

## 5. Как ЕМП влияе върху ендокринната система?

Още при първите проведени изследвания се отбелязва, че ЕМП води до промени в системата хипофиза – надбъбречни жлези.

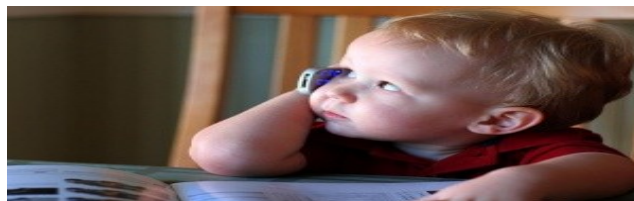
Под влияние на ЕМП се получава стимулиране на хипофизарноадреналиновата система, което е съпроводено с увеличаване съдържанието на адреналин в кръвта, както и активира процесите на



кръвосъсирване.

## 6. Как ЕМП влияе върху репродуктивните способности?

Силно влияние ЕМП оказва в първите седмици на бременността, при имплантирането на оплодената яйцеклетка и ранната органогенеза. Смята се, че ЕМП може да има неблагоприятно въздействие върху ембрионалните структури и сериозно да ги увреди. При епидемиологично изследване се установява, че електромагнитното облъчване може да доведе до



## 7. Как да се предпазим?

- Екранът на компютъра да е на поне една ръка разстояние от тялото ни.
- Не се препоръчва да работим с лаптоп на коленете.
- Телевизорите да се гледат поне на 2 м отстояние.
- Ако искате да спите добре, разположете кревата си на 1 м от какъвто и да е източник на ток и на 10 см от стената. Мобилни и безжични телефони нямат място в спалнята. Изключвайте уредите, които не използвате нощем. Използвайте будилник с батерии, а не на ток.
- Магнитното поле от микровълновата фурна, може да се улови и на 3 м от нея. Когато е включена, стойте далеч, а извадите ли готовата храна от нея, не я консумирайте поне 2-3 минути, докато се елиминират свободните радикали.
- Изключвайте всички електроуреди от мрежата след използването им.
- Да се ограничат мобилните комуникации в детска възраст, а бейбифоните е да са поне на 1,5 м от главата на детето.

**Издава:**

Регионална здравна инспекция —  
Кюстендил

Влияние на  
електромагнитните

полета върху

нашето здраве

## 1. Електромагнитни полета (ЕМП)

Електромагнитните полета ни обграждат отвсякъде всеки ден и всички ние сме изложени на излъчването им от различни източници. Естествени източници на електромагнитни лъчения - земното магнитно поле, слънцето, излъчващо поле във видимата част - светлинни вълни, инфравълни и ул - травълни.

Източници на електромагнитни полета, създадени от човека - микровълнови печки, сешоари, електрически проводници в домовете, уреди за дистанционно управление, компютри, индустриални електроуреди,



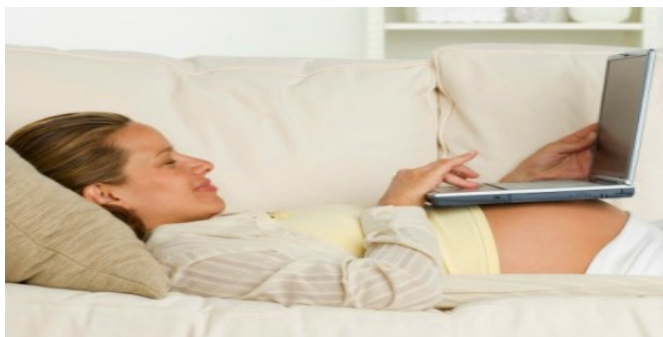
електромотори, системи за сигурност, трамваи, въздушни електропроводи, радио антени, Wi-Fi и Bluetooth-технологии, мобилни телефони и базисни станции и антени, приемачи и излъчващи сигнали от различни мобилни устройства, самите кабели,

## 2. Последствия на ЕМП за здравето на човека

ЕМП влияе върху нервната, имунната, ендокринната и половата система на човешкия организъм. Реакцията на тези системи задължително трябва да се има предвид при оценка на риска при поставяне на съоръжения, излъчващи ЕМП.



ЕМП са много по-опасни за децата и бременните (конкретно за ембрионите), хора със заболявания на централната нервна система, с хормонални, сърдечно-съдови проблеми, алергия или слаб имунитет.



## 3. Как ЕМП влияе върху нервната система

Резултатите от изследвания дават основание да се смята, че нервната система е една от най-чувствителните на ЕМП.

Променя се висшата нервна дейност - паметта. Изложените на ЕМП хора имат склонност към стрес. Определени структури на мозъка са силно чувствителни на ЕМП. Особено висока чувствителна на ЕМП е нервната система на ембриона.



## 4. Как ЕМП влияе върху имунната система

Вече има достатъчно данни, че ЕМП има отрицателно въздействие върху работата на имунната система. Електромагнитните полета с висока интензивност подтискат Т-системата на клетъчния имунитет. ЕМП може да доведат до неспецифично подтискане на имуногенезата, да стимулират образуването на антитела и автоимунната реакция (включително и при бременност).