**Сотовая связь: вред или польза?**

Миллионы людей ежедневно пользуются сотовыми телефонами. Мобильная связь уверенно вошла в нашу жизнь и стала ее неотъемлемой частью. Многие люди даже задумываются, как раньше можно было жить без мобильных телефонов, столько важных вопросов, столько непредвиденных ситуаций можно было бы избежать. Быстрая связь облегчает общение людям, живущим в разных уголках мира. В наше время любые сообщения - письменные, звуковые, могут быть переданы с помощью электричества. Электрические сигналы мгновенно проходят по проводам и с помощью радиоволн мы получаем сообщения сразу после того как они посланы. Мобильных телефонов становится больше и больше, сигналы звучат кругом. Волны проходят и сквозь нас. Насколько это вредно? Всё чаще можно услышать разные мнения о влиянии мобильного телефона на здоровье людей.

В настоящее время четких доказательств, которые бы подтвердили одну или другую точку зрения, все еще нет. Единого мнения о том, вредны ли мобильные телефоны для здоровья, среди исследователей пока нет. Если телефон выпущен известным производителем и сертифицирован, значит, излучение от него укладывается в установленные гигиенические нормативы.

В настоящее время на территории Республики Беларусь действуют «Специфические санитарно-эпидемиологические требования к содержанию и эксплуатации объектов, являющихся источниками неионизирующего излучения», утвержденные постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 04.06.2019 № 360. Предельно-допустимый уровень по плотности потока энергии составляет 10 мкВт/см2.

В данных специфических санитарно-эпидемиологических требованиях описаны требования к размещению и вводу в эксплуатацию базовых станций, а также проведению производственного контроля уровней электромагнитного излучения, создаваемого базовыми станциями систем сотовой подвижной электросвязи. Размещение базовых станций систем сотовой подвижной электросвязи и широкополосного беспроводного доступа на зданиях дошкольных и общеобразовательных учреждений, организаций здравоохранения для детей, стационарных оздоровительных лагерей и интернатов всех типов, а также на территориях земельных участков данных объектов будет сопровождаться проведением оценки риска возможного неблагоприятного влияния электромагнитных полей на людей, находящихся в данных зданиях и на территориях их земельных участков.

Сотовая связь обеспечивается базовыми станциями и мобильными радиотелефонами пользователей-абонентов. Места размещения антенн базовых станций выбираются таким образом, чтобы близлежащие здания и сооружения не попадали в зону превышения допустимого гигиенического норматива. Базовая станция - это приемопередающее устройство, которое используется для организации связи телефона с коммутатором.

Территориальными органами государственого санитарного надзора Республики Беларусь регулярно проводится контроль за уровнями излучений, создаваемых антеннами базовых станций сотовой связи и широкополосного беспроводного доступа, как на стадии проектирования, приемки в эксплуатацию, так и в порядке производственного контроля и текущего надзора.

Многочисленные исследования, проведенные в мире, своими неоднозначными результатами ставят больше вопросов, чем дают ответов. Всемирная организация здравоохранения констатирует, что последствия воздействия электромагнитных полей сотовой связи, как на отдельных людей, так и на общество в целом еще не ясны. Функциональные нарушения, которые могут быть вызваны биологическим действием электромагнитных излучений, способны накапливаться в организме, но являются обратимыми, если исключить воздействие излучений или свести их к минимуму. Поэтому необходимо придерживаться предупредительного принципа в использовании мобильных телефонов с целью сведения к минимуму риска для здоровья.

 Необходимо помнить, что в условиях экранирования (автомобиль, железобетонные здания и т.п.) плотность потока энергии электромагнитного излучения многократно усиливается. Так же, как и с увеличением расстояния до базовых станций.

При использовании сотового телефона рекомендуется принимать меры по ограничению воздействия электромагнитных излучений:

- ограничивайте продолжительность и частоту разговоров (рекомендуемая продолжительность однократного разговора – не более 3-4 мин.), максимально увеличивайте период между двумя разговорами (минимально рекомендованный - 15 мин.);

- не пользуйтесь телефоном без необходимости (дома и в офисе прибегайте к обычному проводному), воздерживайтесь от длительных переговоров в условиях неустойчивого приема, т.к. мощность аппарата в таком случае автоматически повышается до максимальной величины;

- при вызове абонента, до получения устойчивой связи держите телефон на расстоянии от себя, не прикрывайте ладонью или пальцами руки антенну мобильного телефона, встроенную в корпус.

-  неследует давать сотовый телефон в пользование детям;

-  телефоны лучше носить в сумках, держать на столе, т.е. подальше от тела; не носите его в карманах, расположенных в области сердца и других жизненно важных органов;

-  нерекомендуется использовать мобильный телефон беременным женщинам, особенно важно не держать его вблизи плода.

Источник: https://rcheph.by