

# Вред мобильных

тс



на здоровье

Работу  
выполнил  
студент ДПТ  
Арифов Эмир





Работу выполнил:  
Студент 25 группы  
Арифов Эмир

**Содержание :**

**1 Электромагнитное  
излучение**

**2 Исследования**

**3 Методы снижения  
воздействия**

**4 Оптимальные  
значения**

**5 Рекомендации**

Работу  
выполнил  
студент ДПТ  
Арифов Эмир



Трудно на сегодняшний день представить нашу жизнь без наличия современных технологий, и это в особенности касается сотового телефона. Количество пользователей мобильных телефонов стремительно растет с каждым днем, и человек с трудом обходится без него в быту, поездке, работе и даже простой прогулке.

Однако новомодный девайс не первый год заставляет задуматься не только о его положительных, но и об отрицательных свойствах. Ученые самых разных областей, от физики до медицины, заняты поиском подтверждений того, что существует какой-либо вред сотовых телефонов на здоровье человека. И, как показали множественные наблюдения, паника оказалась далеко не беспочвенной.

**Электромагнитное излучение** .Телефонные станции, как и сами сотовые телефоны, испускают электромагнитное излучение. Его непосредственное влияние было подтверждено серией экспериментов на животных, которые, после продолжительного нахождения под электромагнитными волнами, проявляли различные негативные симптомы (рекомендуем прочитать Вред микроволновой печи).Большинство особей испытывали кратковременную потерю памяти или ухудшение зрения, а эмбрионы цыплят показали повышенную восприимчивость к раку. Что касается людей, то здесь всё чаще регистрируют случаи развития опухолей головного мозга и общего ухудшения здоровья. В результате многие сомнения исследователей были развеяны. Как считалось ранее, мощность электромагнитного излучения, генерируемая мобильниками, ничтожно мала, чтобы представлять серьезную угрозу для самочувствия человека. Тем не менее, по мере развития технологий и продолжения тестов, людям стало открываться всё больше информации о возможном вреде мобильной связи.



Конечно, с той же уверенностью можно сказать, что всё в этом мире несет в себе опасность: пища, городской воздух, даже материал, из которого сделана наша одежда.

С другой стороны, это не освобождает человечество от нужды максимально обезопасить себя от окружающих угроз. Что также справедливо для сотовых телефонов. Вооружившись всеми сведениями о вреде мобильных, далее человек вправе или игнорировать их или следовать предосторожностям для собственной и безопасности своих детей.

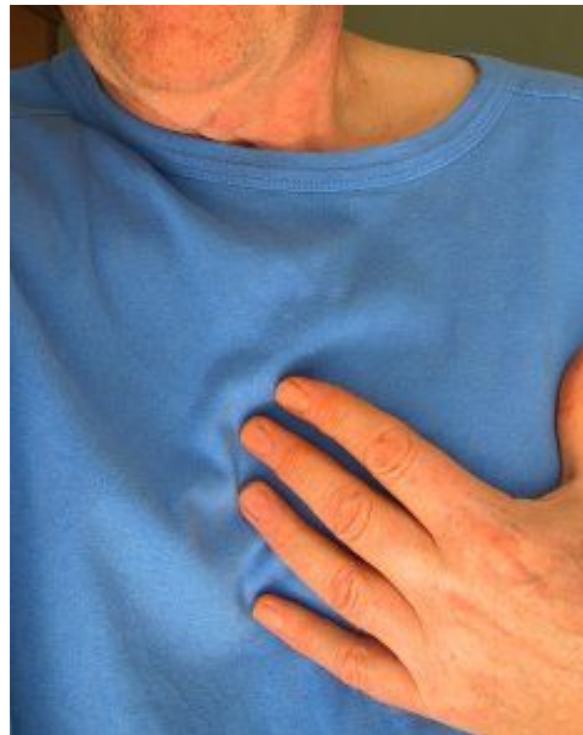
**Исследования.** Так как сотовый телефон влияет на здоровье человека, и откуда пошли «первые тревожные звоночки»? На заре появления сотовой связи, в 2000 году, в Британии люди с сердечными заболеваниями начали сообщать о появлении болей во время ношения сотового телефона в нагрудном кармане. Это стало поводом главе Национального комитета по радиологической защите успокоить жителей и выступить с заявлением, что нет фактических доказательств пагубного воздействия мобильных телефонов. Однако это лишь подстегнуло ученых, которые тщательно взялись за соответствующие исследования.

По мнению израильских ученых продолжительные и регулярные телефонные звонки способствуют развитию рака ротовой полости. Их данные показывают, что люди, пользующиеся сотовым телефоном более пяти лет, имеют на 50% больше шансов получить этот вид рака по сравнению с теми, кто обходится без сотовых.



Тем временем в Дании и Норвегии выяснили, что пользователи сотовой связи испытывают частые головные боли, приступы раздражительности, и стабильно не высыпаются. Всё это входит в список симптомов вегетативно-сосудистой дистонии. Но вред мобильного телефона не ограничивается мигренью. Под риском рака также находится околоушная железа, самая большая из слюнных желез, которая располагается возле уха, к которому мы обычно прижимаем мобильник.

