

Для современных детей и их родителей мобильный телефон является необходимым элементом жизни. Мы уже не представляем себя без мобильного телефона. Ведь очень удобно разговаривать когда и где хочется, а не ждать звонка домашнего телефона. Удобно контролировать ребенка, ведь с помощью телефона можно узнать местонахождение ребенка. И как это раньше люди жили без телефонов?



Однако не все так хорошо и красиво, как кажется на первый взгляд.

Вред мобильных телефонов и их влияние на детей – тема нашего разговора. Ведь за эти преимущества, удобства и комфорт мы платим собственным здоровьем и здоровьем наших детей.

Содержание статьи

- [1 Чем вреден мобильный телефон для ребенка?](#)
- [2 Как правильно пользоваться мобильным телефоном, чтобы уменьшить его вред. Советы для детей и их родителей.](#)
- [3 Советы как уменьшить риск для детей от мобильных телефонов](#)
- [4 Мобильный для ребенка](#)

Чем вреден мобильный телефон для ребенка?

Следует отметить, что мобильный телефон вреден не только для детей, но и взрослых людей. Однако для растущего и еще формирующегося организма этот вред более выражен и опасен. Кости черепа ребенка гораздо тоньше, чем у взрослого. Поэтому костный мозг ребенка может поглощать в 10 раз больше электромагнитных излучений.

Мобильный телефон способен генерировать электромагнитные поля. От излучения страдает нервная и иммунная системы, а как следствие потеря памяти, снижение внимания, головные боли, невнимательность и капризность. Частые и длительные разговоры по мобильному телефону вредят мозгу, страдает слух, ухудшается общее состояние ребенка. А частое “ковыряние” в телефоне с его ярким экраном и мелкими буквами негативно влияет на зрение ребенка.

В начале 21 века шотландский ученый Уильям Стюарт провел эксперимент, который наглядно показал, что у дождевых червей меняется структура белка из-за воздействия микроволнового излучения мобильных телефонов. Это, конечно, не единственный опыт и не единственное заявление ученых разных стран.

Доказано, что электромагнитные волны могут стать причиной изменений в организме человека на клеточном уровне.

Электромагнитное излучение исходит от всех электромагнитных приборов (микроволновок, компьютеров, телевизоров). Только вот все эти приборы находятся от нас на определенном расстоянии, в то время как с мобильными телефонами многие не расстаются даже в туалете и спят с ними в обнимку. Мобильный телефон вызывает зависимость, особенно у детей.



Как правильно пользоваться мобильным телефоном, чтобы уменьшить его вред. Советы для детей и их родителей.

- Говорите по телефону по необходимости (2-3 минуты разово).
- Говорите по громкой связи либо используйте беспроводную гарнитуру
- Не кладите телефон туда, где планируете спать. Ведь электромагнитное излучение телефона активно и воздействует негативно на нервную систему человека и в режиме ожидания.
- Носите телефон в сумке, рюкзаке, а не в кармане или шее
- Пусть мобильный телефон лежит на расстоянии минимум 50 см от вас
- Не используйте телефон в тех местах, где плохой прием связи. Это обычно лифт, транспорт, подземные парковки, сельская местность, метро. Так как в эти моменты излучение вашего мобильного усиливается в несколько раз.
- Стараться реже пользоваться мобильным телефоном в помещении, так как излучение мобильного телефона в помещении в несколько раз выше, чем на открытом воздухе.
- Сильнее всего излучение телефона в момент поиска оператора сети, так что не прикладываете его в это время к уху.

Советы как уменьшить риск для детей от мобильных телефонов

Если вы постоянно держите в руках мобильник, просматриваете фотографии или почту, примите к сведению, что для вашего ребенка такая игрушка будет также очень интересна. Только вот в качестве игрушки мобильник совсем не подходит. Если же все-таки ваш маленький ребенок “уговорил” вас дать ему мобильный “поиграть”, хотя бы включите режим самолета.

Если ребенок постарше, то, скорее всего он отлично умеет включать и выключать мобильный. И просит вас дать ему попользоваться телефоном. Дать можно, конечно, но с условием ограничения времени – только послушать несколько песен или только позвонить бабушке.

Не давайте ребенку играть в игры на телефоне, если не хотите испортить ребенку глаза и сделать из него зомби.

Школьникам до 12 лет лучше покупать телефон, который будет выполнять свое прямое предназначение – звонить. А не самый навороченный гаджет с большим количеством различных игр и приложений. Иначе на скучных уроках ваш ребенок будет занят интересной мобильной игрой.

Ученые пришли к выводу, что дети до 8 лет не должны пользоваться сотовыми телефонами. Так как риск появления опухоли мозга из-за излучения телефона крайне велик.

Нужно научить ребенка:

- чаще отправлять электронные сообщения через Интернет на компьютере;
- при звонках включать громкую связь;
- использовать телефон как можно реже и только по необходимости;
- во время разговора держать телефон подальше от головы.

Если вы решили купить своему ребенку телефон, то следует заранее понять возможные положительные и отрицательные стороны такой покупки.

Мобильный для ребенка

Положительные	Отрицательные
возможность контролировать (при надобности) отследить ребенка	вред для здоровья
полезные функции телефона такие как будильник, напоминка	зависимость
безопасность (можно позвонить при возникновении опасности)	дополнительные расходы для родителей
ответственность (ребенок бережет телефон, так как нового не купят)	риск (что украдут, заберут)
повод для общения	ограничение общения ребенка в реальном мире
	возможность слушать музыку в дороге, что повышает невнимание

Полностью оградить ребенка от вредных воздействий не удастся, однако стоит максимально уменьшить их количество. Покупайте ребенку телефон тогда, когда это действительно нужно; польза от использования мобильного должна перекрывать вред его использования.