

*Туктарова И.Ф.,  
кандидат химических наук, доцент  
доцент кафедры «Охрана окружающей среды и рациональное  
использование природных ресурсов»  
«Уфимский государственный нефтяной технический университет»  
Институт экономики и сервиса  
Россия, г. Уфа*

*Мальцев С.А.,  
студент  
3 курс, факультет «Техносферная безопасность в регионах»  
«Уфимский государственный нефтяной технический университет»  
Институт экономики и сервиса  
Россия, г. Уфа*

## **СПОСОБЫ СОКРАЩЕНИЯ ПЛАСТИКА В БЫТУ**

***Аннотация:** Статья посвящена проблеме загрязнения окружающей среды отходами пластика. В статье рассматриваются способы сокращения пластика в быту. Пластик стал настоящей эпидемией XXI века. Он встречается повсюду: пластиковая посуда, пакеты, упаковка, игрушки, мебель, отделка домов и машин, горшки, цветы, техника и многое другое. Без всяких сомнений, можно сказать, что человек, живущий в большом городе, каждый день сталкивается с данным материалом.*

***Ключевые слова:** экология, пластик, загрязнение, окружающая среда, токсичные вещества.*

***Annotation:** The article is devoted to the problem of environmental pollution by plastic waste. The article discusses ways to reduce plastic in everyday life. Plastic has become a real epidemic of the XXI century. It is found everywhere: plastic utensils, packages, packaging, toys, furniture, decoration of houses and cars, pots,*

*flowers, appliances and much more. Without a doubt, we can say that a person living in a big city faces this material every day.*

**Keywords:** *ecology, plastic, pollution, environment, toxic substances.*

Задумывались ли вы, куда девается такой большой объем вещей из пластика? Большую часть попадает в Мировой океан, и лишь небольшая доля (всего 5%) уходит на переработку. Экология окружающей среды очень сильно страдает от загрязнения пластиком [1].

При разложении пластика в атмосферу выбрасывается ряд токсических веществ, что пагубным образом влияет не только на здоровье человека, но и на жизнедеятельность животных. Вот несколько идей как сократить количество пластика в быту.

1. Не покупайте напитки в пластиковых бутылках.

Вместо этого перейдите либо на стеклянную тару, либо на картонные упаковки. Если вы привыкли носить воду с собой, купите для этого специальную бутылку. Их выбор сейчас практически не ограничен. Лучше если она будет изготовлена из стекла или нержавеющей стали, так как вода, которая хранится в пластике, не принесёт вашему организму никакой пользы.

2. Жевательная резинка – кусок пластика в чистом виде.

Мало кто знает, но натуральный каучук не используется в производстве жвачек с тридцатых годов прошлого века. Всё потому, что это не выгодно с экономической точки зрения. Куда большую прибыль и меньшие затраты на производство приносит синтетический каучук, состоящий из полиэтилена и поливинилацетата. Исследования с участием хвостатых грызунов показали, что эти токсичные вещества вызывают рост опухолей. Но, несмотря на это, индустрия жевательной резинки подавила науку и синтетику не запретили. Представьте, какое количество жвачки скопилось на свалках за последние 80 лет, ведь этот продукт не разлагается вовсе.

3. Любите пить из соломинки? Купите многоразовую.

Сейчас на рынке большой выбор, есть даже в наборе со специальными

ёршиками для чистки. Всё дело в том, что соломинки, которые мы привыкли видеть в коктейлях, являются лидерами пластиковых отходов. В одном лишь США ежедневно оказываются на свалке полмиллиарда соломинок!

#### 4. Ищите замену изделиям из пластика

Если подумать, то любой предмет, который вы используете ежедневно, можно заменить на альтернативу из другого материала. Например, зубная щётка. Их теперь всё чаще начинают изготавливать из бамбука или любого другого дерева. А если приобрести металлический бритвенный станок, то больше не придётся постоянно утилизировать и покупать новые, кстати, весьма недешёвые сменные кассеты. Для чистки ушей тоже не обязательно приобретать ватные палочки. Для этой процедуры продаются специальные приспособления в виде тонкой металлической лопаточки. Опытные отоларингологи советуют своим пациентам использовать именно такие приспособления, так как чистка ушных каналов при помощи ватных палочек и вовсе является опасной.

#### 5. Нет – пластиковым пакетам для упаковывания и покупок

Вы замечали, как после похода в супермаркет выбрасывается много пластиковых контейнеров и пакетов. Каждый выброшенный одноразовый пакет разлагается около 500 лет. В магазин можно ходить с многоразовой хлопковой сумкой, а не из нейлона или полиэстера, потому что это тоже пластик. Можно брать с собой для повторного использования пакеты, можно покупать биоразлагающиеся пакеты.

#### 6. Многоразовые кружки для кофе

Если вы пьете кофе каждый день, то наверняка знаете, как много стаканчиков вы выбросили в мусорный бак и как много других людей сделали тоже самое в вашем городе, в стране, в мире. В Англии подсчитали, что в среднестатистический служащий крупного города выпивает примерно 500 порций кофе в год, и, в большинстве своем, он пьет кофе из пластмассовых стаканчиков. Каждый год в Англии выбрасывают 2,5 миллиарда одноразовых кофейных стаканчиков, из которых перерабатывается меньше, чем один из 400. Если вы не хотите быть частью этого, то купите себе многоразовую кружку для

кофе навынос. Некоторые кафе даже предоставляют скидку тем, кто просит налить кофе в свою кружку.

7. Одним из секретов отказа от пластиковых пакетов для мусора является его сортировка.

Отделяйте органический мусор от всего остального. Биоотходы можно приспособить для компоста. Они пригодятся для выращивания комнатных растений и зелени. А остальной мусор можно утилизировать прямо из ведра, как это делали ещё каких-то лет двадцать тому назад, не испытывая при этом затруднений.

8. Пластик упрощает жизнь женщинам, но загрязняет окружающую среду.

Об этом как никто другой знают женщины, которые ежемесячно используют предметы личной гигиены. Но их утилизация оставляет желать лучшего, а о естественном разложении вопрос не стоит вовсе. А ведь одна женщина использует свыше 15000 тысяч прокладок в течение всей жизни! Замените их менструальной чашей или тканевыми прокладками. Да, они требуют привыкания и ежедневной стирки, но являются отличной заменой пластику, который, вопреки рекламе, не позволяет коже дышать.

Аналогичной проблемой являются детские подгузники. И если во время прогулки с малышом отказаться от этого «удобства» не захочет, наверное, ни одна мама, то давайте возможность вашему чаду отдохнуть от подобной «одежды» хотя бы в пределах дома. Интересно, сколько денег можно сэкономить на предметах гигиены за всю жизнь? Пусть эта мысль будет дополнительной мотивацией [2]!

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Бестужева лавка - сайт о дарах природы, народных средствах, экожизни и саморазвитии. [Электронный ресурс]. URL: <https://bestlavka.ru/zagryaznenie-okruzhayushhej-sredy-plastikom/>

2. ВитаМарг – Жизненный путь. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.vitamarg.com/eco/article/9020-idei-sokratit-plastik>