

## ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΛΟΓΙΑ

Η προστασία και η βελτίωση του περιβάλλοντος είναι εξαιρετικά σημαντική για την υγεία, την ευεξία και την ίδια τη ζωή κάθε οργανισμού. Σύμφωνα με το Διεθνές Συμβούλιο Νοσηλευτών (1986), η πολυπλοκότητα και η αναγκαιότητα της προστασίας του περιβάλλοντος και των πηγών ενέργειας αναγκάζει κάθε επαγγελματική ομάδα να συμμετέχει ενεργά σε κάθε προσπάθεια που διαφυλάσσει το περιβάλλον, στοχεύει στην εξοικονόμηση των πηγών και μελετά την επίδραση στον άνθρωπο και την αποφυγή κάθε ανεπιθύμητης ενέργειας. Παγκοσμίως, τα νοσοκομεία και όλοι οι χώροι υγειονομικής φροντίδας έχουν ως ρόλο την παροχή εξατομικευμένης, σύγχρονης και ποιοτικής φροντίδας χωρίς να επιβαρύνουν το φυσικό περιβάλλον. Η υπερθέρμανση του πλανήτη, η κλιματική αλλαγή και η προσπάθεια υιοθέτησης φιλικών προς το περιβάλλον συστημάτων αποτελούν θέματα παγκόσμιου ενδιαφέροντος από τα τέλη του 20ού αιώνα. Τα τελευταία χρόνια οι παγκόσμιοι οργανισμοί και οι νομοθετικές αρχές, σε εθνικό και ευρωπαϊκό επίπεδο, έχουν ευαισθητοποιηθεί στην υιοθέτηση κανόνων προστασίας του περιβάλλοντος όπως εξοικονόμηση ενέργειας, διαχείριση αποβλήτων, ασφαλής διαχείριση φαρμακευτικώνσκευασμάτων. Έτσι, η Ιπποκράτεια ρήση του «ωφέλειν ή μη βλάπτειν» αφορά όχι μόνο στους παραγωγούς και τους χρήστες υπηρεσιών υγείας αλλά και στο φυσικό περιβάλλον και την κοινωνία.

Τα νοσοκομεία και όλοι οι οργανισμοί παροχής υπηρεσιών υγείας θα πρέπει να αποτελέσουν παραδείγματα προς μίμηση για το προσωπικό τους, τους ασθενείς, τους συνοδούς και τον γενικό πληθυσμό. Σε αυτούς τους χώρους καταναλώνεται ενέργεια, νερό και παράγονται περισσότερα απόβλητα από όσα στις βιομηχανίες. Για τον έλεγχο του κόστους και της περιβαλλοντικής μόλυνσης, θα πρέπει να εφαρμοστούν κατευθυντήριες οδηγίες για την εξοικονόμηση ενέργειας και νερού καθώς και για τη χρήση φιλικών προς το περιβάλλον υλικών. Έτσι, τα νοσοκομεία θα μπορέσουν να γίνουν πιο ανταγωνιστικά μειώνοντας την ποσότητα των φυσικών πόρων που χρησιμοποιούν.







## ΟΡΘΟΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΝΕΡΟΥ

Η λειψυδρία είναι ένα παγκόσμιο φαινόμενο ολοένα και εντονότερο και για αυτόν τον λόγο είναι απαραίτητη η συνετή και ορθολογική χρήση ενός τόσο πολύτιμου φυσικού αγαθού όπως το νερό. Είναι γνωστό ότι κάθε έμβιον χρειάζεται νερό για να μπορέσει να επιβιώσει. Αν και περίπου το 70% της επιφάνειας της γης είναι καλυμμένο με νερό, η μεγαλύτερη ποσότητα αποτελεί η θάλασσα, της οποίας το νερό δεν είναι πόσιμο και δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη γεωργία ή στη βιομηχανία. Έρευνες έχουν δείξει (US Environmental Protection Agency: National Primary Drinking Water Regulations: Drinking Water Contaminants) ότι τα νοσοκομεία των ΗΠΑ καταναλώνουν 300–550 L νερό ανά κλίνη ανά ημέρα και τα νοσοκομεία της Γερμανίας 300–611 L νερό ανά κλίνη ανά ημέρα ή 80–272 L νερό ανά χρήστη υγείας την ημέρα (Kümmerer et al 2003, Kümmerer 2001). Η χρήση του νερού εξαρτάται από τον αριθμό των νοσηλεύομενων και των εξωτερικών ασθενών, τον εξοπλισμό που χρησιμοποιείται, τον αριθμό των κλινών του νοσοκομείου, τον αριθμό και το είδος των κλινικών του, την ηλικία του κτηρίου και τις απαιτήσεις για συντήρηση και καθαριότητα. Σημαντική συμβολή στην κατανάλωση νερού έχουν οι κλίβανοι ατμού, τα αυτόκαυστα, η θέρμανση και ο κλιματισμός, τα ακτινολογικά εργαστήρια, οι μονάδες τεχνητού νεφρού, τα πλυντήρια και τα μαγειρεία.

