

Проверь бруснику на радиацию!

В августе начался сезон сбора брусники. Эта ягода полезна для общего укрепления организма, повышения иммунитета и лечения различных заболеваний. Богата брусника витаминами группы В, А, С, РР, Е, минеральными веществами, органическими кислотами, антиоксидантами. Она нормализует работу сердечно - сосудистой и пищеварительной систем, улучшает состояние органов зрения, способствует снижению массы тела, а также предупреждает злокачественное перерождение клеток. Брусника способна сохранять полезные свойства в виде набора важных для здоровья компонентов даже после термической обработки. Выпивая соки, морсы, компоты с красными ягодами люди не догадываются, что они обогащают организм важными для хорошего самочувствия веществами.

Однако, эта ягода является и накопителем радионуклидов цезия-137 и исходя из принятой классификации относится к группе сильнонакапливающих радионуклиды ягод.

Заготовка дикорастущих ягод допускается в лесах с плотностью загрязнения почв до 2 Ки/кв. км с обязательной проверкой их на содержание радионуклидов. Уточнить радиационную обстановку в лесу можно в лесхозах. Допустимый уровень содержания цезия-137 в дикорастущих ягодах составляет 185 Бк/кг.

При заготовке и переработке лесных ягод необходимо знать, что:

- приготовление варенья и компота из ягод не изменяют общего содержания цезия-137. Снижается только удельное содержание цезия-137 за счет увеличения объема при добавлении сахара и воды;
- при одинаковой плотности загрязнения почв накопление цезия-137 в ягодах больше во влажных условиях произрастания, чем в сухих, а также больше в чисто сосновых лесах, меньше - в лиственных;
- собранные ягоды перед употреблением необходимо обязательно очистить от прилипших частиц лесной подстилки, мха, почвы и несколько раз промыть в проточной воде.

Употребление загрязненных ягод вносит в организм дополнительное облучение. Брусника интенсивно накапливает радиоцезий, который считается опасным для здоровья человека. Он быстро всасывается через пищеварительный тракт в кровь и аккумулируется в мышцах и внутренних органах (сердце, легкие, почки, печень). Поэтому прежде чем употребить эту ягоду, надо быть уверенным в ее безопасности.

Обращаем Ваше внимание, что лесные ягоды следует покупать в местах санкционированной торговли, где они подвергаются обязательной ветеринарно-санитарной экспертизе. При покупке ягод на рынках следует потребовать у продавца документы о прохождении радиационного контроля. Если продавец отказывается показать вам документ, мотивируя это какими -

либо отговорками, такой товар покупать не стоит. Очень опасно и не рекомендуется приобретение лесных ягод у людей, торгующих на улице и вдоль автострад, как правило, эта продукция не проверяется на радиоактивное загрязнение. Не рискуйте своим здоровьем и не надейтесь на честность продавцов, уверяющих вас, что все в порядке.

Не пытайтесь проверять ягоды при помощи дозиметра, это нецелесообразно. Он показывает только «фоновый» уровень радиации и не показывает содержание внутренних радионуклидов, которые вобрали в себя ягоды. Правильный результат Вы можете получить только в лабораториях, где радиометрические исследования проводят специалисты на предназначенных для этих целей приборах. Проведение анализа занимает немного времени.

Радиометрические исследования на содержание цезия-137 можно сделать бесплатно в отделении радиологических исследований Могилевского зонального центра гигиены и эпидемиологии по адресу город Могилев, ул. Лазаренко, 66, каб.43. Объем пробы должен составлять не менее 1литра (1 кг). Телефон для справок 62-56-00. А также эти исследования можно провести в других аккредитованных лабораториях (Могилевский лесхоз, Могилевский центр стандартизации и метрологии, облветлаборатория, лаборатория ветсанэкспертизы Центрального рынка и др.)

С начала сезона заготовки ягод в отделении радиологических исследований Могилевского зонального центра гигиены и эпидемиологии по обращению граждан на содержание радиоцезия исследовано 27 проб брусники, из них в 4-х (14,8 %) пробах обнаружено превышение допустимых уровней радиоцезия. Ягоды брусники с повышенным содержанием цезия-137 были собраны в лесах Кличевского, Чаусского районов.

Врач-гигиенист отделения радиационной
гигиены

Т.Л.Мурашова