**Радиационная гигиена. Влияние сотовой связи на здоровье человека**

В последнее время развернулась дискуссия вокруг того, насколько сотовые телефоны и базовые станции могут влиять на здоровье человека. Влияние сотового телефона зависит от ряда факторов. Как правило, если разговоры занимают непродолжительное время или есть какая-то система, допустим, разговор и последующая пауза, то это не приводит к каким-то существенным, осязаемым изменениям, которые фиксирует тот или иной пользователь.

Существуют требования к размещению и эксплуатации систем сотовой связи на территории Республики Беларусь. Они определяются утвержденными Постановлением Минздрава Республики Беларусь от 1.02.2010 г. №14, Санитарными нормами, правилами и гигиеническими нормативами «Гигиенические требования к установке и эксплуатации систем сотовой связи». Для контроля уровней электромагнитного поля, создаваемого базовыми станциями, используются расчетные и инструментальные методы. Расчетными методами определяются размеры санитарно-защитных зон и зон ограничения застройки на этапе проектирования. Инструментальные методы применяются для определения уровней электромагнитных излучений, создаваемых существующими базовыми станциями.

В нашей стране в настоящее время действует предельно допустимый уровень излучения в 10 мкВт/см2. Это довольно небольшое значение по сравнению с цифрами, которые рекомендуются рядом стран (США, Япония), но выше чем во Франции, России, Украине.

Следует отметить, что если базовых станций будет больше, то уровень излучения телефонов уменьшится в связи с тем, что соединения будут в пределах доступности каждого мобильного телефона с базовой станцией. Если же эти расстояния будут значительны или велики, или базовые станции будут располагаться редко, то в этом случае телефон будет выдавать больший уровень мощности и будет фиксироваться больший уровень электромагнитного излучения.

Уровни излучений от носимых сотовых телефонов, особенно в период соединения с базовой станцией, то есть в первые пять секунд соединения, могут быть довольно большими. При установлении связи телефоны и базовые станции выходят на оптимальный режим работы, и уровень излучения понижается, соответственно, понижается риск неблагоприятного воздействия на человека.

Сейчас у нас появился 3G, который использует частоту чуть выше 2 ГГц. Идет внедрение новых систем, новых структур, которое тоже оправдано и позволит оптимизировать связь и уменьшить неблагоприятные воздействия непосредственно на пользователей. Об опасности как таковой говорить не приходится: это новые системы, новые структуры, а различия в частотном аспекте между тем, что есть, и тем, что будет эксплуатироваться на больших уровнях мощности, не столь существенны.

Все производители сотовых телефонов в разделах по безопасности использования не рекомендуют носить телефон в карманах брюк, рубашек или в зонах, близко прилегающих к телу человека. Лучше носить телефон в сумке, рюкзаке и использовать гарнитуру.

**Основные рекомендации по рациональному использованию сотовой связи**:

При использовании сотового телефона следует принимать меры по ограничению воздействия радиочастотных сигналов, а именно:

ограничивать продолжительность разговоров (лучше, если продолжительность одного разговора не будет превышать 3-х мин.);

максимально увеличивать период между двумя разговорами (минимальный - 15 мин.).