Πάρτε αποστάσεις από το κινητό (Μαρίνα Ριζογιάννη)

Categories : ΑΝΕΠΙΚΑΙΡΑ

Date : 1 Μαΐου, 2014

Συνιστάται η απενεργοποίηση του κινητού όταν δεν το έχουμε ανάγκη, η χρήση ακουστικών, καθώς και να μην το κρατάμε σφιχτά στο χέρι μας, αφού γίνεται η συνέχεια της ενσωματωμένης κεραίας του.

Τα 30-40 εκατοστά αποτελούν την απόσταση ασφαλείας του κινητού από το κεφάλι, ενώ πρέπει να αποφεύγεται το σφιχτό κράτημα στην παλάμη, η φύλαξή του στην τσέπη του σακακιού ή του παντελονιού και φυσικά η χρήση στο προσκεφάλι ως ξυπνητήρι και ραδιόφωνο. Προσοχή στους φούρνους μικροκυμάτων, που η χρήση τους πρέπει να γίνεται με όλους τους όρους ασφαλείας και να περιορίζεται στο ζέσταμα του φαγητού.

Η ΑΝΤΙΚΑΡΚΙΝΙΚΗ

Απλές συμβουλές πρόληψης της γέννησης όγκων που έχουν καταγραφεί από τότε που η τεχνολογία των ηλεκτρομαγνητικών κυμάτων έχει μπει στη ζωή μας. «*Αυτό είναι το κόστος του πολιτισμούς μας*» επεσήμαναν οι επιστήμονες που πλαισίωσαν την εκδήλωση που διοργάνωσε το Τμήμα Δυτικής Αχαΐας του παραρτήματος Πατρών της Ελληνικής Αντικαρκινικής Εταιρείας, στο πλαίσιο Αγωγής Υγείας και ενημέρωσης των κατοίκων της περιοχής, θέμα της εκδήλωσης, που φιλοξενήθηκε στο πολιτιστικό κέντρο «Μελίνα Μερκούρη» του Δήμου Δυτικής Αχαΐας, ήταν: «Ηλεκτρομαγνητικές Ακτινοβολίες, Ενδοκράνιοι Όγκοι, Κατάθλιψη. Υπάρχει σχέση μεταξύ τους;».

ΟΡΙΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Η απάντηση, μετά από τα
όσα ανέλυσαν οι ομιλητές, είναι θετική. «Η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει θέσει ως όριο ασφαλείας για τις ραδιοσυχνότητες για τον ανθρώπινο εγκέφαλο Ειδικό Ρυθμό Απορρόφησης (SAR) των 2 W (2000 mW) ανά χιλιόγραμμο ιστού. Τα 6 λεπτά ομιλίας στο κινητό φτάνουν το 1,5 W» ανέφερε ο επίκουρος
καθηγητής Ιατρικής Φυσικής, Κωνσταντίνος Κουτσογιάννης. Αυτό δείχνει ότι επιβάλλεται ο περιορισμός της χρήσης του
και η τήρηση των κανόνων με σκοπό την πρόληψη. Συγκεκριμένα συνιστά: Την απενεργοποίησή του όταν δεν το έχουμε ανάγκη. Τη χρήση ακουστικών, να μην το κρατάμε σφιχτά στη χούφτα μας, καθώς το χέρι μας γίνεται η συνέχεια της ενσωματωμένης κεραίας του κ.ά.

ΟΙ ΦΟΥΡΝΟΙ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ

Σε ό,τι αφορά τους
φούρνους μικροκυμάτων, συνέστησε ιδιαίτερη προσοχή ακόμα και αποφυγή χρήσης τους. Σε καμία περίπτωση δεν θα πρέπει να ανοίγει κανείς τον φούρνο όταν είναι σε λειτουργία, ούτε να χρησιμοποιείται όταν έχει υποστεί βλάβες (λάστιχο πόρτας-τζάμι κ.ά.).

Από την πλευρά του ο
αναπληρωτής καθηγητής Νευροχειρουργικής
Γεώργιος Γκατζούνης, μιλώντας για τους ενδοκράνιους
όγκους, ανέφερε ότι δεν πρόκειται πάντα για κακοήθεις όγκους. Είναι κυρίως όγκοι που έχουν αναπτυχθεί σε δύσκολες θέσεις του εγκεφάλου. Όπως τόνισε ο ίδιος, πρόκειται για μορφώματα που δεν προκαλούν πόνο αλλά εκδηλώνονται συνήθως
με: Απότομους εμετούς, ζαλάδες, λιποθυμίες και διπλωπία (βλέπει κανείς δύο είδωλα).

ΨΥΧΙΚΕΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ

Μιλώντας για τις ψυχικές
συνέπειες που έχει η αντιμετώπιση των παραπάνω καταστάσεων, η νευρολόγος

Ακριβή Γραβάνη είπε ότι το
25% των ογκολογικών ασθενών εμφανίζει κατάθλιψη. Κατάσταση η οποία επηρεάζει και την εξέλιξη της νόσου, καθώς «επηρεάζει τη θεραπευτική πορεία και οι πάσχοντες
δεν συμμορφώνονται σωστά με τη θεραπεία. Αυτό προϋποθέτει πλήρη αντιμετώπιση της κατάθλιψης» εξήγησε η κ. Γραβάνη, επισημαίνοντας ότι το συγγενικό
περιβάλλον θα πρέπει να αναζητήσει έγκαιρα βοήθεια, όταν διαπιστώσει ότι ο πάσχων
εμφανίζει συμπτώματα όπως απελπισία, απόσυρση, αυτοκτονικό ιδεασμό κ.ά. Η
έναρξη της εκδήλωσης έγινε από τον πρόεδρο του ΔΣ του Τμήματος Δυτικής Αχαΐας, Γεώργιο Δρογγίτη, εκ μέρους του παραρτήματος Πατρών της Ελληνικής Αντικαρκινικής
Εταιρείας χαιρέτισε η γραμματέας, Νικολίτσα Παπαδοπούλου, ενώ συντονιστής της εκδήλωσης
ήταν ο καθηγητής Ακτινολογίας Δημήτριος Καρδαμάκης.

(Πηγή: Εφημερίδα «Πελοπόννησος» 20/3/2014)

ΣΧΕΤΙΚΑ:

Κινητά Τηλέφωνα