

Как смартфоны влияют на нашу память? | Comment le smartphone affecte-t-il notre mémoire?

Author: Заррина Салимова, [Базель](#) , 24.07.2018.



Когда родился со смартфоном в руке... Фото: Bruce Mars on Unsplash

Согласно исследованию Швейцарского института тропической медицины и общественного здоровья, электромагнитное излучение мобильных телефонов может негативно сказаться на памяти подростков – особенно тех, кто прикладывает телефон к правому уху.

Selon une étude de l'Institut tropical et de santé publique suisse, le rayonnement électromagnétique des téléphones mobiles peut entraîner une baisse de la mémoire chez les jeunes qui utilisent leur appareil sur l'oreille droite.

Comment le smartphone affecte-t-il notre mémoire?

Команда специалистов Швейцарского института тропической медицины и общественного здоровья (Swiss TPH) под руководством профессора Мартина Ресли изучила, как высокочастотные электромагнитные поля беспроводных средств связи воздействуют на когнитивные способности молодых людей. В исследовании участвовали около 900 школьников в возрасте от 12 до 17 лет, проживающих в городской и сельской местности немецкоязычной части Конфедерации. Участие было добровольным и проходило с согласия родителей.

Выяснилось, что подростки, которые часто звонят по телефону, прикладывая его к правому уху, могут испытывать сложности с запоминанием абстрактных форм. Дело в том, что за развитие этого вида памяти отвечает участок мозга, находящийся именно в правом полушарии. По этой причине, дети, которые говорят по смартфону, держа его с правой стороны, больше подвержены возможному вредному влиянию на образную память, чем остальные. Проверка памяти проводилась с помощью компьютерных тестов, во время которых нужно было подбирать абстрактные фигуры.

При другом использовании смартфона (написание сообщений, чаты, игры, просмотр видео, поиск информации в интернете) не было выявлено связи со способностью к запоминанию, так как в этом случае излучение на мозг остается незначительным. Потенциальный риск, связанный с излучением, можно снизить, если при телефонном разговоре надевать наушники или включать громкую связь. Другими словами, держите аппарат подальше от головы. В интервью Le Temps профессор Ресли отметил, что ни в коем случае не нужно говорить по телефону, если связь плохая. Чем хуже соединение, тем сильнее влияние на мозг: одна минута такого разговора равна нескольким часам в нормальных условиях.

Большое преимущество проведенного исследования состоит в том, что за подростками наблюдали длительное время, а тесты проводились с интервалом в несколько месяцев. Кроме этого, ученые получили разрешение на доступ к данным мобильных операторов, т.е. могли оценить, например, время, проведенное некоторыми пользователями за разговорами по телефону. Удалось также установить, что 80% излучения поступает именно в ходе телефонных звонков. В общем, берегите здоровье – пользуйтесь мессенджерами. К слову, в среднем один подросток отправляет 35 сообщений в день.

Швейцарские ученые подтвердили выводы, опубликованные тремя годами ранее в научном журнале *Environment International*. Профессор Ресли подчеркнул, что необходимы дополнительные эксперименты, чтобы выяснить роль одних факторов и исключить влияние других. Возможный эффект, который высокочастотные электромагнитные поля оказывают на мозг, относится к новым областям научных изысканий, поэтому пока трудно сказать, насколько релевантными окажутся эти данные в долгосрочной перспективе и не будет ли ухудшение памяти компенсировано с возрастом.

Исследование было проведено в сотрудничестве с бельгийскими учеными в рамках

европейской программы GERoNiMO, цель которой состоит в изучении влияния электромагнитного излучения на здоровье человека. Проект осуществлен при финансовой поддержке рамочной программы ЕС по развитию научных исследований и технологий и Швейцарского национального научного фонда (SNSF). Результаты исследования были [опубликованы](#) в рецензируемом научном издании Environmental Health Perspectives.

[здоровье](#)

Статьи по теме

[Смартфон поднимает настроение, говорят швейцарские ученые](#)

[От смартфонов страдают дети](#)

[Лелеять ребенка или смартфон?](#)

Source URL: <https://nashagazeta.ch/news/sante/kak-smartfony-vliyayut-na-nashu-pamyat>