

# Обладатели мобильных телефонов

## с каждым годом молодеют!

«Уже не редкость встретить ребенка школьного возраста с мобильным телефоном в руках»- так могли мы сказать ещё буквально 1- 1, 5 года назад. На сегодняшний же день реальную действительность отражает такая фраза: «Уже не редкость встретить ребенка дошкольного возраста с мобильным телефоном в руках»». Гораздо большее удивление среди сверстников вызовет тот ребёнок, который не принёс в детский сад «модную» игрушку.

За рубежом правительство принимает меры к тому, чтобы ограничить распространение мобильных телефонов среди детей. Еще в 2001 году зарубежное правительство призвало запретить использование сотовых телефонов детьми "чтобы не формировать слишком ранний интерес к сотовой связи":

- **Великобритания, 2001 год:** запрещено использование сотовых телефонов в школах; при их продаже в коробку вкладывают информационные брошюры о возможных последствиях общения по мобильникам. Также в Великобритании уже сейчас действует запрет на продажу мобильных телефонов для лиц, не достигших подросткового возраста. А детям до 8 лет полностью запрещено пользоваться мобильными телефонами.
- **Франция, 2002 год:** Министерство здравоохранения призвало родителей контролировать, сколько времени их дети говорят по сотовым телефонам (в ходе одного эксперимента ученые соорудили макеты детских голов и обнаружили, что при облучении они поглотили в 2-4 раза больше электромагнитной энергии, чем взрослый, так как растущий организм ребёнка более восприимчив к воздействию электромагнитного излучения).
- **Германия, 2002 год:** Ассоциация экологической медицины рекомендовала правительству ввести государственный запрет на использование мобильных телефонов детьми и ограничения для подростков.
- **В Бангладеш** законодательно запрещено пользоваться мобильниками до достижения 16 лет.
- **Санитарные нормативы, принятые на территории России,** ограничивают использование сотовых телефонов детьми до 18 лет (СанПиН 2.1.8/2.2.4.1190-03, пункт 6.9):

**6.9. В целях защиты населения - пользователей подвижных (мобильных) станций**

**сухопутной радиосвязи - рекомендуются следующие мероприятия:**

**- максимально возможное сокращение времени пользования мобильной радиостанцией;**

**- ограничение возможности использования подвижных радиостанций лицами,**

**не достигшими 18 лет, женщинами в период беременности, людьми, имеющими имплантированные водители ритмов.**

Тот факт, что при работе сотового телефона электромагнитная энергия проникает в мозг, никем не оспаривается, поскольку уже при разработке телефона человеческое тело рассматривается как элемент антенной системы.

**Эксперимент 1.** В Московском институте биофизики профессор Юрий Григорьев сделал два инкубатора. В каждый положил по 63 куриных яйца. Над одним «птичьим домиком» на высоте 10 см подвесили мобильный телефон, который работал в таком режиме: 1,5 минуты включен, полминуты выключен. Нарушения эмбрионального развития начались на третий день. Вылупились лишь 16 птичек, которые «слушали» телефон! Но и они оказались нежизнеспособны. Для сравнения: в инкубаторе, где яйца не донимали звонками, без проблем появился на свет 51 птенец.

**Эксперимент 2.** Алан Прис, глава отделения биофизики Бристольского онкологического центра, на полчаса дал телефоны детям 10 лет. У половины они работали в режиме разговора, у других были отключены. А потом ученый провел тесты. У тех, кому достались включенные мобильники, все реакции оказались замедленными. Другой эксперимент показал, что даже после двухминутной беседы у подростков 12 лет меняется активность мозга. В норму она приходит лишь через два часа. Что это значит? У ребенка меняется настроение, он хуже воспринимает материал на уроке, если во время переменки болтал по сотовому телефону.

**Эксперимент 3.** Российский профессор Беляев, работающий в Стокгольмском университете, включал телефон рядом с пробирками, наполненными человеческой кровью. Через час кровь в нескольких из них «закипела»! «Нет, она не нагревалась, - объясняет исследователь. - Но клетки крови вели себя, как если бы у человека был очень сильный жар - 44 градуса».

***Таким образом, можно выделить 3 системы, наиболее подверженные вредному влиянию телефонов:***

**1. Центральная нервная система:** ухудшение памяти, внимания, воли, нарушение сна.

**2. Иммуитет:** ухудшение сопротивляемости организма к различным инфекциям.

**3. Эндокринная система:** увеличивается содержание адреналина в крови (воздействие адреналина — гормона стресса — сходно с действием многих наркотиков, безусловно, он полезен, но в «малых дозах»).

**На сегодняшний день нам, взрослым, очень трудно отказаться от сотового телефона.**

### **Возникает вопрос: как быть?**

Поэтому предлагаем Вам, уважаемые родители, компромисс, в качестве **соблюдения некоторых рекомендаций** при эксплуатации мобильного телефона:

1. Избегайте использования сотового телефона без необходимости.
2. Старайтесь разговаривать не более 3 мин., чаще заменяйте разговор на SMS-сообщения.
3. Максимально увеличьте период между разговорами (минимально рекомендованный - 15 мин.).
4. Исключите возможность использования детьми мобильного телефона.
5. Носить мобильник лучше в сумке.
6. Пользуйтесь наушниками (поскольку на расстоянии всего в несколько сантиметров от головы мощность волн, достигающих мозга, существенно уменьшается).

**Целое поколение детей сегодня невольно участвует в эксперименте, который определит, так ли безопасны мобильные телефоны, как нам хочется, и стоят ли приобретенные удобства потраченного на них здоровья, здоровья наших детей.**

С уважением педагог-психолог Т.В. Васильцова