

دراسات كثيرة... تتعرف على مخاطره... هل تتحدثين كثيراً على الموبايل؟ إذا إنتبهي جيداً!

لا شك أنه حصل معك أنك تذفرت مرة من سائق مهمل يتحدث بحماسة وانفعال بواسطة هاتفه الجوال، في الوقت الذي يقود فيه سيارته. لذلك فأنت تدركين المخاطر المحتملة، التي يمكن أن تشكلها هذه الأجهزة التي لا غنى عنها، على صحتنا العامة. لكنك تتساءلين أيضاً من دون شك، عن الهمس الكثير حول العلاقة المحتملة بين الهواتف الجوال وبين بعض الأمراض المزمنة، كالسرطان مثلاً. وهل أن هذه الأفكار - موضوع الهمس - مبالغ بها، ومن نسج الخيال العلمي، أم هي أفكار منطقية؟
نقدم إليك فيما يلي آخر الأبحاث والدراسات العلمية المتعلقة بالرباط المحتمل بين الهاتف الجوال والسرطان، والخطوات التي يمكنك اتخاذها لحماية نفسك في هذا الإطار..



نصائح للحماية:

نقدم إليك، فيما يلي، الطريقة الأنسب لاتخاذ الاحتياطات اللازمة، من دون أن تضطر للتخفيف أو الامتناع عن استعمال الهاتف الجوال عندما يكون ذلك ضرورياً.

قللي الاستعمال ما أمكن ذلك؛ لا شك أن الهواتف الجوال من أنجح ما توصلت إليه التكنولوجيا الحديثة وأكثرها فائدة لنا. لكن ذلك لا يعني أن علينا أن نمسك بالهاتف الجوال، ونضعه على أذننا لساعات وساعات. قللي التعرض لضرره من خلال جعل اتصالاتك قصيرة، واستعمال الخط الأرضي عند الإمكان.

إجعل يديك حرتين قدر المستطاع؛ إن قطع سعات الأذن التابعة للهاتف الجوال تخفف من مخاطره على صحة الإنسان، ذلك أنها تجعل إشعاعه بعيدة عن الرأس. ويضيف الخبراء أن عليك الانتباه إلى أن قطع البلوتوث التي توضع في الأذن قد لا تخفف المخاطر بقدر الذي تتوقعينه، على الرغم من قلة قليلة من الأبحاث تناولت هذا الموضوع لحذ الآن.

أخسني الاختيار؛ عندما تقززين شراء موديل جديد من الهاتف الجوال، إختاري ذلك الذي يتمتع بأقل نسبة امتصاص specific absorption rate، أي ذلك الذي يقلل إلى حد بعيد من نسبة التردد الشعاعي التي قد يمتصها الرأس.

ضعيه في مكان آمن؛ تفادي حمل الهاتف الجوال بالقرب من جسمك، كان تحمليه في جيبك، أو تضعيه في الحزام على خصرك مثلاً. كذلك، لا تبقيه قريباً من جسمك في الليل.

ابقي الأولاد بعيداً عنه قدر الإمكان؛ لا شك أن قلة من الدراسات تناولت استعمال الهاتف الجوال من قبل الأولاد، وتأثيرات ذلك عليهم على المدى البعيد، وعلى جهازهم العصبي تحديداً، والذي لا يزال في طور النمو. لكن ذلك لا ينفي أن المخاطر على الأولاد هي أكبر مما هي عليه بالنسبة للكبار.

الهاتف الجوال عليها. كما أشارت مجموعة مؤلفة من 9 دراسات، أن مستعملي الهاتف الجوال لسنوات طويلة، معرضون أكثر من سواهم للإصابة بأحد أخطر أنواع سرطان الدماغ، ألا وهي الأورام الذبقية.

المخاطر تزيد حسب البعد والقرب من محطات الإرسال

كذلك، فإن المخاطر قد تتزايد بحسب مكان الشخص الذي يستعمل الهاتف الجوال، ومدى قربه أو بعده عن محطة إرسال الهاتف الجوال، ووفقاً لأحدى الدراسات العامة، فإن الأشخاص الذين يستعملون الهاتف الجوال غالباً، وعلى مدى سنوات طويلة، معرضون أكثر من سواهم للإصابة بأورام في الغدد اللعابية المجاورة للأذن، في حين أن مستعملي الهاتف الجوال ممن يعيشون في المدن غير معزولين لذلك، والسبب على الأرجح، هو أنه كلما كان الهاتف الجوال بعيداً عن محطة إرساله، كلما كان عليه أن يبذل جهداً أكبر ليحقق الاتصال بالشبكة، وكلما قام بإصدار كمية أكبر من الترددات الشعاعية.

كثرة الاستخدام تؤدي إلى العقم!

كذلك، فإن الأورام ليست هي المشاكل الصحية الوحيدة التي يمكن للهاتف الجوال أن يتسبب بها. إذ إن هناك عدداً من الأبحاث التي لا زالت تحتاج للمزيد من الأدلة، تشير إلى أن الهواتف الجوال قد تتسبب بتغييرات في الخلايا الجلدية لدى الإنسان، على الرغم من أن العلماء لا زالوا يجهلون ما قد تؤدي إليه هذه التغييرات من نتائج. وقد خلصت إحدى الدراسات التي أجريت عام 2008، إلى أن المنثي لدى الراشدين الذكور الذين يستخدمون الهاتف الجوال بكثرة، هو من نوعية سيئة، الأمر الذي يعّد عاملاً مساهماً في العقم.

