

BEZPIECZNE KORZYSTANIE ZE SMARTFONÓW

Witam wszystkich bardzo serdecznie ☺

Chciałabym dzisiaj poruszyć temat bezpiecznego korzystania ze smartfonów / telefonów komórkowych odnosząc się tym razem do bezpieczeństwa związanego z naszym zdrowiem.



Nie będę nikogo oczywiście straszyć ☺. Uważam, że wraz z pojawieniem się tego wynalazku nasza jakość życia nabrała więcej kolorów, a przede wszystkim znacząco ułatwiła nam życie. I to są niezaprzeczalne fakty ☺. Jednak musimy uzmysłwić sobie, że te cuda, aby tak fenomenalnie pracowały muszą wydzielać promieniowanie elektromagnetyczne, któremu jak do dzisiaj nie udowodniono w 100% negatywnego wpływu na nasze zdrowie - jednak również tego nie wykluczono (a mowa tutaj między innymi o chorobach nowotworowych, których liczba zachorowań wciąż niestety wzrasta ☹).

Uważam więc, że dopóty dopóki nie będziemy mieli 100% pewności, a jako przykład podam promieniowanie rentgenowskie, które na początku nie było uważane za szkodliwe. Warto dmuchać na zimne ☺.



Korzystając ze smartfonów / telefonów komórkowych pamiętajcie, że najbardziej na działanie promieniowania narażony jest Wasz mózg.



Powinniście przestrzegać pewnych podstawowych i bardzo prostych zasad:

1) Rozmawiać jak najkrócej najlepiej.

Używając głośnika lub słuchawek, ewentualnie zmieniać ucho tak, żeby jak najkrócej narażać tylko jedną stronę głowy.

2) Unikać noszenia smartfonu / telefonu cały czas przy sobie.

Jeżeli jest to konieczne postarać się nosić go klawiaturą do ciała. Urządzenie emitujące sygnał jest z tyłu aparatu.

3) Nie rozmawiać w tłumie.

Tam kumuluje się promieniowanie z wielu aparatów.

4) Nie używać na raz kilku komórek lub telefonu np. z 2 kartami.

One również emitują większą ilość promieniowania.

5) Śpiąc trzymać smartfon / telefon jak najdalej od głowy.

Czy wiesz, że używając smartfonu / telefonu:

- podczas kierowania pojazdem nawet o 1/3 spada Twoja koncentracja!,
- około 2 godzin przed snem możesz mieć problem z zaśnięciem, ponieważ światło emitowane z wyświetlacza zmniejsza produkcję melatoniny regulującej nasz zegar biologiczny,
- nosząc smartfon / telefon w kieszeniach spodni obniżasz żywotność swoich plemników,
- gdy, jest słaby zasięg lub przemieszczasz się z dużą prędkością Twoje urządzenie „przeskakuje” z jednej stacji bazowej do drugiej namierzając sygnał i promieniowanie elektromagnetyczne jest wówczas największe.



Jak podkreśliłam na początku, przyszłość pokaże, jaki wpływ stosowane o dużej częstotliwości fale elektromagnetyczne (bo niestety tylko z takich się korzysta) mają na nasz organizm.

Póki co warto zachować zdrowy rozsądek podczas korzystanie ze smartfonu / telefonu. A gdy już reżim sanitarny z powodu COVID 19 przestanie obowiązywać polecam długie rozmowy w realu ☺.

Nie zapominajcie również o systematycznej dezynfekcji Waszych skarbów ☺.

Pozdrawiam:

Alina Tyda ☺