

«МОБИЛЬНЫЙ ТЕЛЕФОН – ДРУГ ИЛИ ВРАГ?»



Нужны ли детям сотовые телефоны?

Сотовые телефоны действительно необходимы.

Они созданы для того, чтобы поддерживать отношения не только с членами семьи, но и с близкими и друзьями.

Встроенная функция GPS позволяет знать вашим родителям, где вы находитесь.

Опасен ли сотовый телефон?

А так ли безопасен сотовый телефон, как мы думаем? Когда сотовый телефон работает, то он окружён очень мощным электрическим полем, которое отрицательно влияет на организм, особенно детский.



Длительное использование телефона существенно увеличивает риск развития доброкачественной опухоли слухового нерва. Подобная опухоль возникает только на той стороне головы, к которой чаще всего прикладывается сотовый телефон. Если мобильный телефон постоянно прикладывается к одной и той же части головы, риск возрастает в 4 раза.



**Какие ещё
осложнения
вызывает
телефон?
Установлено,
что если люди
пользовались
телефоном более
10 лет, то у
половины из них
возникали
опухоли мозга с
той стороны,
куда они
прикладывали
трубку.**



Правда, что у пользователей телефона повышается давление?

Германские исследователи обнаружили еще один изъян сотовых телефонов - во время работы они повышают артериальное давление человека.



Что говорят учёные о вреде телефонов?

**Японские учёные
утверждают, что
мобильные телефоны
могут привести к
появлению таких
заболеваний, как экзема,
сенная лихорадка и астма.**

**Исследования впервые показали,
что все сотовые телефоны,
продаваемые в нашей стране, не
соответствуют санитарным
нормам**



Наш организм особенно чувствителен именно к слабым излучениям, которые соразмерны колебаниям живых клеток. Если вы не расстаетесь с сотовым телефоном даже во сне (к примеру, привыкли использовать его в качестве будильника и для этого кладете рядом с подушкой), не удивляйтесь, если перестанете высыпаться.



Работающий в режиме ожидания мобильник способен сократить и расстроить самые важные фазы ночного отдыха — быстрый сон и медленный сон.



Ухудшается ли слух, когда говоришь по телефону?

Постоянное использование наушников при разговоре по телефону может привести к ухудшению слуха.



Что испытывает человек, пользуясь телефоном?

Известно, что те люди, которые использовали телефон около 2 минут в день, жаловались на плохое самочувствие. У тех людей, кто пользуется телефоном около 30 минут ежедневно, наблюдается потеря памяти, головокружение, головная боль, утомляемость, сонливость. А если пользоваться телефоном дольше, то проблемы со здоровьем возрастают.



Правила использования мобильного телефона:

1. Звоните на улице. Когда погода позволяет, лучше выйти прогуляться во время разговора.



2. Важно помнить! Сотовый телефон лучше носить в сумке, а не в кармане или на шее.
Самый высокий уровень излучения достигается в момент поиска сети и соединения. Там где есть сильные помехи сотовыми телефонами надо пользоваться как можно меньше.



3. Держите трубку на расстоянии от уха.
Допустим, расстояние от антенны плотно
прижатой к уху трубки до коры головного
мозга
составляет 1 см. Тогда, отодвинув трубку от
уха всего на 1 см, вы увеличите расстояние
до мозга вдвое (2 см), и мощность,
излучаемая в мозг, уменьшится в 4 раза!



**4. Не следует
пользоваться
телефоном
во время грозы.**

Только факты. Каждый год сотни людей в мире гибнут от удара молнии. Золотое правило поведения во время грозы – нельзя пользоваться мобильными телефонами, так как они могут «притянуть» молнию. Слишком активное использование мобильного телефона может плохо сказаться на работе головного мозга.



5. Не нужно вести долгих разговоров, многочасовых выяснений отношений.

Ограничить время и частоту использования сотового телефона. Все-таки нужно помнить, что мобильник - это не стационарный телефон, по которому можно было говорить часами. Более 2-3 минут за один вызов и более 10-15 минут в день разговаривать по мобильнику не следует.



6. Не используйте телефон в тех местах, где наблюдается плохой прием (лифт, транспорт, подземные помещения, дом и др.)

Так как при плохом приеме мобильный телефон пытается найти антенну-передатчик, и из-за этого его излучение многократно усиливается. Излучаемые им волны могут отражаться.



7. Не прикладывайте мобильный телефон к уху в тот момент, когда он находится в процессе поиска оператора сети.

Это бывает при самом включении и при плохом приеме. В этот момент он излучает больше всего, вредит, так сказать, по максимуму.



8. Имейте ввиду, что беспроводной способ передачи данных от одного мобильного к другому, разработанный под маркой Bluetooth, прибавляет мобильному телефону дополнительную силу излучения.

9. Можно ли пользоваться телефонами в школе?

Нельзя пользоваться сотовыми телефонами во время учебных занятий в школе, т.к. это мешает учебному процессу, отвлекает ваше внимание и внимание одноклассников от изучаемого предмета.

Нельзя фотографировать одноклассников без их



**И если человек желает быть
здоровым, то обязательно
прислушается
к рекомендациям врачей
и учёных, и ограничит время
своих разговоров
по сотовому телефону,
и будет держать его
на безопасном расстоянии.**