«ورم العصب السمعي» يصيب مستعملي الجوال منذ سنوات طويلة

تشير بعض الدراسات التي أجريت على أشخاص استخدموا الهاتف الجوال على مدى سنوات طويلة (10 سنوات وما فوق)، أن فرص الإصابة ببعض الأورام كبيرة لديهم. وقد وجد باحثون سويديون مثلاً، أن الأشخاص الذين يستعملون الهاتف الجوال لسنوات طويلة معرضون، لمرات أكثر من سواهم، للإصابة بنوع من الأورام، يطلق عليه تسمية «ورم العصب السمعي»، وهو الذي يصيب عموماً الأذن من الجهة التي يضع الشخص

الإشعاع الكهرومغناطيسي الذي تبثه الهواتف الخليوية، والمعروف بطاقة التردد الشعاعي Radio Frequency Energy، وهذا التردد شبيه بذاك المستعمل في أفران المايكرويف، وأجهزة الراديو AM/FM، وهو أخف من الإشعاع الذي تصدره آلات التصوير بأشعة أكس، والذي يعتقد أنه يزيد من مخاطر السرطان. لكن النسبوات لا زالت تتركز حول مدى التأثير السلبي للتعرض لكمية قليلة من التردد الشعاعي، وخصوصاً على المدى البعيد.

ولأننا نضع عموماً الهاتف الجوال قريباً جداً من الأذن، يتخوف بعض الخبراء من أن يؤثر ذلك سلباً على الدماغ والجهاز العصبي لدينا. لكن غالبية الدراسات لم تؤكد أن الهواتف الجوال تزيد بشكل ملحوظ من مخاطر الإصابة بأورام في الدماغ، أو بأمراض أخرى من الرأس. كذلك فإن كلا من إدارة الصحة والغذاء في الولايات المتحدة، ومنظمة الصحة العالمية لا تزالان تعتقدان، بأنه لا توجد أدلة كافية وقاطعة عن وجود رباط بين الهواتف الجوال والمشاكل الصحية.

بأن الرأي لم يستقر بعد على نتيجة حاسمة في هذا الصدد. لكن بدلاً من أن نتنظر صدور النتائج الحاسمة التي قد تأخذ سنوات عديدة، ينصحنا الخبراء بالتزود بكل المعلومات ذات الصلة المتوفرة اليوم. نقدم إليك فيما يلي المعلومات الجديدة المتعلقة بتأثير الهواتف الجوال على الصحة العامة.

نوعية الإشعاعات الصادرة عنه تزيد المخاطر

إن المخاوف تتبع بالأساس، في هذا الإطار، من نوع الإشعاع الإلكتروني مغناطيسي الذي تبثه الهواتف الجوال، والمعروف بطاقة التردد الشعاعي Radio Frequency Energy. وهذا التردد شبيه بذاك المستعمل في أفران المايكرويف، وأجهزة الراديو AM/FM، وهو أخف من الإشعاع الذي تصدره آلات التصوير بأشعة أكس، والذي يعتقد أنه يزيد من مخاطر السرطان. لكن النسبوات لا زالت تتركز حول مدى التأثير السلبي للتعرض لكمية قليلة من التردد الشعاعي، وخصوصاً على المدى البعيد.

ولأننا نضع عموماً الهاتف الجوال قريباً جداً من الأذن، يتخوف بعض الخبراء من أن يؤثر ذلك سلباً على الدماغ والجهاز العصبي لدينا. لكن غالبية الدراسات لم تؤكد أن الهواتف الجوال تزيد بشكل ملحوظ من مخاطر الإصابة بأورام في الدماغ، أو بأمراض أخرى من الرأس. كذلك فإن كلا من إدارة الصحة والغذاء في الولايات المتحدة، ومنظمة الصحة العالمية لا تزالان تعتقدان، بأنه لا توجد أدلة كافية وقاطعة عن وجود رباط بين الهواتف الجوال والمشاكل الصحية.

إنقسام الباحثين حول الموضوع..

إن العديد من الأخصائيين بعلم الأورام وخبراء الصحة، يطرحون على أنفسهم نفس السؤال، لكنهم منقسمون إلى قسمين؛ فقسم منهم يحذر من أن هذه الأجهزة قد تزيد من مخاطر الإصابة بأورام في الدماغ، وبمشاكل صحية أخرى، في حين يعتقد قسم آخر أن ليس هناك من دليل على وجود خطر محقق لهذه الأجهزة على الصحة، وقد أبلغ الخبراء بجامعة بيتسبرغ للجنة النيابية المتخصصة بالسياسات الصحية في الولايات المتحدة، بأنهم لا يستطيعون الجزم بأن الهواتف الجوال خطيرة على صحة الإنسان، لكنهم في الوقت نفسه لا يستطيعون الجزم بأنها آمنة تماماً.

وإذا نظرنا للأبحاث التي أجريت حول هذا الموضوع عن كثب، فسندج أن هناك أدلة تؤيد فرضية التأثير السلبي للهواتف الجوال على صحتنا، بمقابل أدلة تنفي هذه الفرضية، ويضيف الخبراء

وجد عدد من الباحثين السويديين مثلاً، أن الأشخاص الذين استعملوا الهاتف الخليوي لسنوات طويلة معرضون 4 مرات أكثر من سواهم، للإصابة بنوع من الأورام، يطلق عليه تسمية «ورم العصب السمعي»..