va predmeti: Toshkent shahar Yunus obod tumani Maxtumquli ko'chasi Xurshid Kamolon hammomida ishlovchi xodimlarning mehnat jarayoniga ta'sir etuvchi zararli va xavfli omillarni aniqlandi va ularga gigienik baho berildi.

Ilmiy ishimizda hammomda ishlovchi ishchi va xizmatchilarda metereologik ko'rsatkichlar turli kasbdagi ish o'rinlarida yerdan 1,25-1,5 m balandlikda ish zonasida o'lchandi. Tekshiruv hajmi o'z ichiga ish kuni davomida metereologik sharoitlar ish joyi havosining harorati va nisbiy namlik, havoning harakat tezligi meteoskob asbobi yordamida aniqlandi. Olingan natijalar SanQvaM №0324-

16 “Ishlab chiqarish xonalari mikroiklimining sanitar me'yorlari” ga asosan baholandi. Tekshiruvlar yoritilganlik Argus-01 markali lyuksmetr asbobi yordamida va Davlat standarti 2.49.40-81 “Bino va inshootlar. Ish joylarda ishlab chiqarishda yoritilganlikni o'lchash usullari” ga asosan o'tkazildi. Olingan natijalar QMQ 2.01.05-98 “Tabiiy va sun'iy yoritilganlik” talablarini hisobga olgan holda gigienik baholandi.

Olingan natijalar va ularning muxokamasi. Hammomda ishlovchi xodimlarning ish sharoitlarini o'rganish va gigienik baholash natijalari shuni ko'rsatdiki, bu kasb egalariga yuqori harorat, yuqori namlik, yoritilganlikning etarli emasligi va kimyoviy omillar ta'sirida bo'ladilar.

Ilmiy ishimiz Toshkent shahar Yunus obod tumani Maxtumquli ko'chasi Xurshid Kamolon hammomida olib borildi. Hammom alohida moslashtirilgan binoda joylashgan. Hammom xonalarning ichki tartibi oqimning gigienik printsipiga rioya qilgan holda tashrif buyuruvchilarga qulaylik tug'dirish maqsadida ketma-ket harakatlanishini ta'minlagan holda: vestibul, garderobxona, kutish xonasi, kiyim almashtirish xonasi, dam olish xonasi, yuvinish xonasi va bug' xonalaridan tashkil topgan. Hojatxonalar kiyim almashtirish xonalariga yaqin joylashgan. Hammomda issiq va sovuq suv ta'minoti, kanalizatsiya, isitish va shamollatish tizimlari mavjud.

Hammomning pardoqlash ishlari ya'ni devor, pol va shiplari namlik, harorat, yuvish va dezinfeksiyalash vositalariga chidamli materiallar bilan ishlangan. Hammomlarga o'rnatilgan mebellar nam tozalash ishlarini olib borish uchun qulay va dezinfeksiyalash vositalariga chidamli silliq yuzalarga ega. Kiyinish xonalari har bir kelgan xodimning kiyimlari uchun alohida o'rindiqlar va ilgichlar bilan ta'minlangan. Yuvinish xonalari namlik va dezinfeksiyaga chidamli materiallardan tayyorlangan skameykalar bilan jihozlangan. Yuvinish xonalari suv musluklari va mikserli musluklar bilan jihozlangan dushlar bilan jihozlangan bo'lib, 8 kishidan ko'p bo'lmagan bir kran va bitta dush bilan ta'minlangan. Cho'milish va yuvinish xonasi devorlari, jihozlari va pollari tozalash uchun issiq va sovuq suvli alohida kran bilan jihozlangan. Yuvinish uchun ishlatiladigan vannalar va havzalar korroziyaga va dezinfeksiyaga chidamli materiallardan ishlangan.

Hammomda zararli va xavfli omillardan biri mikroiklim parametrlaridir. Mikroiklim parametrlari bu ishchilarning ish holatiga, mehnat faoliyatiga, salomatligiga, mehnat unumdorligiga ta'sir ko'rsatadigan va shu bilan ishchilarning issiqlik almashinuv jarayoniga ta'sir etadigan fizik omillarning kompleksi hisoblanadi. Binodagi haroratni kuzatish uchun berilgan harorat oralig'ini o'lchashni ta'minlaydigan xonalarga termometrlar osib qo'yilgan. Doimiy haroratni saqlash uchun inson organizmi termostabil holatda bo'lishi kerak, issiqlik balansini issiqlik ishlab chiqarish va issiqlik berish koordinatsiyasi natijasida erishiladi.

