



Опубликовано на Швейцария: новости на русском языке (<https://nashagazeta.ch>)

---

## Швейцарские ученые посоветовали дамам меньше стоять у плиты | Des chercheurs suisses déconseillent aux femmes de cuisiner souvent

Auteur: Людмила Клот, [Берн](#) , 16.05.2011.



Часто готовить - небезопасно для беременных женщин  
Мобильные телефоны практически безопасны, но кухонные плиты испускают слишком высокое электромагнитное излучение: к такому выводу пришли исследователи из Швейцарского Национального Научного Фонда.

|  
Le vaste programme national de recherche consacré aux effets du rayonnement électromagnétique sur la santé n'a mis en évidence aucun lien de cause à effet. Mais les chercheurs formulent tout de même de nouvelles recommandations, pour les femmes enceintes en particulier.

Des chercheurs suisses déconseillent aux femmes de cuisiner souvent

Широкомасштабная программа исследований в Швейцарии под названием «Неионизированное излучение. Окружающая среда и здоровье», посвященная влиянию электромагнитных лучей на здоровье человека, подвела свои итоги. На прошлой неделе Швейцарский Национальный Научный Фонд представил в Берне

результаты последних исследований, а также новые рекомендации по этому вопросу. Они в особенности касаются беременных женщин.

В 2007 году в рамках программы стартовало 11 научных проектов. Результат: сегодня ни один из них не смог установить связь между ежедневным влиянием на человеческий организм электромагнитного излучения и проблемами со здоровьем, - заявил на пресс-конференции профессор Александр Борбели, президент комитета директоров программы.

При этом ученые не раскрыли новых фактов, которые бы потребовали принять меры предосторожности. Единственным исключением стала рекомендация для беременных женщин по защите их будущих детей. Им советуют избегать излучений индукционных кухонных плит. Индукционная плита - это кухонная электрическая плита, разогревающая металлическую посуду индуцированными вихревыми токами, создаваемыми высокочастотным магнитным полем (эффект индукции применяется в металлургии при выплавке металлов). Для такой плиты необходима специальная посуда, которая эффективно поглощает энергию вихревых полей - в идеале, эта посуда делается из стали. Нильс Кюстер и его коллеги из IT'IS Foundation смоделировали дозу излучения, которой плод подвергается в животе матери на третьем, седьмом и девятом месяце беременности. Они показали, что если мать работает в ресторане, оборудованном индукционной плитой, то на нее действует максимально допустимый уровень излучения. При этом будущий ребенок оказывается под электромагнитными лучами, гораздо большими, чем разрешено для людей в целом. По мнению Кюстера, необходимо адаптировать место работы профессиональных поваров к новым данным, которые были переданы в Федеральную службу здравоохранения, швейцарскую ассоциацию страхования от несчастных случаев Suva, а также в Государственный секретариат по экономике. Ознакомятся с ними и производители бытовой электронной техники. К счастью, индукционные плиты не используются широко и не потребляют много энергии: поэтому необходимо будет лишь их «оптимизировать».

Другие научно-исследовательские проекты подтвердили влияние электромагнитных лучей на клетки и органы человеческого тела. Группа базельского ученого Примо Шера доказала, что низкочастотное излучение, включаемое и выключаемое с регулярными интервалами, косвенно становится причиной минимальных разрывов в ДНК. Влияние было признано «незначительным», так как подобные разрывы происходят и при нормальной клеточной полиферации (размножении клеток), которые «довольно быстро приходят в норму».

Зато мобильные телефоны были признаны практически безопасными. Научная группа Петера Ахерманна из Института фармакологии и токсикологии при университете Цюриха доказала, что так называемые «мозговые волны» - электромагнитные волны малой интенсивности, с частотой от 1 до 40 герц, излучаемые мозгом человека - изменяются во время сна. Происходит это в случае, если человек, перед тем, как заснуть, провел около 30 минут за разговором по мобильному телефону. (Известно, что мозг приспосабливается к функционированию, для которого требуются мозговые волны Бета (b)-частоты - во время бодрствования, и Альфа (a)-волны во время сна или медитации, а Тета (q)-волны во время гнева, и Дельта (d )-волны в коме.) Но измененная мобильником мозговая активность не влияет на качество и длительность различных фаз сна, ни на самочувствие спящего. «Чашка кофе, бокал вина или снотворное также изменяет мозговые волны, не сказываясь при этом на качестве

сна», - подчеркнул Петер Ахерманн.

Группа Мартина Рёсли из Института тропиков в Базеле вела работы с целью определить, какой ежедневной порции электромагнитного излучения подвергаются жители Базельского региона. 166 участников эксперимента в течение недели носили датчики, измеряющие электромагнитные волны. Они показали, что излучение воздействовало на людей с силой в среднем 0,21 вольтметра – оно, как констатировали ученые, «удивительно слабое», и никакого влияния на здоровье не оказывает.

По мнению профессора Борбели, все эти работы позволили развить новые исследовательские методы, и было бы желательно их продолжить, чтобы следовать за современным ритмом технологического развития. Сегодня жители мира пользуются 5 миллиардами мобильных телефонов, в одной Швейцарии их больше 9 миллионов, что превышает численность населения.

[Швейцария](#)

---

**Source URL:**

*<https://dev.nashagazeta.ch/news/sante/shveycarskie-uchenye-posovetovali-damam-menshe-stoyat-u-plity>*