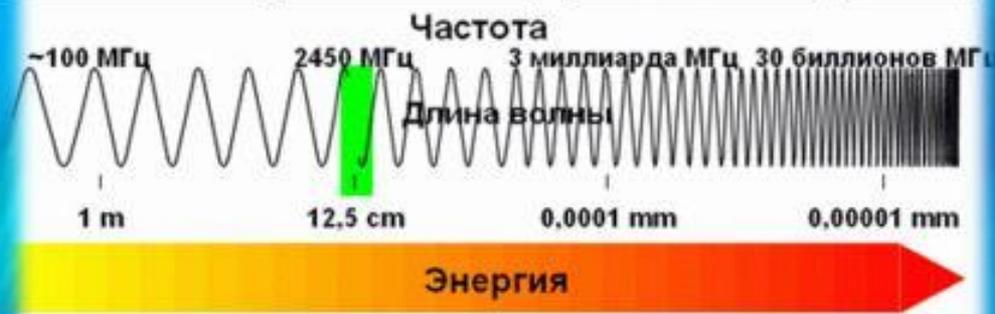


Вред и польза электромагнитных излучений



ЧТО ТАКОЕ ЭЛЕКТРОМАГНИТНЫЕ ИЗЛУЧЕНИЯ (ЭМИ)?

Электромагнитное излучение (электромагнитные волны) — это переменное электромагнитное поле, распространяющееся в пространстве.



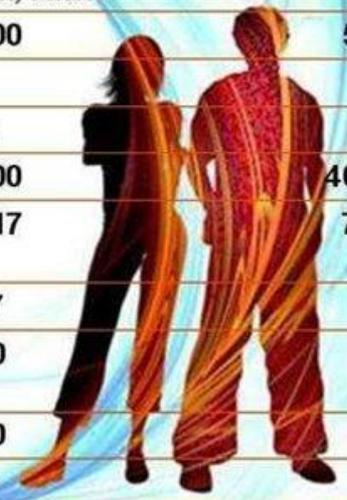
ЭЛЕКТРОМАГНИТНЫЕ ПОЛЯ ЯВЛЯЮТСЯ ОДНОЙ ИЗ ГЛАВНЫХ УГРОЗ ДЛЯ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА!

В процессе жизнедеятельности человек постоянно находится в **зоне действия электромагнитного поля (ЭМП) Земли**. Такое поле, называемое фоном, имеет определенный уровень на каждой частоте, который не наносит вреда здоровью человека, и считается нормальным. Природный электромагнитный спектр охватывает волны частотой от сотых и десятых долей Герца до тысяч ГигаГерц.

Линии электропередач, сильные радиопередающие устройства создают электромагнитное поле, в разы превышающее допустимый уровень. Для защиты человека были разработаны специальные санитарные нормы (**ГОСТ 12.1.006-84 регламентирует воздействие электромагнитных излучений на человека**), в том числе и те, которые запрещают строительство жилых и прочих объектов вблизи сильных источников электромагнитного излучения.

