

## Всем ли хорош твой сотовый телефон? Информация и полезные рекомендации для детей и родителей



Почти половина населения России уже обзавелась сотовыми телефонами. Телефоны есть не только у большинства взрослых — у большинства детей тоже. Часто телефон становится предметом гордости или зависти. Красивый и дорогой телефон со множеством различных функций — мечта любого школьника.

А уж если в твоём телефоне встроены увлекательные игры, то понятно, что ты не расстанешься с ним никогда. Однако поступать так очень нежелательно. Дело в том, что любой телефонный сотовый аппарат излучает электромагнитные волны, которые оказывают вредное воздействие на организм человека.

Учёные высказываются по этому поводу весьма категорично. Многие из них считают, что человечество ввергло себя в опасный эксперимент, который в отдалённом будущем может закончиться серьёзной катастрофой. И беда, конечно, видится в воздействии на организм человека электромагнитного поля, на котором основано действие каждого сотового телефона.

Неблагоприятное воздействие электромагнитных полей на человеческий организм известно давно. Оно вызывает у человека усталость, ухудшение памяти, повышение артериального давления, бессонницу, нарушение сердечной деятельности, преждевременное старение организма и множество других малоприятных последствий. На неокрепший детский организм электромагнитное поле оказывает особенно неблагоприятное воздействие. В Бангладеш, например, уже принят закон, по которому наказываются те родители, дети которых пользуются сотовыми телефонами.

В нашей стране пока не существует подобных законов и запретов. И большинство людей, ежедневно разговаривая по мобильному телефону, не задумываются всерьёз ни о какой опасности. Но придерживаться определённых правил пользования сотовым телефоном всё же следует. Мы совершенно напрасно носим телефон на поясе, на груди, оставляем его возле себя, когда ложимся спать. **Ни в коем случае этого делать нельзя!** Ведь, когда нам звонят, то именно в этот момент наш организм получает вредное облучение. Это потом мобильный телефон подстроится под станцию и уменьшит мощность своего неблагоприятного излучения, а в момент соединения электромагнитный сигнал является максимальным.

Научно-технический прогресс остановить нельзя, и без сотовой связи теперь не обойтись. Что же делать? А просто нужно научиться пользоваться сотовыми телефонами рационально, разумно.

**Запомни!**

- Пользоваться желательно всё же дорогими телефонами, поскольку у них лучше устроена защита.
- Необходимо ограничить разговоры во времени по сотовому телефону — говорить только самое необходимое.
- Самое оптимальное — приобрести наушники и держать телефон подальше от себя (носить его в портфеле, например), так как на расстоянии 30—40 см электромагнитное излучение уже значительно меньше.