

مقدمه

مهم ترین مشکل موبایل برای انسان: اول اینکه سلول های بدن انسان در گستره ۱۰ تا ۱۰۰۰ هرتز با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند، اکثر موبایل ها نیز در گستره ۲۷۰ تا ۱۸۰۰۰ هرتز ارتباط برقرار می کنند.

می بینید که گستره امواج الکترومغناطیسی موبایل با سیستم ارتباط بین سلولی انسان هم پوشانی دارد و این مساله باعث ایجاد اختلالات جبران ناپذیری به بدن می شود، مانند ضعیف شدن سیستم دفاعی بدن، همچنین ثابت شده که این امواج تأثیر بدی در باروری مردان دارد، زیرا اسپرم ها را می کشد و باعث کاهش قوای جنسی آقایان می شود، مخصوصاً در کسانی که موبایل را به کمرشان می بندند. موبایل سرطان زاست.

تحقیقات موجهی در این مورد توسط دانشمندان صورت گرفته که این مسأله را اثبات می کند و در بسیاری از روزنامه های آلمان نیز این مسأله گفته شد. علاوه بر آن احتمال ابتلا به بیماری های آلزایمر و پارکینسون را هم افزایش می دهد.

حتی تحقیقات جدید نشان داده اند که اگر شخصی ۲۲ دقیقه با موبایل صحبت کند، ساختار آنزیمی بزاق دهانش کلاً تغییر می کند. علاوه بر این تأثیرات منفی بر روی خون و ادرار دارد.

میدان های الکترومغناطیسی به ویژه آن هایی که در گستره فرکانس بدن هستند، باعث تغییر عملکرد جذب مواد معدنی در بدن می شوند و سرعت گسترش تومورها را افزایش می دهند.

هر ۰.۴/۰ ثانیه این امواج به بدن ما برخورد کرده و از آن عبور می کنند. حال شما اگر یک روز موبایل را با خود حمل کنید حساب کنید چند بار در معرض آن ها قرار می گیرند؟ این ها تحقیقات مستند است. موبایل تنها در زمان استفاده و صحبت کردن با آن ضرر ندارد بلکه حمل کردنش هم ضرر دارد. حتی اگر ۳۰ سانتی متر هم از شما فاصله داشته باشد امواج الکترومغناطیسی حدود ۴۰۰ هزار $PW/M2$ در هر لحظه با بدن اصابت می کند. دگرگونی در عملکرد هموگلوبین خون اثرات سوء تغییر ساختاری هموگلوبین خون تحت تأثیر امواج تلفن همراه تنها به آزادسازی بیش از حد اکسیژن در بافت محدود نمی شود بلکه بر سایر وظایف هموگلوبین هم تأثیر منفی می گذارد.

آسیب جسمانی:

امواج الکترومغناطیسی این دستگاه برای کودکان کمتر از ۱۰ تا ۲۰ سال خطرناک است. هر چند که هنوز ارتباطی بین استفاده از این وسیله و ابتلا به سرطان ثابت نشده ولی تحقیقات بعضی از دانشمندان نشان داده که ارتباط احتمالی در مورد استفاده از تلفن همراه و ابتلا به برخی سرطان های مغز وجود دارد.



آثار مغرب

تلفن همراه

بر بدن

و راهکارهای آن از دیدگاه پزشکی

تهیه و تنظیم:

پایه پنجم مدرسه علمیه فاطمیه دامغان

مشکلات خواب:

کودکان و نوجوانانی که از این وسیله استفاده می کنند در بسیاری اوقات به علت دریافت پیامک در انتهای شب بدخواب می شوند. خیلی از اوقات برای پاسخ دادن به این پیامک ها لازم است که ذهن هوشیار شده که همین امر موجب اختلال خواب می شود. همین بدخوابی و بی خوابی در عملکرد روزانه آنها تأثیر گذار خواهد بود.

کاهش تمرکز و توجه و افت عملکرد تحصیلی: با توجه به اینکه بسیاری از دانش آموزان که تلفن همراه دارند آن را با خود به مدرسه نیز می برند و در سر کلاس درس غالباً در حال ارسال پیامک هستند از توجه به درس باز می مانند نمرات درس آن ها کاهش می یابد. و دچار افت تحصیلی می شود. همچنین این بچه ها به علت استفاده مکرر از دکمه های گوشی از درد مفاصل و انگشتان نیز شکایت دارند.

اضطراب و نگرانی:

بسیاری از کودکان و نوجوانان همیشه نگران این موضوع هستند که مبادا والدینشان از اطلاعات گوشی آنها با خبر شوند همین نگرانی و دلهره باعث می شود تا در مورد پیامک ها به پدر و مادر بگویند در ارتباط قرار گرفتن بسیاری از اوقات درون پیامک ها با اطلاعات نامناسب با سن و روحیات بچه ها اتلاف وقت زیاد باعث می شود از دیگر کارهای ضروری باز مانند. در بلوتوث ها اطلاعات نامناسب وجود دارد که باعث مشغله فکری برای آن ها می شود. راهکارهای مناسب در جهت کنترل و نظارت صحیح اگر قصد خرید تلفن برای فرزندانتان دارید توصیه های زیر را مد نظر بگیرید.

عوارض ناشی از استفاده بیش از مد تلفن همراه :

- ۱- ایجاد بلوغ زود رس در نوجوانان و اثرات منفی بر رشد طبیعی جسم و روان
- ۲- گوشه گیری و انزوا و بروز افسردگی در نوجوانان و جوانان
- ۳- بروز رفتارهای عصبی و غیر متعادل
- ۴- تپش قلب و بی اشتها و یا کم اشتها و رنجور شدن جسم
- ۵- بی میلی به امر تحصیل و فعالیت های ورزشی
- ۶- عدم تمایل و یا کم رغبتی به انجام واجبات و حضور در مجامع علمی و مذهبی
- ۷- بی خوابی و کاهش مطالعات درسی و غیر درسی و بروز افت تحصیلی
- ۸- گرایش به سیگار و مواد مخدر و کاهش انگیزه برای کار و تلاش و شکل خانواده در جوانان

راهکارها:

- ۱- مدت زمان استفاده را محدود کنید.
- ۲- از او بخواهید تا هیچ عنوان تلفن را به مدرسه نبرد و در زمان انجام تکالیف آن را خاموش کند.
- ۳- به فرزند خود بیاموزید که هر پیامک یا موضوعی که در تلفن دارد درست و واقعی نیست.

۴- نسبت به افرادی که با فرزندان رابطه تلفنی دارند حتماً نظارت داشته باشید.

۵- سعی کنید با امکانات اطلاعات گوشی آشنا شوید و در این حوزه ها آموزش ببینید.

۶- از مطالب درون گوشی اطلاع داشته باشید نسبت به محتوای آن ها به بحث مذاکره بنشینید.

سفن آخر

ثابت شده که هرچه استفاده از این وسیله کمتر باشد استرس و نگرانی خود کمتر خواهد بود و بچه ها شرایط روانی بهتری خواهند داشت کودکان و نوجوانان که در طول روز سه تا چهار بار از تلفن همراه استفاده می کنند نسبت به کسانی که ۱۵ تا ۲۰ بار آن را به کار می گیرند شرایط روحی و روانی مطلوب تری دارند شب ها بهتر می خوابند. نگرانی و استرس کمتر دارند. روند تحصیلی آن ها خوب است و افراد با نشاط با روحیه بالاتری در جامعه هستند.

منبع:

تهیه و تنظیم:

پایه پنجم مدرسه علمیه فاطمیه دامغان