Η μείωση του χρησιμοποιούμενου νερού μπορεί να επιτευχθεί με τη χρήση φωτοκυττάρων στις βρύσες, τη μείωση του κύκλου τρεχούμενου νερού για πλύσιμο χεριών

## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΤΕΡΕΩΝ ΑΠΟΒΛΗΤΩΝ

Τα στερεά απόβλητα (κλαδιά και φύλλα από τους κήπους, γυαλί, μέταλλα, πλαστικό, φαγητό και άλλα οργανικά απόβλητα, χαρτί) αποτελούν την πλειοψηφία των νοσοκομειακών αποβλήτων. Σύμφωνα με την Κοινή Υπουργική Απόφαση 37591/2031/03 (ΦΕΚ 1419/τ.Β'/1-10-03) τα απόβλητα των χώρων παροχής υγειονομικής φροντίδας διακρίνονται σε:

-  **Ιατρικά απόβλητα αστικού τύπου (ΙΑ-ΑΧ):** Απόβλητα που προσομοιάζουν με οικιακά (από παρασκευή φαγητών, γυαλί, χαρτί, χαρτόνι, πλαστικό, μέταλλα, υλικά συσκευασίας).
-  **Επικίνδυνα Ιατρικά Απόβλητα (ΕΙΑ).**
-  **Αμιγώς Μολυσματικού χαρακτήρα (ΕΙΑ-ΜΧ):** Απόβλητα που έρχονται σε επαφή με αίμα, βιολογικές εκκρίσεις ή υγρά και μπορούν να μεταδώσουν λοιμώδη νοσήματα.
-  **Απόβλητα με Μολυσματικό και Τοξικό Χαρακτήρα (ΕΙΑ-ΜΤΧ):** Απόβλητα που προέρχονται από παθολογοανατομικά εργαστήρια (ιστοί, όργανα, μέλη σώματος), από χημειοθεραπευτικά τμήματα.
-  **Απόβλητα Αμιγώς Τοξικού Χαρακτήρα (ΕΙΑ-ΤΧ):** Απόβλητα που περιέχουν υδράργυρο, βαρέα μέταλλα, αμιάντο, κυτταροστατικά και άλλα φάρμακα, χλωροφόρμιο, ακετόνη, μεθανόλη, αμαλγάματα οδοντιατρικής, κατεστραμμένα θερμομέτρα, υδραργυρικά πιεσόμετρα, φίλτρα, προσροφητικά υλικά, διαλύτες από ακτινολογικά εργαστήρια.
-  **Άλλα Ιατρικά Απόβλητα (ΑΙΑ):** Ραδιενεργά απόβλητα, μπαταρίες, συσκευές με αέρια υπό πίεση.

Απαραίτητη είναι η σωστή αναγνώριση, ο διαχωρισμός και η απομάκρυνση των αποβλήτων από τους χώρους υγειονομικής φροντίδας. Αν και τα περισσότερα νοσοκομειακά απόβλητα προσομοιάζουν τα οικιακά, τα επικίνδυνα απόβλητα αποτελούν το 10–15% των αποβλήτων στις ΗΠΑ και το 25% στην Ευρώπη σύμφωνα με τα ευρήματα του Environmental Working Group (1998). Στην Ελλάδα σε έρευνα της 3ης Υγειονομικής Περιφέρειας Μακεδονίας (2006), η παραγωγή μολυσματικών απόβλητων είναι 0,26–0,89 kg ανά κλίνη ανά ημέρα, 0,51–1,22 kg ανά ασθενή ανά ημέρα, 0,5–20,7 kg ανά εργαστηριακή εξέταση την ημέρα και 0,5–2,54 kg ανά χειρουργική επέμβαση ανά ημέρα. Τα περισσότερα νοσοκομειακά απόβλητα είναι απλά αστικά που μπορούν να ανακυκλωθούν. Η αποτελεσματική διαχείριση αποβλήτων μειώνει το κόστος, συμβάλλει σε πιο υγιές και

