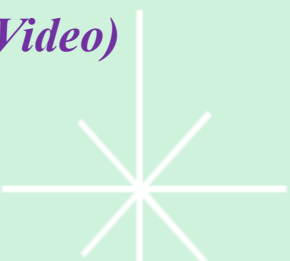


Mobiliųjų telefonų žala žmogui





Turinys


- *Kodėl prabilome apie mobiliuosius telefonus?*
 - *Telefonų žalos įrodymai.*
 - *Telefonas įtakoja besivystančio kūdikio smegenis.*
 - *Ar reikia telefono vaikams?*
 - *Telefonų žala suaugusiems.*
 - *Priemonės prieš telefonus pasaulyje.*
 - *Kaip sumažinti mobiliųjų telefonų keliamą žalą?*
 - *Elektromagnetinė spinduliuotė ir jos poveikis sveikatai (Video)*
- 

Kodėl prabilome apie mobiliuosius telefonus?



- Šiandien beveik kiekvienas turi mobilųjį telefoną, tačiau labai mažai žino apie jo pavojų sveikatai. Taip, jūs perskaitėte teisingai. Mobilieji telefonai yra labai pavojingi sveikatai ir ypač vaikų, nes visi mobilieji telefonai spinduliuoja elektromagnetinę radiaciją, kuri yra kenksminga organizmui ir ypač smegenims. **Kai kurie gydytojai mano, kad mobiliųjų telefonų naudojimas yra pavojingesnis nei rūkymas.**

<http://sveikatossaltinis.blogas.lt>



Telefonų žalos įrodymai.



- Švedų mokslininkų tyrimu nustatyta, kad mobiliųjų telefonų naudojimas 40-270% padidina tikimybę gauti smegenų vėžį, naudotojai gali susirgti vėžiu po 15, 20 ar net 30 metų.
- Britų medicinos žurnale Lancet skelbiama, kad mobiliųjų telefonų spinduliuojamos mikrobangos sukelia šiluminį efektą ir laikant prie ausies jos gali pakelti smegenų temperatūrą daugiau nei 1 laipsniu.

<http://sveikatossaltinis.blogas.lt>



Telefonų žalos įrodymai

- Ispanijos neurodiagnostiniame institute 2001 m. buvo nustatyta, kad 11 – 13 metų vaikams kalbėjusiems 2 min. mobiliu telefonu, smegenų bioelektrinio aktyvumo pokyčiai išlieka dar 2 valandas nustojus kalbėti. Tai patvirtino ir pernai baigti Anglijos Bristolio universiteto tiriamieji darbai . Analogiški rezultatai patvirtinti suomių ir turkų universitete.

Telefono ryšys daro įtaką besivystančio kūdikio smegenims

- Naujausias duomenimis (kurių dar niekas nesuspėjo paneigti), mobilusis telefonas neigiamai įtakoja besivystančias embriono smegenis, jeigu būsima mama dažnai kalba mobiliu telefonu.
- Mokslininkai nustatė, kad motinoms, kurios nėštumo metu naudojos mobiliu telefonu, 55% dažniau gimdavo vaikai su įvairiomis psichinėmis problemomis. Genetikai griežtai tvirtina, kad mobilaus telefono spinduliuotė veikia chromosomų struktūrą.

Tai gali iššaukti vaisiaus vystymosi anomalijas jau pirminėse stadijose.



Ar reikia telefono vaikams?

- Vaikų kaukolė yra plonesnė ir smegenys vystosi labai intensyviai, todėl mobiliųjų telefonų skleidžiamos elektromagnetinės bangos lengviau prasiskverbia pro plonesnius kaukolės kaulus ir taip neigiamai veikia smegenų vystymąsi. Leukemija ir galvos smegenų vėžys yra labiausiai paplitusios vaikų onkologinės ligos.
- spalvoti žaidimai mažame telefono ekrane ir nuolatinis žinučių rašymas gadina vaikams akis.

