

# SISUKORD

<b>1. Õhk elukeskkonnas.</b> <i>Hergi Karik</i>	<b>5</b>
1. Maad ümbritseb õhkkond ehk atmosfäär	5
2. Puhas õhk	6
Õhulämmastik. Õhuhapnik. Kui palju peaks õhus olema hapnikku? Süsihappegaas. Metaan. Vesinik. Osoon. „Hea“ ja „halb“ osoon	
3. Inimorganism kui keemiareaktor	12
4. Eluruumide mikrokliima	15
Mööbel, tehismaterjalid ja viimistlusmaterjalid eluruumides. Küttekolle kui kahjulike ainete põhjustaja. Tehismaterjalide põlemisel tekivad eluohtlikud ühendid. Tubakasuits. Aerosoolid õhus	
5. Kütuste põlemisgaasid ja happesademed on olulised saastajad	18
Happesademed	
6. Aeroioonid	21
Aeroioonid õhus. Aeroioonide suurepärase ravitoime	
<b>2. Olmekemikaalid võivad olla mürgised.</b> <i>Hergi Karik</i>	<b>26</b>
1. Ohtlik elavhõbe	27
Elavhõbe kodus ja argielus. Kuidas toimida, kui põrandale satub termomeetri purunemisel elavhõbedat. Elavhõbedahendid	
2. Boorhape	30
3. Vesinikperoksiid	31
4. Kaaliumpermanganaat	32
5. Ammoniaakhüdraat	32
6. Naatriumnitraat ja teised nitraadid	32
7. Asbest	33
<b>3. Me elame kiirguste võrgus.</b> <i>Hergi Karik</i>	<b>35</b>
1. Radioaktiivkiirgus meie elukeskkonnas	36
2. Looduslikud ja tehislikud radioaktiivkiirguse allikad	38
3. Radoon elukeskkonnas	40
Radoon pinnasest, looduslikust veest ja õhust. Radooni vähendamisevõimalusi hoonetes. Sööme radioaktiivset toitu ja oleme ise radioaktiivsed	
4. Elektromagnetiline kiirgus elukeskkonnas	47
Mobiiltelefonid. Mikrolaineahjud	
<b>4. Toiduainete keemia ja toidu lisaained.</b> <i>Hergi Karik</i>	<b>52</b>
1. Põhimõisted	52
2. Toiduainete E-number	54
3. Nitraadid-nitritid ja nende kantserogeensus	55
4. Toiduvärvid ja konservandid	57
5. Ülevaade olulisematest lisaainetest	57

<b>6. Keedusool. Meresool. Pan-sool</b>	<b>60</b>
Naatriumkloriid ehk keedusool. Meresool. Pan-sool	
<b>7. Mürkmetallid elukeskkonnas</b>	<b>64</b>
Raud. Teflonkattega metallpannid. Nikkel on ohtlik kontaktallergeen. Tsink. Alumiinium ja Alzheimeri tõbi. Tina. Plii ja pliipigmentid on äärmiselt mürgised. Vask. Vasest veetorudes voolab mürgine vesi	
<b>8. Vesi, mida me joomme</b>	<b>70</b>
Vee standard ja vee reostusained	
<b>5. Isiklik hügieen. <i>Karl Kuiv</i></b>	<b>72</b>
<b>1. Hügieen on ka tervishoid</b>	<b>72</b>
<b>2. Kosmeetika ehk iluravi</b>	<b>75</b>
<b>3. Nahk on inimese suurim elund</b>	<b>78</b>
Naha päikesekahjustused. Päikesekaitsekreemid. Higistamine. Juuksed – nahatekised. Kõõm. Hambad – tervishoiu tagajad	
<b>4. Desinfektsioon – võitlus mikroorganismidega</b>	<b>89</b>
<b>6. Olmekemikaalid argielus. <i>Karl Kuiv</i></b>	<b>92</b>
<b>1. Pestitsiidid – taimekaitsevahendid</b>	<b>92</b>
<b>2. Väetamine on saagikuse alus</b>	<b>96</b>
<b>3. Soovimatud olmekeemikaalid</b>	<b>98</b>
<b>4. Remondikemikaalid</b>	<b>100</b>
<b>Kasutatud kirjandus</b>	<b>103</b>