


# Мобильный телефон : вред или польза ?

Работу подготовила  
Алейникова Е.П.,  
учитель русского языка и  
литературы МБОУСОШ №23  
Краснодарского края  
Белореченского района



Представить мир без мобильной связи уже невозможно. По данным ассоциации производителей систем сотовых телекоммуникаций, число абонентов мобильной связи ежедневно увеличивается на 46 тысяч человек.

В современном мире мобильный телефон стал незаменимой вещью человека. За последние годы сотовый телефон превратился из дорогостоящего аппарата в обычную вещь, звонок которого можно услышать сегодня где угодно. Но многие не знают какой вред наносит телефон на здоровье человека. Этим обуславливается **актуальность** нашей работы.

# Анкета для учащихся

- С какого возраста у тебя телефон?
- Сколько примерно времени в сутки ты тратишь на разговоры по телефону?
- Сколько примерно времени длится один разговор?
- Сколько примерно времени в сутки ты проводишь в интернете?
- Где обычно ты носишь телефон?

# телефон?

По проведенному опросу 100 человек выяснили, что:

А) для выхода в интернет-78 человек

Б) для связи с родственниками-100 человек

В) для развлечений-64 человека

Г) для общения через смс-59 человек


Д) для выполнения операций, используя органайзер- 68 человек

Е) для прослушивания музыки-83 человека

Ж) голосовая информация-35 человек

# Психологическая зависимость от мобильного телефона очень велика :

- Беспокойство по поводу его отсутствия;
- SMS – мания;
- Лишняя информация;
- Звуковые галлюцинации;
- Зависимость от телефона и др.



Исследователи убеждены : злоупотребление телефонами сродни любой психологической зависимости. При этом пользователь становится раздражительным, замкнутым, проявляет антиобщественное поведение, плохо соображает.

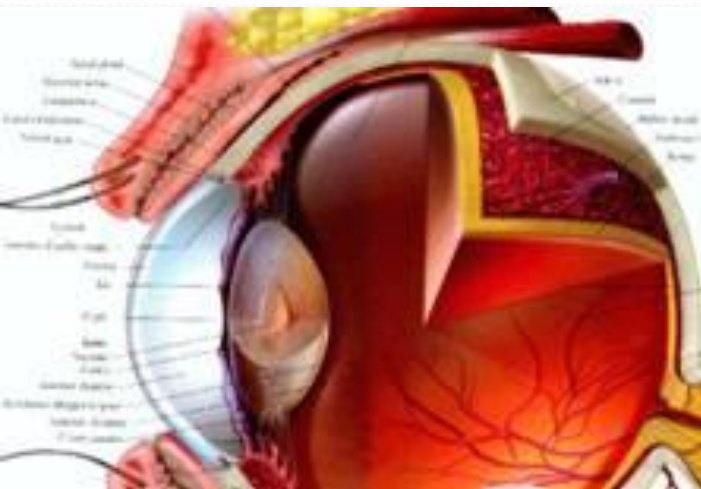
# Влияние сотовых телефонов на организм человека

Излучение мобильных телефонов повреждает области мозга связанные с обучением, памятью и передвижением. Если человек разговаривает по сотовому ежедневно более 45-60 минут, то появляются головные боли.



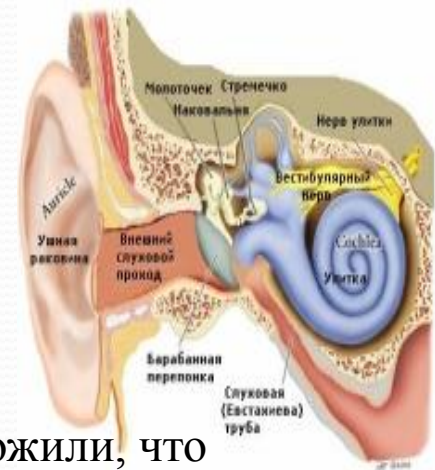
Исследования ученых в Норвегии и Дании показали, что пользователи сотовой связи больше всех подвержены сонливости, раздражительности, страдают головными болями.

Через год зрение упадет на 12-14%, если использовать телефон долгое время.