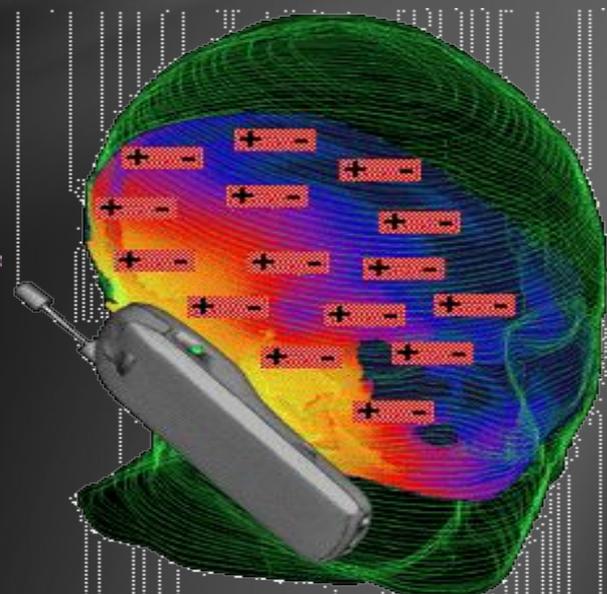
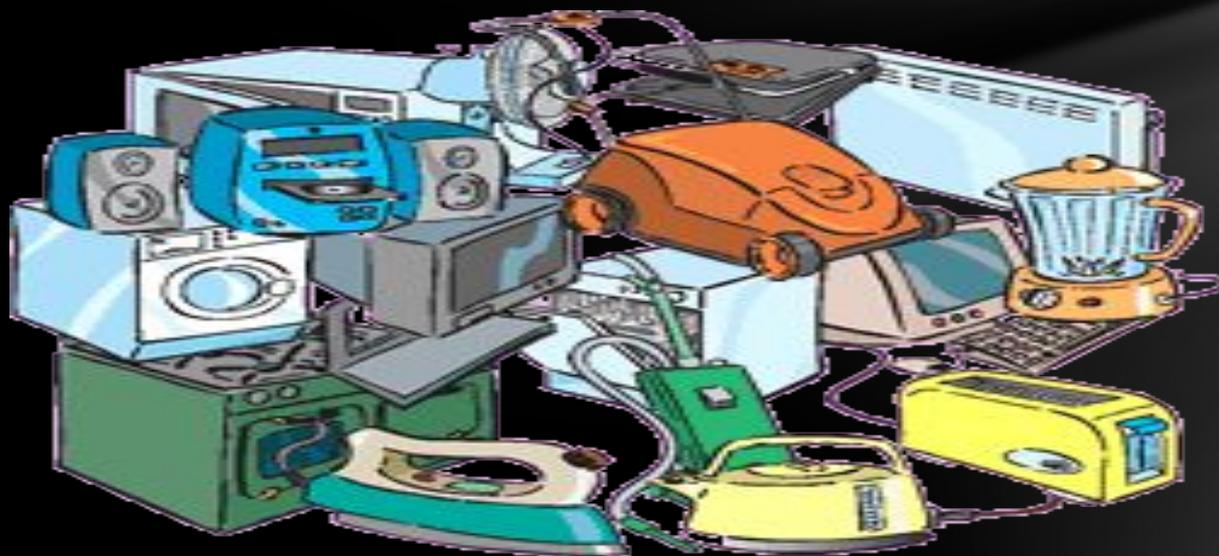
Превышение допустимых норм электромагнитного излучения (ЭМИ)

Источник ЭМИ	Показатели излучения, мкТл	Превышение, раз
Компьютер	1–100	5–500
Холодильник	1	5
Кофеварка	10	50
Печь СВЧ	8–100	40–500
Электробритва и фен	15–17	75–85
Провод от лампы	0,7	3,5
Трамвай, троллейбус	150	750
Метро	300	1500
Сотовый телефон	40	200

