

Есть ли радиация в вашей тарелке?

Нам никогда не надо забывать, что крупнейшая ядерная авария на Чернобыльской АЭС оставила свой след на много лет. Выпавшие радиоактивные вещества изменили естественный радиационный фон на части территории Республики Беларусь.



Радиоактивные элементы способны накапливаться в растениях и животных, представляя потенциальную угрозу для здоровья человека. В продукты радиоактивные частицы попадают из воды и почвы, поэтому они могут встречаться практически везде: в злаках, овощах и фруктах, рыбе, молоке, грибах.

Радионуклиды, попавшие в организм с продуктами питания, вызывают облучение внутренних органов и тканей. Особенно вредно облучение для здоровья беременных женщин, кормящих матерей и детей. Постоянное употребление продуктов с повышенным содержанием радиоактивных веществ может привести к серьезным последствиям для здоровья: нарушению работы щитовидной железы, онкологическим заболеваниям, снижению общей сопротивляемости организма. Поэтому уделять внимание качеству употребляемых продуктов действительно важно. Самая большая сложность состоит в том, что самостоятельно человек не может определить радиацию: ее не различить ни по виду продукта, ни по его запаху, ни по вкусу. Более того, бытовые приборы для измерения уровня радиации также не всегда информативны.

Наибольшая опасность исходит от «даров леса», собранных в местах с повышенным радиационным фоном. Грибы и ягоды являются своего рода аккумуляторами, они вбирают в себя различные загрязнения, характерные для того места, где выросли. Грибы обладают способностью накапливать радионуклиды, в частности радиоактивный цезий.

По степени накопления радиоактивных веществ грибы можно разделить на четыре группы:

- Слабо накапливающие (например, опята осенние)
- Средне накапливающие (белые грибы, подберезовики, лисички)
- Сильно накапливающие (сыроежки)
- «Аккумулятор» радионуклидов («польские грибы» и маслята)

Ягоды тоже накапливают радионуклиды. То, насколько сильно окажется заражена ягода, зависит от расположения корневой системы растений в загрязненном слое почвы и биологических особенностей.

Чтобы защитить себя и близких от радиации в пище, стоит покупать продукты в проверенных местах и отказаться от посещения стихийных

торговых точек, продавцы которых не проходят проверок и не предоставляют документы о качестве и безопасности на свои товары.

Собранные грибы и ягоды должны проходить обязательный радиационный контроль.

Берегите себя и своё здоровье!

Информацию подготовил помощник врача-гигиениста СЭО Луня О.И.