



Dünyada bugün 1 milyar, Türkiye'de ise 22 milyon kadar cep telefonu kullanıcısı olduğu sanılıyor.

Küçük çocukları ve iyice ileri yaştakileri saymazsak, Türkiye'de her iki kişiden biri cep telefonu kullanmakta. Özellikle Türkiye'de birçok kişinin yollarda, bekleme salonlarında ve parklarda 'elleri kulaklarında' dolaştığını görmekteyiz.
(Cumhuriyet Bilim Teknik)



Çocuklarımız henüz gelişimlerini tamamlamadılar. Onlar büyüyorlar ve sağlıklı büyümeleri için yetişkinlerin yol göstericiliğine ihtiyaç duyuyorlar. Anne babaların zorunlu ihtiyaç diye alarak çocuklarına sundukları CEP telefonları yaymış oldukları dalgalar ve ısıya bağlı etkileriyle çocuklarımızı yetişkinlerden beş kat daha yüksek derecede etkiliyor.

Dünya bu konuda alarm veriyor. Dünya Sağlık Örgütü, çocukların cep telefonu kullanımı konusunda dikkatli olunması için ciddi uyarılarda bulunmakta, sadece acil durumlarda kullanmalarını tavsiye etmektedir.

ZARAR ZARAR ZARAR

Yapılan araştırmalar cep telefonlarının yorgunluk, gerginlik, karamsarlık, depresyon, belirsiz ağrılar, uyku ve iştah sorunları, enerji azlığı, bedensel işlevlere ilişkin (ders başarısı düşüklüğü, sindirim, dolaşım, boşaltım bozuklukları gibi) sorunlara neden olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte cep telefonlarının içerdiği oyunlar, farklı renk ve özellikleri ile oyuncakların yerini almakta, cep telefonlarının yeni modelleri çocukların ve gençlerin tüketim güdüsünü tetiklemektedir. Bu durum çocukların ve gençlerin aile ile çatışmaya girmesine sebep olmakla beraber, arkadaşlar arasında rekabete ve bu rekabet sırasında ailenin ekonomik durumu ile uyumlu olmayan harcamaların yapılmasına, baskı ve zorlanma hissetmeye neden olabilmektedir. (ekolojimagazin.com)



KISA VADELİ ZARARLARI (24 SAAT)

- Görüş alanında daralma.- Yoğun stres ve yorgunluk hissi. -- Kulak çınlaması ve kulaklarda ısınma.- Konsantrasyon ve dikkat bozulması.

- İştihede geçici aksaklıklar oluşması. Baş ağrıları ve sersemleme.

UZUN VADELİ ZARARLARI (10 YIL)

- Genetik yapının bozulması.- Beyaz kan hücresi (lenfoma) kanseri.- Kalp rahatsızlıkları.- Kan beyin bariyerinin zedelenmesi.

- Kalıcı işitme bozuklukları.- Hafıza zayıflaması ve beyin tümörü riski.- Embriyo gelişiminin zarar görmesi.- Kan hücrelerinin bozulması.

- Yüksek tansiyon.- Bağışıklık sisteminin zarar görmesi.

NELER YAPMALIYIZ...

Ebeveynler olarak çocukların cep telefonu kullanma yaşı ve süresine gereken hassasiyeti göstermeliyiz.

Cep telefonlarının gereksiz yere kullanılmaması ve konuşmaların kısa kesilmesi KONUSUNDA HASSASİYET GÖSTERMELİYİZ... (Ulaşılabilir olmak, yerini bildirmek, kısacası mesaj vermek için kullanılması; uzun iş görüşmeleri ya da söyleşilerin, olduğunca, ev ve işyerlerindeki sabit telefonlardan yapılması)

Normal telefon varken cep i kullanılmamasına ÖZEN GÖSTERMELİYİZ..



Cep telefonu görüşmelerinin mümkün olduğunca kısa tutulması, acil durumlar dışında çocuklara cep telefonunun kullanılmamasına özen gösterilmelidir.

Cep telefonu kullanımı konusunda çocuklarımıza model olmalıyız...

Cep telefonunu baş bölgesinden uzakta tutmalı, gelen çağrıyı açtıktan veya karşı taraf görüşmeye başladıktan 1-2 saniye sonra cihazı kulağa götürmelidir. Kulaklık kullanmak gibi tedbirler de sağlığımız açısından faydalı olabilir.



Çocukların bir yaşam boyu cep telefonlarıyla yaşayacakları düşünülerek, küçük yaşlarda çocuklara cep telefonu alınması yerine, gerektiğinde yerini belirleyebilmek için kendilerine ödünç cep telefonu verilmesi (İngiltere'deki ilgili Bilimsel Kurum, çocukların cep telefonu kullanmamasını öne rmettedir)



Uyurken cep telefonlarının kapatılması, kapatılmayacaksa başucundan en az 1 metre uzağa konulması öneriliyor.

Ailelerin cep telefonlarından yayılan elektromanyetik dalgalar konusunda ve bunların etkileriyle ilgili olarak çocukları bilgilendirmeleri ve telefonu açmadan önce, uzun konuşmaları için, ne söyleyeceklerini önceden düşünüp, biraz hazırlık yapmaları hem ileriye dönük 'koruyucu sağlık' ve hem de "ailenin telefon giderlerinin azalması" açısından yararlı olacağı açıktır.

**LÖVFEN
DİKKAT**



Sağlık Bakanlığı'nın hazırladığı rapora göre ;

Cep telefonundan yayılan dalgadan etkilenimin uzaklıkla azaldığı belirtiliyor, kablolu kulaklık kullanılması telefonun baş bölgesinden uzak tutulmasını sağladığından, cep telefonlarının zararlı etkileri azaltılabiliyor. Kulaklığın olmadığı durumlarda "hoparlör" modu tuşlanarak, sesli görüşme ile telefonda uzak konuşulması öneriliyor.

Özellikle büyümesi ve gelişmesi devam eden çocuklarda cep telefonu kullanım yaşının geciktirilmesi ve çocukların cep telefonu kullanmaması tavsiye ediliyor. Çocukların cep telefonu kullanması halinde, faturaların kontrol edilmesi, gerektiğinde uyarılması isteniyor.

**"Çocukları 'Cep'ten
Uzak Tutun"**



Cep telefonuna gelen arama olduğunda ya da arama yapılması gerektiği durumlarda, bağlantı kurulduktan sonra cep telefonunun kulağa tutulması ile elektromanyetik radyasyona maruz kalmanın önemli ölçüde azaltılacağı belirtiliyor.

Ayrıca, sürekli değişen baz istasyonları ile iletişime geçmeye çalışan cep telefonu, normalden çok daha fazla elektromanyetik dalga yayabiliyor.



Uzmanların araştırmalarına göre 10 yıl süreyle aynı el ve kulağını kullanarak cep telefonuyla konuşan kişide gliyal (beynin kendi hücrelerinden köken alan) beyin tümörü ve işitme siniri kökenli tümör oluşma ihtimali yüzde 30 artmaktadır.

SON SÖZ....

Dünyanın en ünlü beyin cerrahlarından olan ve çalışmalarını ABD ile İsviçre'de sürdüren Prof. Dr. Gazi Yaşargil **cep telefonu kullanmıyor....**

ATATÜRK ORTAOKULU CEP TELEFONU Çocuklarımız için tehlike çanları çalıyoor.



**Rehberlik ve Psikolojik Danışma
Servisi**