

Κινητό δίπλα στο κρεβάτι - Τι προκαλεί

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

image not found or type unknown



kinite 640x320 Οι επιστήμονες χτυπάνε το καμπανάκι σε όσους κοιμούνται με το κινητό δίπλα στο κρεβάτι το βράδυ, επισημαίνοντας πως μπορεί να επηρεάσει τον ύπνο.

Συγκεκριμένα ερευνητές από το Ινστιτούτο Καρολίνσκα της Σουηδίας και του Πολιτειακού Πανεπιστημίου Wayne των ΗΠΑ χρηματοδοτήθηκαν από εταιρείες κινητής τηλεφωνίας, για να μελετήσουν 35 άνδρες και 36 γυναίκες ηλικίας 18-45 ετών.

Από όσους συμμετείχαν στην έρευνα ορισμένοι είχαν εκτεθεί σε ακτινοβολία ίση με αυτή που λαμβάνουμε όταν χρησιμοποιούμε κινητό τηλέφωνο, ενώ άλλοι τοποθετήθηκαν σε όμοιες συνθήκες, αλλά με ψευδή έκθεση.

Τι έδειξε η έρευνα

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι εκείνοι που είχαν εκτεθεί σε πραγματική ακτινοβολία χρειάστηκαν περισσότερο χρόνο να μουν στο πρώτο από τα βαθύτερα στάδια του ύπνου και όταν αυτό συνέβη τελικά έμειναν λιγότερο χρόνο στο βαθύτερο στάδιο ύπνωσης.

Σύμφωνα με τη μελέτη, κατά τη διάρκεια των εργαστηριακών πειραμάτων έκθεσης σε ασύρματα σήματα 884 MHz επηρεάστηκαν σημαντικά συστατικά του ύπνου που παίζουν ρόλο στην ανάκαμψη του οργανισμού από την κούραση της ημέρας.

Η ακτινοβολία δηλαδή διαταράσσει την παραγωγή της μελατονίνης, ορμόνη που ελέγχει του εσωτερικούς ρυθμούς του οργανισμού.

Περίπου οι μισοί συμμετέχοντες πίστευαν ότι ήταν ευαίσθητοι στα ηλεκτρονικά σήματα αναφέροντας περισσότερα συμπτώματα όπως κεφαλαλγίες και εξασθενημένη γνωστική εξασθένηση από τη χρήση του κινητού τηλεφώνου. Αλλά δεν ήταν σε θέση να πουν αν είχαν εκτεθεί σε ακτινοβολία κατά τη διάρκεια της έρευνας.

Οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι η ακτινοβολία από τη συσκευή του κινητού ενοχοποιείται για αϋπνία, πονοκεφάλους και σύγχυση και εμποδίζει το σώμα να αυτοανανεωθεί.

Πηγή: alphafreepress.gr