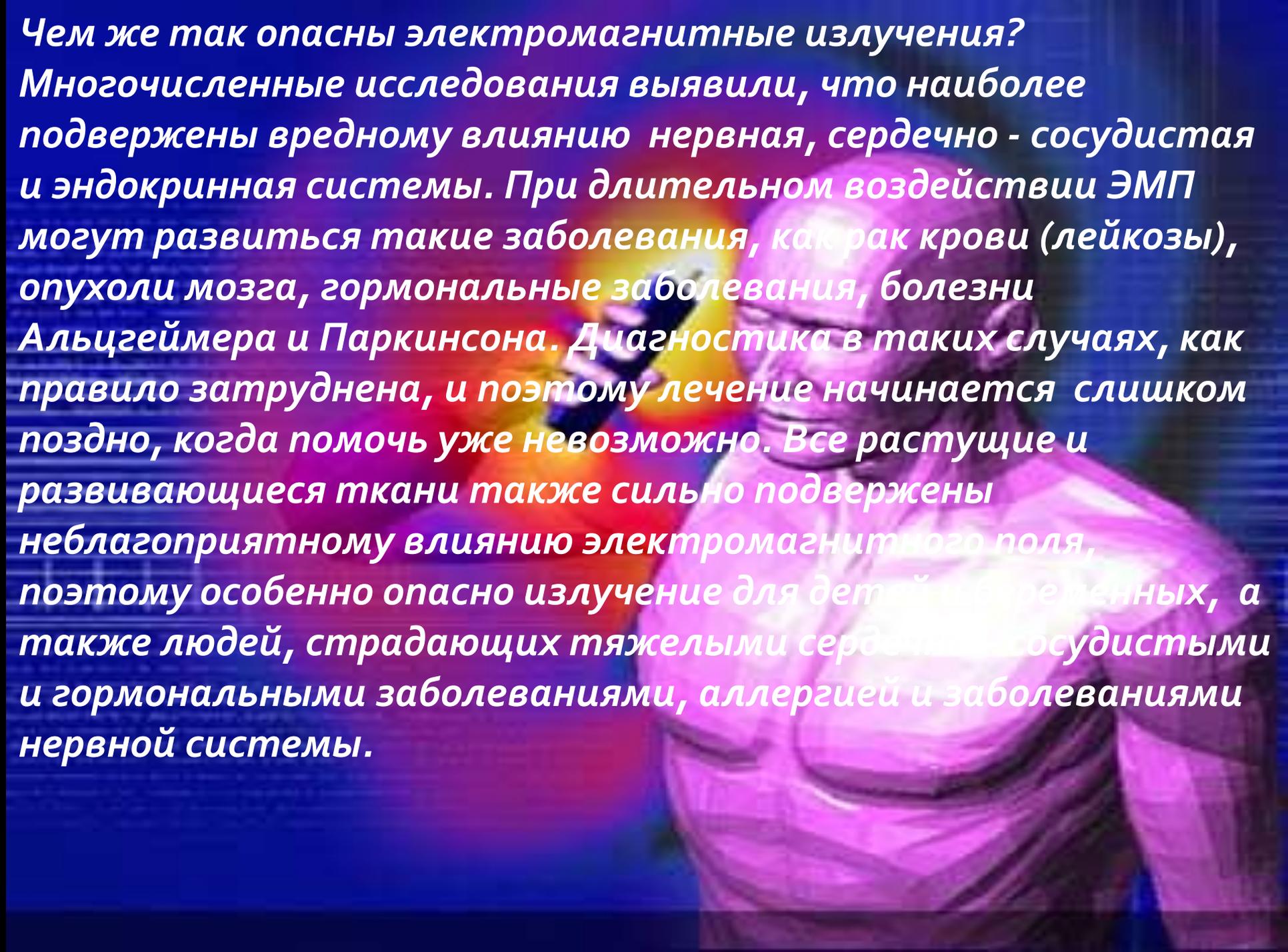


Предельно допустимая норма для человека — 0,2 мкТл.

Но зачастую более опасными являются источники слабого электромагнитного излучения, которое действует в течение длительного промежутка времени. К таким источникам относится в основном аудио-видео и бытовая техника. Наиболее существенное влияние на организм человека оказывают мобильные телефоны, СВЧ печи, компьютеры и телевизоры. Микроволновые печи действуют в основном непродолжительное время (в среднем от 1 до 7 минут), телевизоры наносят существенный вред только при расположении на близком расстоянии от зрителей.



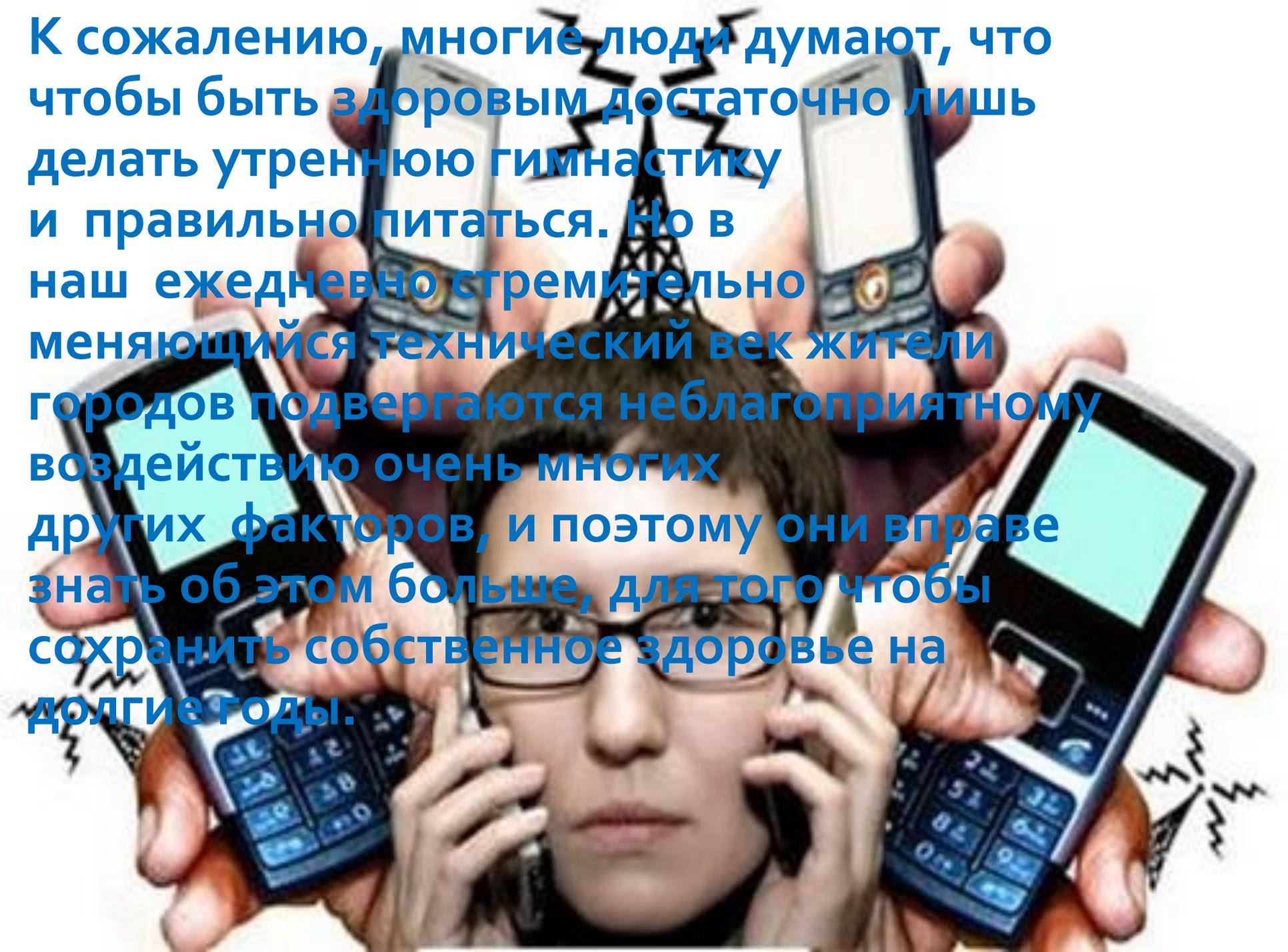
Чем же так опасны электромагнитные излучения?
Многочисленные исследования выявили, что наиболее подвержены вредному влиянию нервная, сердечно - сосудистая и эндокринная системы. При длительном воздействии ЭМП могут развиваться такие заболевания, как рак крови (лейкозы), опухоли мозга, гормональные заболевания, болезни Альцгеймера и Паркинсона. Диагностика в таких случаях, как правило затруднена, и поэтому лечение начинается слишком поздно, когда помочь уже невозможно. Все растущие и развивающиеся ткани также сильно подвержены неблагоприятному влиянию электромагнитного поля, поэтому особенно опасно излучение для детей и беременных, а также людей, страдающих тяжелыми сердечно - сосудистыми и гормональными заболеваниями, аллергией и заболеваниями нервной системы.