Hammom xodimlarining ish joylaridagi mikroiklim ko'rsatkichlari yilning iliq va sovuq davrlarida o'tkazildi. Ish joylarida havo harorati, namlik, havoning harakat tezligi o'lchandi. Olingan natijalar SanQ vaM № 0324-16 “Ish joylarida mikroiklimni sanitar me'yorlashr” bilan baholandi. Xodimlarning ish kategoriyasi bo'yicha II b kategoriyaga mansub. Bunda ba'zi ish joylardagi meteorologik sharoitlar yilning iliq davri uchun nafaqat optimal ko'rsatkichlardan, balki ruxsat etilgan sanitar me'yor SanQvaM №0324-16 “Ish joylarida mikroiklimni sanitar me'yorlar” dan farq qildi. Masalan, yilning iliq davrida havo xarorati kiyinish xonasida, vannali kabinalar va dush kabinalarida ruxsat etilgan me'yordan 0,1- 2,8⁰S ga oshganligi, yilning sovuq davrida esa me'yorida ekanligi aniqlandi. Nisbiy namlik ko'rsatkichlari esa vestibul, garderobxona, kutish xonalarida yilning iliq davrida 0,2-1% ga, kiyinish xonasida esa yilning iliq va sovuq davrlarida 3,8-5,7 % ga oshganligi aniqlandi (REM- 40-60%) (1-jadval).

1-jadval.

Yilning iliq va sovuq davri uchun hammomda ishlovchilar xodimlarning ish joylaridagi mikroiklim ko'rsatkichlari, M±m

Ish joylari	Yil davri	Havo harorati, °S		Nisbiy namlik, %		Havoning harakat tezligi, m/s	
		9 ⁰⁰	13 ⁰⁰	9 ⁰⁰	13 ⁰⁰	9 ⁰⁰	13 ⁰⁰
Vestibul, garderob	Iliq	22,8±0,35	26,8±0,25	60,7±0,1	61,0±0,1	0,3±0,21	0,28±0,1
	Sovuq	18,9±0,1	19,9±0,1	60,8±0,2	59,7±0,1	0,3±0,06	0,35±0,3
	Iliq	24,0±0,4	30,1±0,24	61,0±0,3	60,8±0,3	0,2±0,1	0,21±0,5

Kutish xonasi	Sovuq	19,8±0,1	21,9±0,1	59,8±0,41	61,0±0,4	0,29±0,09	0,3±0,8
Kiyinish xonasi	Iliq	25,6±0,35	32,8±0,25	65,7±0,1	65,0±0,1	0,3±0,21	0,28±0,1
	Sovuq	23,9±0,1	24,9±0,1	63,8±0,2	64,7±0,1	0,3±0,06	0,35±0,3
Dam olish xonasi	Iliq	25,0±0,4	25,1±0,24	59,0±0,3	60,2±0,3	0,2±0,1	0,21±0,5
	Sovuq	23,8±0,1	22,9±0,1	58,8±0,41	59,0±0,4	0,29±0,09	0,3±0,8
SanQvaM №0324-16 bo'yicha optimal (ruxsat etilgan me'yor)	Iliq	22-24 ⁰ C (20-30 ⁰ C)		40-60% (29 ⁰ C) 45 %		0,3 m/s (0,4-0,7 m/s)	
	Sovuq	17-19 ⁰ C (13-23 ⁰ C)		40% (75% gacha)		0,2 m/s (0,4 m/s gacha)	

Optimal mikroiklim sharoitlariga erishish uchun konditsioner tizimlari o'rnatilishi mumkin. Mexanik ta'minot va chiqindi ventilyatsiya tizimlari yiliga kamida bir marta tozalanishi va dezinfektsiya qilinishi kerak.

Yoritilganlikni yaxshilash hamda organizm faoliyatini aktivlashtirish maqsadida tabiiy va sun'iy yoritilganlikni rasional tashkil etish katta ahamiyatga ega. Hammomda ishlovchilar doim namlik bilan muloqatda bo'lganliklari sababli tashqi muxit ta'siridan namdan va changdan himoyalovchi yuvinish xonalariga va dushxonalariga IP65 turdagi svetilniklar o'rnatilgandan. Xonalarda yoritilganlik tabiiy va sun'iy bo'lib vestibul va kutish xonalarida sun'iy yoritilganlikni o'rtacha kursatkichi 140 Lk ni, kiyinish xonalarida, dushxona va yuvinish xonalarida esa sun'iy yoritilganlik ko'rsatkichlari 70 Lk ni tashkil etgan ya'ni vestibul va kutish xonalarida sun'iy yoritilganlik ko'rsatkichlari me'yoridan 10 Lk ga pastligi, dushxona va yuvinish xonalarida me'yoridan 5 Lk ga pastligi aniqlandi (QMQ 2.01.05-98 "Tabiiy va sun'iy yoritish"). Parxonalarida esa 100 LK ni tashkil etgan.

