

Нехорошая квартира

Специалисты Центра гигиены и эпидемиологии найдут на ваших собственных квадратных метрах источники опасности, о которых вы и не подозревали

Толстые стены и крепкий замок – иногда этого оказывается недостаточно для того, чтобы ваш дом или офис называть настоящей крепостью. А что, если место пребывания изнутри подтачивает ваше здоровье?

Как узнать, безопасна ли ваша квар-



Сергей НИКИФОРОВ

тира? С помощью главного врача Центра гигиены и эпидемиологии в Псковской области **Сергея НИКИФОРОВА** «Псковская правда» составила под- сказку.

» КСТАТИ

Хорошая питьевая вода – тоже составляющая качественной жизни. Безопасность бутилированной воды проверить очень просто. Если на бутылке есть вот такой знак,



значит, продукт прошел проверку на химические и бактериологические показатели в Центре гигиены и эпидемиологии, а следовательно, вода гарантированно чистая. Анализ занимает три дня. В числе тех, кто постоянно заказывает исследование питьевой воды, – пред- приятия.

1 ЛЮБОЙ ЭЛЕКТРОПРИБОР – источник электромагнитного излучения. Даже новый монитор может фонить, не говоря уже о затрапезном чайнике и электропроводке.

ЧЕМ ГРОЗИТ: повышенный электромагнитный фон – причина чрезмерной раздражительности и бессонницы. Продолжительное влияние электромагнитного излучения, даже относительно слабого уровня, может вызвать раковые заболевания, потерю памяти, болезни Паркинсона и Альцгеймера. Особенно опасны поля для детей и беременных женщин. В то же время, по результатам исследований Центра электромагнитной безопасности, в России лишь 15% компьютеров полностью удовлетворяют международным нормам, 31% – частично, а 54% никак не соответствуют международным стандартам и требуют защиты как пользователя, так и окружающих людей.

ЧТО ДЕЛАТЬ: Заказать исследование электромагнитного фона. Псковичам для этого нужно прийти в Центр гигиены и эпидемиологии (ул. Гоголя, 21, второй этаж, приемная, тел. 66-28-90, сайт www.60.rospotrebnadzor.ru/center/) и написать заявку.

СТОИМОСТЬ замеров – электромагнитные поля промышленной частоты от бытовых приборов, от компьютеров, от близлежащих антенн сотовой связи и телецентра, статическое электричество от бытовых приборов – в сумме около **1300 рублей**.

Обследование займет минут 40. Специалисты найдут опасные места и посоветуют, как от них избавиться.

» СОВЕТ

– И не забывайте о физкультуре и спорте, если хотите быть здоровыми! – рекомендует **Сергей Никифоров**. – Начните хотя бы с утренней зарядки.



2 КВАРТИРА НА ПЕРВОМ ЭТАЖЕ.

Радон опасен для жителей первых этажей. Это инертный газ, который образуется в радиоактивных рудах и минералах и постепенно поступает на поверхность земли. Иногда радон сохраняется в строительных материалах. При отведении участков на строительство нужно исследовать территорию на степень выделения этого газа.

ЧЕМ ОПАСЕН: токсичен, является причиной 10 процентов всех случаев рака легких. Отравление радоном не имеет симптомов.

ЧТО ДЕЛАТЬ: чаще проветривать не только жилые помещения, но и подвалы. Если радон содержится в воде, то от него можно избавиться с помощью угольных фильтров. Опасения развеет вердикт специалистов Центра гигиены и эпидемиологии. **Цена замера – до 300 руб.**

КУХНЯ. Стиралка, электрический чайник, микроволновка, комп (монитор), телевизор, линолеум, пластиковое окно, на стене висят часы

3 ЛИНОЛЕУМ И ОКНА.

Сладковатый запах (что-то между печеной картошкой и сиренью), не исчезающий неделями, должен заставить насторожиться. Не исключено, что мебель, стеклопакеты или линолеум выделяют фенол.

ЧТО ДЕЛАТЬ: проверить уровень выделения фенольных веществ. Если проверка обнаружит, что в повышенном уровне фенола повинен новый кухонный гарнитур, – это повод вернуть покупку в магазин. Так, псковичи, обнаружив проблему в детской мебели, отсудили у продавца деньги.

ЧЕМ ГРОЗИТ: может вызвать аллергию, болезни глаз, почек, дыхательных путей и даже злокачественные новообразования.

ЧТО ДЕЛАТЬ: чаще проветривать квартиру. Но если после ремонта или покупки мебели вам кажется, что здоровье пошатнулось – проверьте уровень выделения фенола. **Цена: около 550 руб.**

4 ЧАСЫ НА СТЕНЕ.

Возможно, дедушкины морские часы, которые так здорово светятся в темноте, напичканы фосфором и уже много лет портят вам здоровье! Фосфор – причина зашкаливающего радиационного фона.



Реальная история из практики Сергея Никифорова: его специалисты обнаружили часики, которые излучали 300 микрорентген в час вместо положенных по норме 24! Был и такой случай: жильцы болели всем, чем только можно, а дело оказалось в завалившейся под плинтус радиоактивной иголке.

ЧТО ДЕЛАТЬ: заказать исследование радиационного фона. **Цена – 119 руб.**

Подготовила **Виктория ГОЛУБКОВА**