

Вред и польза сотового телефона



Сотовый телефон

- Это средство связи, которое в наше время есть практически у всех: у детей, подростков, взрослых, пожилых людей. Но мало кто знает, что новые функции далеко не всегда приносят пользу, а возможно даже наносят вред организму человека. Мобильный телефон – это средство связи с внешним миром. Но даже за несколько секунд можно получить болезни, от которых будешь лечиться всю жизнь. Поэтому каждому человеку необходимо знать положительное и отрицательное воздействие сотового телефона на здоровье и жизнь человека, знать, как правильно пользоваться телефоном и в каких временных рамках.



Первый мобильный телефон создал Мартин Купер 33 года назад



Польза телефона

- СВЯЗЬ
- Будильник
- Калькулятор
- Интернет
- Календарь
- Карты
- Электронные книги



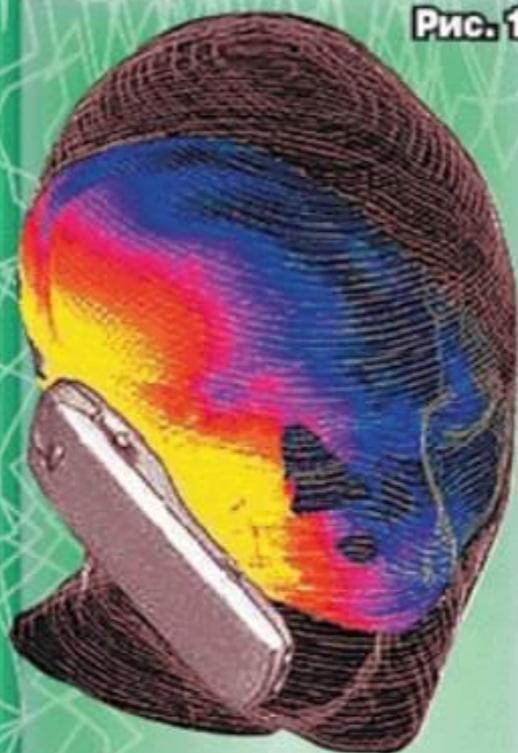
Вред телефона

- Понижает иммунитет
- Страдает зрение
- Может спровоцировать попадания в человека молнии
- Происходит нарушение генного порядка
- Нарушает фазы сна
- Плохо влияет на биологические ритмы человека
- Может привести к развитию раковых опухолей
- Содержит много бактерий



Поглощение энергии головным мозгом

Рис.1



Мозг ребёнка поглощает значительно больше излучения, чем мозг взрослого человека.



у детей
5 лет



у детей
10 лет



у взрослых

Правила безопасного пользования телефоном

1. Не вешайте телефоны на шею, не держите во внутреннем кармане или в кармане брюк, положите его в сумку.
2. Детям и подросткам нужно ограничивать время использования телефонами, поскольку их мозг и нервная система всё ещё находятся в процессе формирования.
3. Смотрите на дисплей телефона не более 15 минут.
4. Слушайте музыку через наушники не более 10 – 15 минут.
5. Сократите до минимума разговоры в местах с плохой связью. Помните, что максимальная мощность излучается сотовым телефоном во время установления связи.
6. При покупке телефона будьте внимательны и обращайтесь внимание на значение SAR, которое должно быть указано в инструкции, оно должно быть в пределах от 1,28 до 1,5 Вт/кг.



Правила пользования телефоном в классе

- Включи беззвучный режим вызова;
- Не используй телефон в режиме калькулятора на уроках математики;
- Звони только на уроках или на перемене;
- Не прослушивай музыку или радио в школе без наушников;
- Следи за сохранностью телефона;



Разработка памятки «Как уменьшить вред мобильного телефона на организм?»

- Говорите по телефону по необходимости (2-3 минуты разово).
- Говорите по громкой связи либо используйте беспроводную гарнитуру
- Не кладите телефон туда, где планируете спать. Ведь электромагнитное излучение телефона активно и воздействует негативно на нервную систему человека и в режиме ожидания.
- Носите телефон в сумке, рюкзаке, а не в кармане или шее
- Пусть мобильный телефон лежит на расстоянии минимум 50 см от вас
- Не используйте телефон в тех местах, где плохой прием связи. Это обычно лифт, транспорт, подземные парковки, сельская местность, метро. Так как в эти моменты излучение вашего мобильного усиливается в несколько раз.
- Стараться реже пользоваться мобильным телефоном в помещении, так как излучение мобильного телефона в помещении в несколько раз выше, чем на открытом воздухе.
- Сильнее всего излучение телефона в момент поиска оператора сети, так что не прикладываете его в это время к уху.