καθαρό περιβάλλον και είναι δυνατό να προστατέψει τα νοσοκομεία από πρόστιμα ή οικονομικές κυρώσεις. Δυστυχώς, η πρακτική που ακολουθείται είναι η αποτέφρωση των μολυσματικών σε υψικαμίνους στον χώρο των νοσοκομείων με παραγωγή τοξικών αερίων, καθώς:

- 🗑️ Απελευθερώνουν υλικά, όπως ο υδράργυρος.
- 🗑️ Προκαλούν νέα τοξικά απόβλητα, όπως οι διοξίνες, κατά τη διαδικασία της καύσης
- 🗑️ Παράγουν τοξική στάχτη που απορρίπτεται στη γη και μπορεί πολύ εύκολα να περάσει στα υπόγεια ύδατα.

## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΕΡΙΩΝ

Τα νοσοκομεία συμβάλλουν στην εκπομπή αερίων θερμοκηπίου έμμεσα χρησιμοποιώντας ηλεκτρική ενέργεια και άμεσα με τη χρήση καυσίμων για θέρμανση και ζεστό νερό. Το CO<sub>2</sub> προκαλεί σημαντική μόλυνση του αέρα και σχετίζεται με την παγκόσμια κλιματική αλλαγή. Η καύση φυσικού αερίου αποδίδει 200 g CO<sub>2</sub> ανά kWh, η καύση πετρελαίου 280 g CO<sub>2</sub> ανά kWh, ενώ η χρήση ηλεκτρισμού απελευθερώνει 492 g CO<sub>2</sub> ανά kWh. Στη Γερμανία, τα νοσοκομεία απελευθερώνουν περίπου τέσσερα εκατομμύρια τόνους CO<sub>2</sub> ετησίως από την παραγωγή θέρμανσης και καταναλώνουν 26.000 kWh ανά κλίνη για θέρμανση (Armin 2008).

Τα πιο συχνά χρησιμοποιούμενα πτητικά αναισθητικά είναι το πρωτοξείδιο του αζώτου, το αλοθάνιο, το ενφλουράνιο, το σεβοφλουράνιο και το ισοφλουράνιο. Το πρωτοξείδιο του αζώτου (N<sub>2</sub>O) αντιδρά στη στρατόσφαιρα με το οξυγόνο και δημιουργούν το NO<sub>x</sub>, που με τη σειρά του καταστρέφει το όζον. Το αλοθάνιο, το ισοφλουράνιο και το ενφλουράνιο έχουν χρόνο ζωής στο περιβάλλον 0,7, 2,0 και 2,4 έτη, αλλά μόλις φτάσουν στη στρατόσφαιρα καταστρέφουν λιγότερο (36%, 2% και 1%, αντίστοιχα) το όζον από ό,τι άλλα αέρια, όπως το CFC (chlorofluorinated hydrocarbon) που έχει χρόνο ζωής 76–140 έτη και καταστρέφει 100% το όζον. Για την προστασία του περιβάλλοντος θα πρέπει να αποφεύγεται η αναισθησία διά προσωπίδας, να χρησιμοποιείται διπλή μάσκα, να ελέγχονται οι συνδέσεις για διαρροές, να μετράται τακτικά η συγκέντρωση των αερίων στον χώρο του χειρουργείου και να ελέγχονται οι κεντρικές μονάδες παροχής αερίων (Reller 2008).

## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΟΛΥΒΙΝΥΛΟΧΛΩΡΙΔΙΟΥ (PVC)

Εντός του νοσοκομείου, το πιο διαδεδομένο υλικό νοσοκομειακής χρήσης είναι το πολυβινυλοχλωρίδιο (PVC), ένα χλωριωμένο πλαστικό πολυμερές. Τετρακόσια σαράντα πέντε εκατομμύρια κιλά PVC καταναλώνονται για την κατασκευή περιεκτών ενδοφλέβιων υγρών και αίματος, συσκευών έγχυσης, γραμμών αιμοκάθαρσης, γαντιών, καθετήρων αναρρόφησης ουροδόχου κύστης, διαφόρων διαγνωστικών εργαλείων.