Ishlab chiqarish sharoitlarida havoning fizik holati hamda kimyoviy tarkibiga ta'sir etuvchi holatlar vujudga kelishi mumkin. Bular texnologik jarayonning o'ziga xosligi, qo'llaniladigan xom ashyo, oraliq va tayyor maxsulotlar bo'lishi mumkin. Havoning fizik holati va kimyoviy tarkibidagi o'zgarishlar ma'lum sharoitlarda ishlovchilar organizmiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli havoning fizik holati va kimyoviy tarkibini sanitariya gigiyenik talablariga mos ravishda bo'lishini ta'minlovchi chora-tadbirlarni samaradorligini aniqlash va konkret hollarda qaysi chora-tadbirlar samara berishini tavsiya etishi muhim ahamiyatga egadir. Bunday sanitar texnik chora tadbirlardan biri ventilyatsiya hisoblanadi. Ventilyatsiya - boshqariladigan, maxsus tashkil etilgan tabiiy yoki sun'iy havo almashinuvi bo'lib, ish joylari havosini fizik holati va kimyoviy tarkibini sanitar-gigiyenik va texnik talablarga mos bo'lishini ta'minlovchi sanitar-texnik chora tadbirdir. Hammomlarda ventilyatsiya tizimini o'rnatishdan maqsad xonalarda optimal mikroiklimni ta'minlash va mog'or paydo bo'lishiga va yoqimsiz hidlarga olib keladigan turg'un havoning oldini olish. Hammomda tabiiy hamda sun'iy olib keluvchi va olib ketuvchi, kombinatsiyalashgan ventilyatsiya tizimi o'rnatilgan.

Tabiiy ventilyatsiya - xona ichidagi va tashqarisidagi harorat va bosimning farqi tufayli havoni almashtirib beradi. Sun'iy ventilyatsiya – sun'iy havo olib keluvchi va sun'iy havo olib ketuvchi quvurlar orqali olib boriladi. Bu tur havo almashinuv tizimida chang, kimyoviy omillar, yuqori va past haroratga qarshi kurashda qo'llaniladi. Hammomlarda sun'iy ventilyatsiya tizimini qo'llaganimizda bug' xonalarda foydalangandan keyin soatiga 5-10 marta gacha havoni almashtirib bersa, yuvinish xonasida har bir mijoz uchun soatiga 5 m³, dam olish xonasida soatiga 3 m³, kiyim almashtirish xonasida soatiga 60 m³ havoni almashtirib beradi.

Xulosa: Shunday qilib, hammomda ishlovchi xodimlarga bir qator zararli va xavfli omillar ta'sir etadi. Bularga yuqori harorat, namlik, havonng xarakat tezligi, sun'iy yoritilganlikni etarli emasligi. Shuning uchun ularni mehnat sharoitini yaxshilash, ish qobiliyatini oshirish va charchashni

oldini olishga qaratilgan gigienik tavsiyalarni ishlab chiqish va tadbiiq etish ilmiy tadqiqotimizning maqsadi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Александров В.Н. Здоровье и проблема рисков в гигиене труда / В.Н. Александров, С.В. Гребеньков, А.И. Петреев // Современные проблемы гигиены труда: Материалы Всеросс. научн.-практ. конф. СПб. 2015. - С. 21-
2. Бакиров А.Б., Мингазова, С.Р., Каримова Л.К., Серебряков П.В. и др. Клинико-гигиенические аспекты риска развития и прогрессирования пылевой бронхолегочной патологии у работников различных отраслей экономики под воздействием производственных факторов риска // Анализ риска здоровью. 2017. - №3. - С. 83-91.
3. Бухтияров И.В., Денисов Э.И., Лагутина Г.Н., Пфаф В.Ф., Чесалин П.В., Степанян И.В. Критерии и алгоритмы установления связи нарушений здоровья с работой. Медицина труда и промышленная экология. 2018; (8): 4-12.
4. Гимаева З.Ф., Капцов В.А., Каримова Л.К., Маврина Л.Н. Производственные и непроизводственные факторы риска развития профессионального стресса у работников нефтехимических производств // Пермский медицинский журнал. - 2015. - Т. 32. - № 6. - С. 63-70.
5. Данцигер Д.Г., Данцигер Б.П. Андриевский В.А. Пути решения проблемы модернизации профилактического направления в медицине // Окружающая среда и здоровье: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвящённой 85-летию медико-профилактического факультета Иркутского государственного медицинского университета / под ред. д.м.н, профессора Е.П.Лемешевской. - Иркутск: Издательство ООО «Типография «ИРКУТ», 2015. - С.165-169.
6. Зайцева, Н.В. Актуальные аспекты профилактики неинфекционных заболеваний, ассоциированных с воздействием факторов окружающей среды // Материалы XII Всероссийского съезда гигиенистов и санитарных врачей «Российская гигиена - развивая традиции, устремляемся в будущее». - М.:17-18 ноября, 2017. - Том 1 - С.38-41.
7. Рукавишников В.С., Панков В.А., Кулешова М.В., Катаманова Е.В. и др. Теории сенсорного конфликта при воздействии физических факторов: основные положения и закономерности формирования // Медицина труда и промышленная экология. - 2015. - № 4. - С. 1-6.
8. Ретнев В.М., Дедкова Л.Е., Андропова Е.Р., Бойко И.В., Милутка Е.В. Заболевания, связанные с повышенной или пониженной температурой окружающей среды // Профессиональные заболевания от воздействия физических факторов. СПб.; 2014: 37-47.