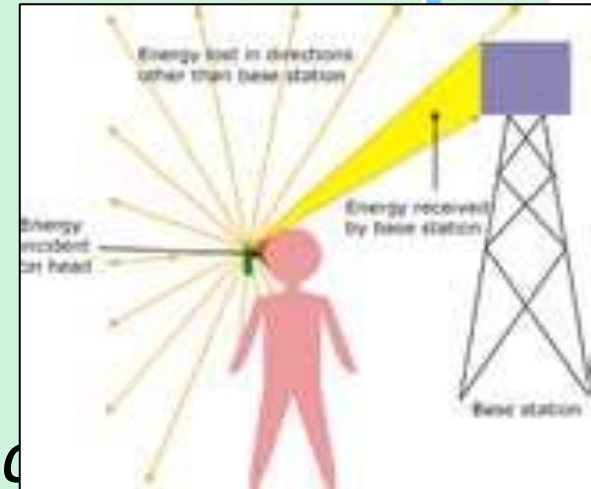


Ar reikia telefono vaikams?

- Mobilaus telefono neigiamas poveikis vaikams keletą kartų didesnis, nei suaugusiems žmonėms;
- Sutrikdomas organizmo ląstelių stabilumas ir nervų sistemos veikla;
- Vaikai iki 18 metų besinaudojantys mobiliais telefonais, rizikuoja susidurti su atminties problemomis, dėmesio sutrikimu, nemiga ir pastoviu galvos skausmu;
- Padidėja rizika susirgti epilepsija ir onkologinėmis ligomis.
- Vaikui intensyviai besinaudojant telefonu gali išryškėti „suerzinto silpnumo sindromas“, pasireiškiantis pastoviu kaprizingumu, emocijų nevaldyme ir nuotaikų kaita. Tolimesnėje ligos eigoje atsiranda nemiga, miegas tampa neramiu, atsibudus ryte gali pasireikšti pykinimas, jie skundžiasi dažniais galvos skausmais. Mokyklinio amžiaus vaikams atsiranda sunkumai moksluose (dėl koncentracijos sumažėjimo).

Mobiliųjų telefonų poveikis suaugusiems

- *Galvos skausmas*
- *Nuovargis*
- *Stresas*
- *Nemiga ar sutrikdomas miego procesas*
- *Raumenų skausmai*
- **Sukelia smegenų ir kitų rūšių vėžį.**
- Vengti elektromagnetinių bangų turėtų žmonės, sergantys nervų sistemos ligomis ir skydliaukės disfunkcija.




Priemonės prieš mobiliuosius pasaulyje



- Prancūzijoje vaikai privalo naudotis mobiliais telefonais su ribotu telefonų numerių skaičiumi kad galėtų paskambinti tik tėvams ar giminaičiams. Jie privaloma tvarka turi turėti įrenginius „hands free“, kurie sumažina elektromagnetinių laukų intensyvumo poveikį smegenims.
- Anglijoje 2001 metais uždrausta naudotis mobiliais telefonais mokyklose. Juos parduodant pateikiama informacinė brošiūra apie galimas bendravimo su mobiliu telefonu pasekmes.
- Vokietijoje Ekologinės medicinos asociacija jau 2002 metais rekomendavo vyriausybei uždrausti vaikams naudotis mobiliais telefonais.

PASTABA : Šiandien tarp visų šalių, vystančių mobilų ryšį, tik Lietuvoje nėra nacionalinės programos telefono vartojimo prevencijai. „Tele2“ duomenimis, mobiliuoju ryšiu naudojasi apie 87 proc. Lietuvos gyventojų, taigi be ryšio dar likę tik kūdikiai ir senoliai.

- <http://www.biotronika.lt/straipsniai/016-mobilus-telefonas-mirtinas-pavojus-vaikams.php>
- 

Kova prieš telefonus

- Šiuo metu 25 amerikiečiai ar jų artimieji, kuriems buvo diagnozuotas smegenų vėžys bylinėjasi su mobiliųjų telefonų gamintojais ir mobiliojo ryšio operatoriais dėl padarytos žalos ir dėl to, kad jie žinojo apie telefonų sveikatai keliamą pavojų, bet neinformavo ir neįspėjo vartotojų. Beje, 42 metų neurologas, kuriam buvo diagnozuotas smegenų vėžys, reikalauja milijardo dolerių kompensacijos.

Kaip sumažinti telefonų keliamą žalą?