Τα περισσότερα υλικά από PVC για να γίνουν εύκαμπτα και ελαστικά έχουν υποστεί ειδική επεξεργασία με τη χημική ουσία DEHP [φθαλικός δι(2-αιθυλοεξυλο) εστέρας]. Μό-

## ΥΛΙΚΑ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΑ ΑΠΟ PVC

Προϊόντα αίματος	Σάκοι αίματος, συσκευές αίματος, φίλτρο
Συλλογή σωματικών υγρών	Σάκοι συλλογής περιτοναϊκού υγρού, σάκοι υγρού έκπλυσης γραμμών, ουροσυλλέκτες, ουροκαθετήρες, παροχετεύσεις τραυμάτων
Προϊόντα εντερικής διατροφής	Σετ εντερικής διατροφής, ρινογαστρικοί καθετήρες
Προϊόντα ενδοφλέβιας θεραπείας	Καθετήρες, συσκευές ορού, σάκοι διαλυμάτων, σάκοι TPN
Αιμοκάθαρση-περιτοναϊκή κάθαρση	Κύκλωμα εξωσωματικής κυκλοφορίας, CVC, σάκοι διαλύματος, γραμμές
Συσκευασία	Ζελατίνα, δίσκοι για ιατρικές παρεμβάσεις
Ατομικά υλικά ασθενούς	Δοχεία, ψυχρά και θερμά επιθέματα, νάρθηκες, βραχιολάκι, συσκευές εναλλαγής πίεσης
Υλικά για υποστήριξη αναπνευστικού συστήματος	Μάσκες οξυγονοθεραπείας, ενδοτραχειακοί σωλήνες, καθετήρες αναρρόφησης, κύκλωμα αναπνευστήρα
Υλικά γραφείου	Πλαστικές θήκες διαγραμμάτων ασθενών
Έπιπλα	Αναπηρικές πολυθρόνες, πατώματα, καλύμματα μαξιλαριών, κουρτίνες

ρια της χημικής αυτής ένωσης περνούν στον ασθενή κατά τη χρήση των υλικών. Έχει αποδειχθεί ότι το υλικό αυτό προκαλεί γενετικές και αναπτυξιακές ανωμαλίες, για αυτόν τον λόγο κρίνεται απαραίτητη η χρήση υλικών που δεν περιέχουν PVC και κατ' επέκταση DEHP. Παρά το γεγονός ότι στην αγορά υπάρχουν ιατρικές συσκευές και εργαλεία ή υλικά που δεν περιέχουν PVC, πολλά νοσοκομεία συνεχίζουν να τα χρησιμοποιούν. Οι Σκανδιναβικές και οι Γερμανόφωνες χώρες έχουν πετύχει να περιορίσουν τη χρήση του υλικού από τις αρχές της δεκαετίας του '90.

## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΥΔΡΑΡΓΥΡΟΥ








Ο υδράργυρος (Hg) είναι ένα μέταλλο ελεύθερο στο φυσικό περιβάλλον, τοξικό για ανθρώπους, το οικοσύστημα και την άγρια ζωή. Επηρεάζει το ήπαρ, τους νεφρούς, το νευρικό σύστημα, το ανοσοποιητικό σύστημα και το γεννητικό σύστημα. Στους χώρους υγειονομικής φροντίδας υπάρχει στα υδραργυρικά σφυγμομανόμετρα και θερμόμετρα. Ενδεικτικά αναφέρεται ότι κάθε υδραργυρικό σφυγμομανόμετρο περιέχει 80–100 g υδραργύρου και κάθε θερμόμετρο 1 g υδραργύρου. Οι εξελίξεις στην τεχνολογία έχουν παράξει νέες συσκευές χωρίς υδράργυρο. Οι συσκευές αυτές κοστίζουν περισσότερο αρχικά, αλλά η συνολική διαχείριση συσκευών με Hg έχει μεγαλύτερο κόστος, καθώς θα πρέπει να υπάρξει συμμόρφωση με κανονισμούς της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ), καθάρισμα και απολύμανση μετά από ατύχημα, εκπαίδευση του προσωπικού για την ασφαλή διαχείριση και απομάκρυνσή τους. Ο «κύκλος του υδραργύρου» είναι ο ακόλουθος: η μη σωστή διαχείριση των νοσοκομειακών αποβλήτων είναι πιθανό να οδηγήσει σε διαφυγή του μετάλλου στο έδαφος και από εκεί στον υδροφόρο ορίζοντα και τη θάλασσα. Οι καταναλωτές θαλασσινών είναι πιθανό να προσλαμβάνουν μεθυλικό υδράργυρο. Από την