A man in a white lab coat is shown from the chest up, holding a mobile phone to his ear. The background is a vibrant rainbow spectrum. The text is overlaid on the image in a bold, white font.

Как свести к минимуму вредное воздействие электромагнитного излучения?

- Выбирая бытовые приборы, отдавайте предпочтение тем, которые имеют металлический корпус. Он хотя бы частично экранирует электромагнитное излучение.
- Работайте за компьютером не более двух часов в день или хотя бы делать небольшие перерывы.
- Дети до 16 лет должны пользоваться компьютером не более 30-40 минут. Дети дошкольного возраста вообще не должны сидеть за компьютером. Это же в полной мере относится к использованию ими сотовых телефонов.
- Сократите продолжительность разговоров по сотовому телефону только для самых срочных сообщений. Не будьте заложниками операторов сотовой связи, не попадайтесь на всевозможные акции.
- Отключайте на ночь все электроприборы. Сотовый телефон не держите в спальне.
- По возможности пользуйтесь bluetooth гарнитурой.
- При работе СВЧ-печью находитесь от нее на достаточном расстоянии или вообще уходите из кухни.

К сожалению, многие люди думают, что чтобы быть здоровым достаточно лишь делать утреннюю гимнастику и правильно питаться. Но в наш ежедневно стремительно меняющийся технический век жители городов подвергаются неблагоприятному воздействию очень многих других факторов, и поэтому они вправе знать об этом больше, для того чтобы сохранить собственное здоровье на долгие годы.



Польза электромагнитных волн

Использование электромагнитных волн миллиметрового диапазона в стоматологии.

при малых дозах облучения, а также при воздействии волн не на весь организм, а лишь на отдельные его участки, действие ультракоротких волн оказывается весьма благотворным и используется при лечении различных заболеваний.

Блестящие результаты даёт использование этого способа при лечении гнойных ран, различных воспалительных процессов, а также при лечении сильных отмораживаний, не поддающихся лечению другими способами.

При некоторых заболеваниях оказывается полезным создавать кратковременную «искусственную лихорадку», легко вызываемую мощными аппаратами.

Более медленные изменения электрических сил — с периодом около одной миллионной доли секунды — с успехом применяются для уменьшения повышенного кровяного давления.

Спасибо за внимание!