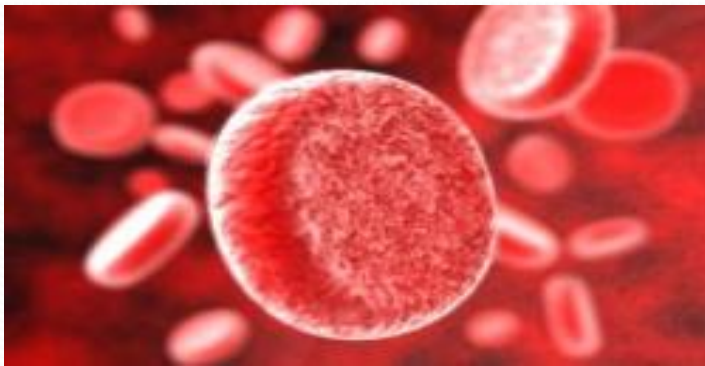




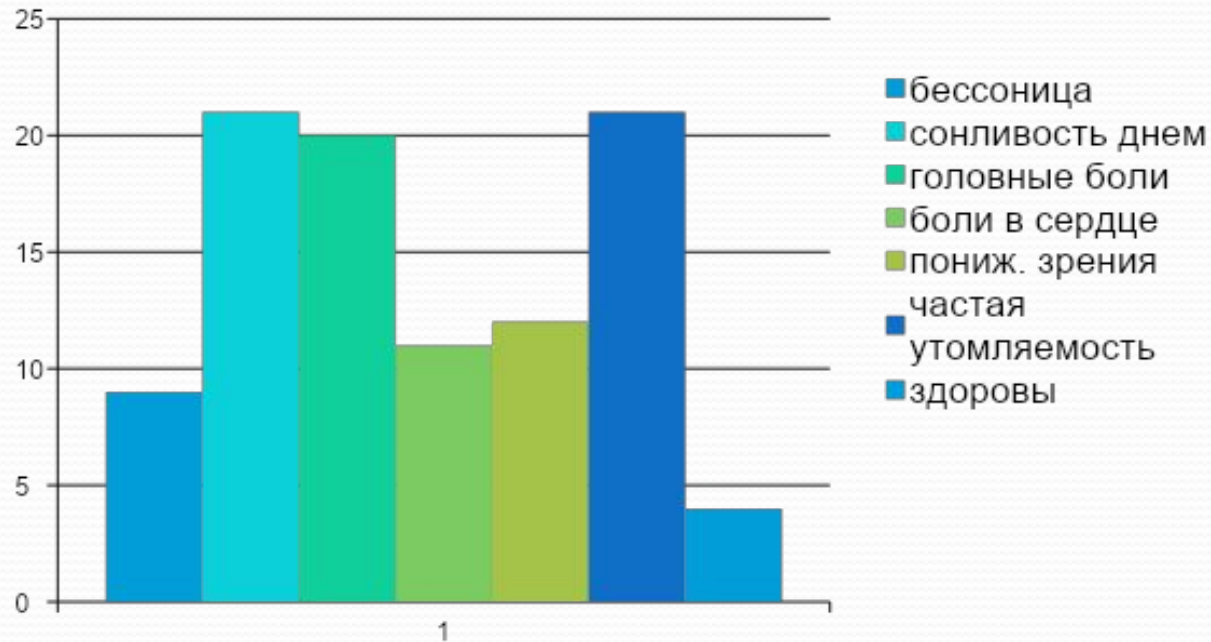
При длительном разговоре наблюдается увеличение температуры уха, барабанной перепонки, прилегающих тканей и прилегающего участка мозга. Ученые обнаружили, что риск развития опухоли в том ухе, к которому прикладывается мобильный телефон, в 3,9 раза выше, чем в противоположном.



Шведские физики из университета Линкёпинга предположили, что электромагнитное излучение мобильных телефонов может повреждать красные кровяные тельца – эритроциты, усиливая, их взаимодействие друг с другом.



# Состояние здоровья детей пользующихся телефонами



**Выводы:** Сотовые телефоны необходимы в повседневной жизни, но оказывают негативное воздействие на здоровье человека;

Необходимо знать правила пользования сотовым телефоном и не пренебрегать ими, чтобы уберечь свой организм от вредного воздействия

# Рекомендации по использованию сотового телефона

1. Выключайте телефон там, где его использование запрещено, действуют дополнительные правила и где это может вызвать радиопомехи или быть опасным (в больницах и т. д.).
2. Радиоволны могут оказывать отрицательное воздействие на работу всех мобильных телефонов.
3. Не носите сотовый телефон на теле! Во время дозвона держите телефон на расстоянии
4. Каждый разговор должен длиться не более трех минут, перерыв между звонками – не менее 15 минут. Используйте функцию «громкой связи» и аппараты с технологией беспроводной связи «блютуз» или пишите SMS. Главное – убрать телефон подальше от головы.

# Необходимо знать

Когда мы держим трубку рядом с ухом, голова и телефон образуют единую электромагнитную систему, которая очень сильно воздействует на мозг. Кора головного мозга – это орган, особо остро реагирующий на электромагнитные поля. Если телефон в руках, на ремне или в сумочке – влияние излучения от мобильного телефона снижается многократно.

# Телефонный этикет

- Выключайте личный мобильный телефон там, где можно подвергнуть опасности жизни других людей;
- Воздержитесь от его использования во время управления транспортом;
- Выключайте телефон на концертах, киносеансах, в музеях, во время различных церемоний и др.

# Заключение

Минздрав РФ в июле 2003 года выпустил гигиенические требования, в которых рекомендуется ограничить использование сотовых телефонов лицами, не достигшими 18 лет. «Это единственный юридический документ, который у нас сейчас действует. Жаль, что проконтролировать его невозможно», - комментирует Олег Григорьев, директор Центра электромагнитной безопасности, зам. председателя Российского национального комитета по защите от неионизирующих излучений.

**В результате исследования делаем вывод:**

Телефон позволяет нам связываться с людьми на дальних расстояниях, выходить в интернет и многие другие возможности, но в то же время телефон приносит вред нашему здоровью, поэтому нужно соблюдать правила по использованию сотового телефона.



**Спасибо за внимание !**