

Вред от микроволновки.

Миф или реальная опасность?

Микроволны - один из привычных всем видов электромагнитной энергии, так же как и световые или радиоволны. В современной бытовой технике они задействованы не только в микроволновках, но и в телефонной связи, интернете и TV, Вся мобильная связь работает на тех же частотах. Эти достижения современности настолько неотъемлемы от нашей жизни, что отказаться от них кажется просто невозможно. Но насколько это безопасно для нашего здоровья?

Микроволновая печь. Как все происходит?

Принцип действия любой модели основан на преобразовании бытовой электроэнергии в сверхвысокочастотное (СВЧ) излучение. Взаимодействуя с молекулами воды в продуктах, оно вызывает их вращение со скоростью несколько миллионов в секунду, Возникает сильное трение, которое и нагревает пищу.

Электромагнитное излучение невозможно видеть, слышать или как-либо чувствовать. Но оно существует и реально влияет на человеческий организм. Правда изменения заметны далеко не сразу, - имеет место длительный накопительный эффект. Поэтому сложно соотнести заболевание человека с излучением электроприборов, с которыми он вступает в контакт.

- Установлено, что размораживание и приготовление с помощью микроволновки фруктовых и овощных блюд приводит к образованию всем известных канцерогенов. Падает биологическая активность многих минералов, витаминов группы В, С и Е. Пищевая ценность продуктов понижается на 60-90%.
- Приготовление в СВЧ печах вызывает деформацию молекул белка молока и мяса. Нарушается порядок расположения атомов в аминокислотах. Такие видоизмененные молекулы, участвуя в биосинтезе белков, негативно влияют на иммунную систему.

Влияние микроволн на человека.

Интенсивное микроволновое излучение негативно воздействует практически на все жизненно важные системы и органы человека. Ученые экспериментально установили появление негативных последствий для здоровья через 10-15 лет:

- Оно вызывает ослабление оболочки клеток. Клеточная мембрана теряет способность к естественному самовосстановлению, и уже не может защитить клетку от проникновения инфекции.
- Воздействие СВЧ способно вызывать помутнение и даже разрушение хрусталика глаза. Такие изменения зрения практически необратимы.
- Некоторые аминокислоты преобразуются в нейротоксичные изомеры. Это ведет к нарушению работы нервной системы, вызывая головные боли, головокружения и бессонницу.
- Зафиксировано снижение уровня гемоглобина, нарушение сердечного ритма и давления крови.

Пользоваться или нет? Советы по безопасной эксплуатации.

Электромагнитное поле негативно для здоровья человека только когда действует интенсивно и продолжительно. Вред излучения прямо пропорционален времени и силе его воздействия. А вы наверняка не пользуетесь прибором круглые сутки.

- В современных СВЧ печах установлена эффективная защита на гарантийный период. Потом могут возникнуть проблемы с уплотнением дверцы, и защита ослабевает.
- Чтобы микроволновая печь служила безопасно, внимательно следите за герметичностью прибора.
- Не следует выбирать самые мощные модели.
- Безопасно находиться на расстоянии не менее полутора метров от работающей микроволновки.
- Соблюдайте инструкции и нормативы по эксплуатации.