

ПАМЯТКА



ЗАЩИТА ОТ ОПАСНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ РАДИАЦИИ

Радиация, в отличие от видимого света и тепла, не воспринимается нашими органами чувств.

Нормальный естественный радиационный фон характеризуется величиной 10-16 мкР/ч.

Источники искусственной радиации при неправильном обращении с ними увеличивают радиационную нагрузку на людей и способствуют появлению тяжелых, в частности, раковых заболеваний.

Меры защиты от радиационных поражений:

1. Не следует заходить на территории, объекты, в помещения, на которых знаками или надписями указывается о радиационной опасности.
2. Нельзя подбирать на свалках, пустырях, в мусоре, на улицах приборы, детали, вещества, свойства, состав и устройство которых вам неизвестны. Они могут оказаться радиоактивными.
3. Во избежание чрезмерных рентгеновских обследований нужно следить, чтобы результаты их заносились в медицинские карты. При назначении врачом рентгеновского обследования обязательно поставьте его в известность об обследованиях, которые вы проходили в последнее время.
4. Необходимо измерить показатели радиационного фона в вашей квартире, во дворе, на садовом участке. Если уровень превышает норму, следует заявить об этом в органы санэпиднадзора или НПО «Радон».
5. Регулярно проветривайте жилые помещения. Это поможет в несколько раз снизить содержание в них радона.

Покупайте продукты питания, особенно грибы, ягоды, молочные продукты только в магазинах и на официальных рынках.

6. Воду употребляйте только из проверенных источников.