Кроме того, ученые твердят о так называемом напряжении иммунной системы, которое является следствием частого и продолжительного пользования сотовой связью. А иммунитет, как известно, отвечает на нашу сопротивляемость болезням и другим пагубным воздействиям (рекомендуем также прочитать [Очищение организма от шлаков и токсинов](#)).





Работу  
выполнил  
студент ДПТ  
Арифов Эмир

Теперь, когда влияние сотового телефона на здоровье человека получило весомые подтверждения, опубликованные в США и других странах, у нас появился ряд простых, но действенных советов по использованию средств мобильной связи. Следуя этим простым, но эффективным рекомендациям, пользователи имеют шанс снизить вредоносное влияние сотовых телефонов. Главное помнить, что данные советы справедливы как для обычных мобильных телефонов, так и для смартфонов.

Работу  
выполнил  
студент ДПТ  
Арифов Эмир

## **Методы снижения воздействия.**

В первую очередь следует перейти на специальную гарнитуру или использовать громкоговоритель, чтобы телефон находился как можно дальше от головы. Идеальным решением станет беспроводная гарнитура handsfree. Это поможет снизить уровень радиационных излучений, защитив сетчатку глаз и ушные раковины. По тем же причинам следует обезопасить своих детей, поскольку их организм наиболее восприимчив к опасным излучениям, а мозг активно развивается. Беременные женщины тоже находятся в зоне риска, поэтому нежелательно носить телефон на шее или в кармане, близ живота. Лучше положить его в сумку, дисплеем к себе. Если же произвести звонок необходимо, старайтесь пользоваться мобильником не в экранированных зонах вроде лифта или поезда, а на улице. Не даром же сотовый телефон называется именно мобильным. Помимо поездов и лифтов, нужно избегать приема звонков в трамваях, троллейбусах, метро и в непосредственной близости линий электропередач. По той причине, что электромагнитное поле в подобных местах крайне занижено.

**Оптимальные значения .** Почему следует пользоваться сотовым как можно реже? Это объясняется тем, что в режиме ожидания мощность излучения ниже, чем во время разговора или передачи данных. Приобретайте сотовые наименьшей мощности передачи сигнала – в пределах 0.4 Вт. Обычно такие параметры зафиксированы в документации телефона. То же самое касается диапазона – оптимальным значением в настройках будет 1800 МГц.



В результате исследований, проведенных и озвученных по заказу Евросоюза в 2004 году, выяснилось, что вред мобильного телефона проявляется в мутациях на клеточном уровне – влияя на саму ДНК. Благодаря этому было решено считать небезопасным излучение от 0,3 до 2 SAR (иначе – удельный коэффициент поглощения электромагнитной энергии).

Эксперты советуют пользоваться телефоном только в случае необходимости. Не прикладывайте к голове трубку, пока идут гудки в ожидании ответа, поскольку излучение достигает пика в момент вызова, вне зависимости от качества покрытия сети в данном месте. Дождитесь начала разговора, как раз тогда, когда мощность излучаемого устройством сигнала идет на спад. Что касается и громкости голоса, лучше говорить на низких тонах, чтобы избежать автоматического повышения мощности излучения. Сами разговоры должны быть максимально короткими, в этом вопросе лучше периодически заменять звонки на смс-сообщения, или вообще назначить личную встречу. Попробуйте держать трубку телефона от уха чуть дальше обычного – на три и более сантиметра. Это в том случае, если нельзя воспользоваться наушниками и беспроводной связью Bluetooth. Более того, значительно уменьшить влияние сотового телефона на здоровье человека можно всего лишь изменив его ориентацию и снизив уровень принимаемого сигнала. Для этого придется пользоваться телефоном не вертикально, а горизонтально, что увеличит безопасность примерно в три раза.

**Рекомендации.** Согласно рекомендациям, указанным в официальных документах Минздрава РФ в отношении пользования сотовой связью, не безопасно пользоваться мобильными устройствами детям и подросткам, не достигшим 16 лет, беременным женщинам, а также лицам, подверженным неврологическим заболеваниям или тем, у кого имплантировано кардиологическое устройство сердечного ритма. Одним из немаловажных условий является отключение мобильного телефона на ночь.



Во-первых, вы вряд ли ожидаете срочных звонков в темное время суток, а выключенный телефон не имеет возможности нарушить смену быстрой и медленной фаз сна. Согласно инструкциям большинства моделей, даже если вам потребуется функция будильника на телефоне, он сработает и в выключенном состоянии. Теперь, когда вы ознакомились с данными научных исследований и прочитали эти простые, но весомые правила, влияние сотового телефона перестало быть загадкой и мифом – ведь, кто осведомлен, тот вооружен.

Спасибо за  
внимание!!!

Работу  
выполнил  
студент ДПТ  
Арифов Эмир