- *Kalbėti įsijungus mikrofoną ir laikyti kuo toliau, ne mažiau 10 cm nuo kūno. Mobiliojo elektromagnetinė radiacija labai sumažėja laikant jį toliau nuo kūno.*
- *Nešiojantis mobilaus telefono nekabinti ant kaklo, nes tai veikia širdį. Nelaikyti net ir kišenėje, nes net ir nekalbant telefonas spinduliuoja elektromagnetines bangas ir turi elektromagnetinį lauką. Geriausia laikyti atskiroje rankinėje ir kuo toliau nuo kūno.*

Kaip sumažinti telefonų keliamą žalą?

- *Kalbėti lauke, nes uždaroje erdvėje signalas ir sklaidžiama radiacija tampa labiau koncentruota.*
- *Išjungti mobilųjį telefoną nakčiai ar bent jau nelaikyti arti lovos, nes elektromagnetinės bangos trikdo smegenų bangas ir taip neleidžia tinkamai miegoti ir gerai pailsėti.*
- **Nedėti telefono prie ausies tol, kol kitas žmogus neatsiliepia, nes radiacija yra žymiai didesnė sujungimo procese.**

Kaip sumažinti telefonų keliamą žalą?

- Atminkite, kad šalia esantis žmogus taip pat kenčia nuo pasyviosios spinduliuotės, kalbėkite atsitraukę nuo kitų;
- Kalbėkite iš tos vietos, kur ryšys geriausias, nes ten mažiausia elektromagnetinė spinduliuotė. Venkite naudotis mobiliuoju, jei signalas ypač silpnas.
- Telefonu, kaip žadintuvu patariama nesinaudoti. Net tada, kai telefonu nekalbate, jis spinduliuoja elektromagnetines bangas. Taigi geriau jį laikyti kuo toliau nuo kūno ir ypač galvos, o dar geriau net nesinešti jo į tą kambarį, kuriame miegate.
- Pasaulinė sveikatos organizacija pranešė, jog mažiau kenkia nei nuolatiniai pokalbiai, trumpųjų žinučių rašymas ar kalbėjimas per laisvų rankų įrangą.

Patarimų autorė Enrika Saplytė, Vilniaus visuomenės sveikatos centro specialistė.

<http://www.pinigukarta.lt/patarimai-3/grozis-ir-sveikata-patarimai-3/sveikas-gyvenimo-budas-patarimai/sumazinkime-mobiliojo-telefono-zala-organizmui>

Kaip sumažinti mobiliųjų telefonų keliamą žalą?

- Žinokite, kad laisvų rankų įranga ne išėitis . 'Blue toothai' yra dar blogiau, nei laikant telefoną prie ausies, nes jie gauna papildomą signalą iš mobilaus telefono.
- Jau kuris laikas yra žinoma, kad žmonės, gyvenantys prie mobiliojo ryšio antenų - stočių, labai padidina tikimybę gauti vėžį.
- Beveik visi stacionarūs telefonai yra dar pavojingesni nei mobilūs telefonai, nes jie sukuria elektromagnetinį lauką visame name ir taip jame gyvenantys žmonės nuolat gauna radiacijos.

Plačiau : <http://sveikatossaltinis.blogas.lt/mobilieji-telefonai-pavojingesni-sveikatai-nei-rukymas-16.htmlvaikams.php>

Kaip sumažinti mobiliųjų telefonų keliamą žalą?

- Atsižvelgiant į galimą neigiamą poveikį, siūloma telefonu kalbėti kiek įmanoma trumpiau bei rinktis kuo naujesnius telefono modelius, nes mobiliųjų telefonų gamintojai kasmet vis daugiau atsižvelgia į sveikatos priežiūros specialistų rekomendacijas mobiliųjų telefonų poveikio sveikatai tema.
- <http://www.infomed.lt/lt/2/portal/klinika,id,mobiliuju-telefonu-poveikis-sveikatai>

Elektromagnetinė spinduliuotė ir jos poveikis sveikatai



Ačiū už dėmesį !

**Informaciją „Atsargiai - mobilusis“ rinko
ir parengė 1-12 klasių mokiniams bei jų
tėveliams klubo „Sveikuolis“ nariai,
vadovė Virginija Petrošienė**

2012 m.

