فهرست

مقدمه..... ۳
اشعه فرابنفش خورشید و اثر آن بر سلامت ۴
صدمات ناشی از مواجههٔ مزمن با اشعه ماورا بنفش نور روز..... .....۶
مکانیسم اثرات بیولوژیک تابش فرابنفش ۶
اثرات پرتو فرابنفش بر پوست ۶
اثرات پرتوهای فرابنفش بر سیستم ایمنی ۱۲
آفتاب سوختگی، برنزه شدن و پیری زودرس پوست..... ۱۳
اندازه‌گیری و ارزیابی اشعهٔ فرابنفش..... ۱۴
بخش اول–منبع با پهنای فرکانسی فرابنفش(180 الی 400 مانومتر) خطر آسیب به قرنیه چشم ۱۵
بخش دوم– منبع با پهنای فرکانسی فرابنفش طیف A (۳۱۵–۴۰۰nm):..... ۲۳
بخش سوم – منبع با پهنای فرکانسی باریک ۲۳
تجهیزات اندازه‌گیری تشعشات ماورابنفش..... ۲۳
اشعه فروسرخ(مادون قرمز) خورشید و اثر آن بر سلامت.....۲۵
عوارض ناشی از مواجهه مزمن یا طولانی مدت با اشعه مادون قرمز نور روز:...۲۶
ارزیابی پرتوهای مادون قرمز.....۲۷
عوارض ناشی از مواجهه مزمن با گرمای ناشی از نور روز..... ..... ۳۱
نور روز و ویتامین D ۳۴
نور و بینایی.....۳۶
اثرات مستقیم پرتوهای فرابنفش بر چشم..... ۴۱
نور روز و سلامت روان ۴۳
نور روز و ارگونومی ۴۵
نور روز و فرسودگی شغلی ۴۷
نور روز و استرس شغلی ۴۸