καύση των αποβλήτων σε υψικαμίνους τα αέρια που παράγονται (διοξίνες) περνούν στην ατμόσφαιρα και με τη βροχή στο έδαφος και τη θάλασσα, με τελικό αποδέκτη τον καταναλωτή θαλασσιών. Για να προστατευθεί ο άνθρωπος από τις επιδράσεις του υδραργύρου θα πρέπει να εφαρμοστούν οι οδηγίες της ΕΕ για αντικατάσταση των νοσοκομειακών συσκευών που περιέχουν υδράργυρο με άλλες νέας τεχνολογίας.

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΔΡΑΣΕΩΝ ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Η περιβαλλοντική διαχείριση θα πρέπει να περιλαμβάνει στόχους, χρονοδιάγραμμα και άτομα υπεύθυνα για την υιοθέτηση προγραμμάτων ανακύκλωσης και υπεύθυνης διαχείρισης. Ένα σύστημα περιβαλλοντικής διαχείρισης, όμως, απαιτεί τη στήριξη και τη συμμετοχή όλων των βαθμίδων εργαζομένων. Η εκπαίδευση του προσωπικού, η παροχή πληροφοριών και παρουσίαση των επιτυχιών αυξάνουν τον ενθουσιασμό και συμβάλλουν στην επιτυχία του συστήματος διαχείρισης. Για να πραγματοποιηθεί θα πρέπει να υπάρχουν γραπτές οδηγίες για τη διαχείριση, την αποθήκευση και την απομάκρυνση των αποβλήτων. Ουσίες όπως η βενζίνη, ο υδράργυρος, το χρώμιο VI θα πρέπει να αντικαθίστανται με άλλες λιγότερο επικίνδυνες (όπου και όταν αυτό είναι δυνατό). Τα τμήματα διαχείρισης υλικού των νοσοκομείων θα πρέπει να προμηθεύονται «φιλικά» προς το περιβάλλον προϊόντα. Προτείνεται να αξιολογείται ο κύκλος ζωής όλων των προϊόντων και η επίδρασή τους στο περιβάλλον.

Η χρήση των χώρων υγειονομικής ταφής (ΧΥΤΑ) και των χώρων αποτέφρωσης, καθώς και η περιβαλλοντική επαγρύπνηση του γενικού πληθυσμού, προκαλεί όλο και περισσότερες συζητήσεις για την απομάκρυνση των νοσοκομειακών αποβλήτων. Για αυτόν τον λόγο είναι απαραίτητη η υιοθέτηση ενός προγράμματος δράσης σύμφωνα με το οποίο:

-  Αποφεύγονται τα απόβλητα με την υιοθέτηση νέου τρόπου χρήσης ή διαδικασίας (π.χ. διακοπή της εκτύπωσης των ιατρικών αρχείων και διατήρηση ηλεκτρονικού αρχείου).
-  Ενισχύεται η αγορά φιλικών προς το περιβάλλον μηχανημάτων.
-  Γίνεται διαχείριση των αποβλήτων (διαχωρισμός, ανακύκλωση).
-  Γίνεται έλεγχος των υλικών πριν την αγορά τους για την αποφυγή προϊόντων μη φιλικών προς το περιβάλλον.
-  Περιορίζεται η χρήση προϊόντων που περιέχουν PVC.
-  Γίνεται καθορισμός των τοξικών ουσιών και περιορισμός της χρήσης τους.
-  Επιχειρείται η αξιολόγηση των αποβλήτων τακτικά και γίνεται προσπάθεια εξεύρεσης τρόπων διάθεσής τους (πώληση χαρτιού, γυαλιού, αλουμινίου, πλαστικού).

## ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ

Η εξοικονόμηση ενέργειας εξασφαλίζει χρήματα και βοηθά τα νοσοκομεία να γίνονται ανταγωνιστικά. Θα πρέπει να αναγνωριστούν τα τμήματα του νοσοκομείου που καταναλώνουν μεγάλες ποσότητες ενέργειας και να διερευνηθεί η δυνατότητα μείωσης της κατανάλωσης ενέργειας. Η επανακυκλοφορία του αέρα, η προσαρμογή της θερμο-

κρασίας ανάλογα με το τμήμα, η μείωση του όγκου αέρα και η βελτίωση της μόνωσης του κτηρίου θα μειώσουν τις απαιτήσεις σε θέρμανση και ψύξη. Το κόστος για φωτισμό ενός νοσοκομείου μπορεί να μειωθεί με την αντικατάσταση των κοινών λαμπτήρων με λαμπτήρες εξοικονόμησης ενέργειας, τη μείωση των πηγών φωτισμού, την τοποθέτηση ανιχνευτών κίνησης και την τοποθέτηση μεγαλύτερων παραθύρων για χρήση του φυσικού φωτισμού. Οι ηλιακοί συσσωρευτές μπορούν να μειώσουν την ενέργεια ή τα καύσιμα που χρησιμοποιούνται. Οι ανεμογεννήτριες και οι συσσωρευτές γεωθερμικής ενέργειας είναι πιθανές πηγές ενέργειας για τη λειτουργία ενός νοσοκομείου.

Κατά τον σχεδιασμό νέων νοσηλευτικών μονάδων ή την ανακαίνισή τους μπορούν να υιοθετηθούν οικολογικές πρακτικές τόσο στον σχεδιασμό, όσο και στην κατασκευή και λειτουργία. Έτσι, μπορούν να χρησιμοποιηθούν:

1. *Για θέρμανση:* ηλιακοί συσσωρευτές, θερμοστάτες μείωσης της θερμοκρασίας χώρου κατά τις νυχτερινές ώρες, δεξαμενές συλλογής ζεστού νερού, μικρά boiler στη σειρά, θερμομόνωση των σωλήνων, των καυστήρων και των δεξαμενών.
2. *Για την ηλεκτρική ενέργεια:* μοντέρνα φωτιστικά στοιχεία, νυχτερινός φωτισμός, ανιχνευτές κίνησης, συσκευές ενεργειακής κλάσης A.
3. Για τον κλιματισμό θα πρέπει να υπολογιστούν οι παράμετροι κάθε κλινικής, να τοποθετηθούν θερμοστάτες, μονωμένοι σωλήνες, μείωση της ροής του αέρα σε κενά δωμάτια ή χώρους εργασίας, επανακυκλοφορία ψυχρού αέρα, χρήση φωτοβολταϊκών συσσωρευτών για την παραγωγή ενέργειας, δένδροφύτευση και τοποθέτηση φυτών για μείωση της ηλιακής πρόσληψης και το μπλοκάρισμα των ανέμων, τοποθέτηση σκιαστικών φιλμ στα παράθυρα για μείωση της απώλειας θερμότητας.

Οι νοσηλευτές οφείλουν και μπορούν να υιοθετήσουν οικολογική στάση και συμπεριφορά, τόσο στον χώρο εργασίας, όσο και στην κοινότητα. Αυτό γίνεται με τους ακόλουθους προτεινόμενους τρόπους:

1. Αποφυγή οποιασδήποτε άμεσης επαφής με υδράργυρο.
2. Ενημέρωση για τα επίπεδα υδραργύρου και εφαρμογή διεθνών οδηγιών.
3. Λιγότερα θερμοόμετρα και σφυγμομανόμετρα, σωστή απομάκρυνση αυτών που περιέχουν υδράργυρο σύμφωνα με τους διεθνείς κανονισμούς.
4. Οδοντιατρική χρήση ουσιών που δεν περιέχουν υδράργυρο.
5. Χρησιμοποίηση υλικών χωρίς latex και PVC (πάτωμα, βαφές τοίχου, μοκέτες, επένδυση οροφής, σωληνώσεις).
6. Χρήση προϊόντων ξύλου χωρίς φορμαλδεΐδη, χρώμιο ή αρσενικό.
7. Χρήση υλικών που κατασκευάζονται χωρίς καταστροφή του όζοντος.
8. Ανακυκλώσιμο μέταλλο και τσιμέντο.
9. Εκπαίδευση του προσωπικού.
10. Μέτρηση κατανάλωσης ενέργειας και νερού, εκπομπής αερίων θερμοκηπίου, απο- βλήτων.
11. Υιοθέτηση προγραμμάτων ανακύκλωσης.