Автор: *Государственное учреждение «Речицкий зональный ЦГЭ»*

Сбор ягод и грибов — увлекательное занятие. Как приятно всей семьей выехать в лес, подышать свежим воздухом, побродить по лесу в надежде как можно больше наполнить свои корзинки дарами леса.

В Республике Беларусь в разгаре сезон сбора ягод и грибов. Это время население всегда ждет с нетерпением: кто-то, чтобы заработать, а кто-то – полакомиться дарами леса.

Свежие ягоды – настоящий подарок природы, кладезь необходимых витаминов, органических кислот и микроэлементов.

Представители грибного царства, которые можно употреблять в пищу, имеют богатый химический состав и отличаются насыщенным вкусом в зависимости от типа кулинарной обработки, а также зрелости (молодые значительно питательнее старых), а также сбалансированы по всем биологически ценным пищевым компонентам (белки, жиры, углеводы, витамины, микроэлементы).

Однако, как и любой продукт, дикорастущая продукция может наносить вред здоровью. Очень важно, где она собрана. Если вблизи автомобильных трасс, промышленных предприятий, на загрязненной радионуклидами территории и т. д., то пользы будет мало. Такие дары леса могут содержать большое количество тяжёлых металлов, ядохимикатов, радионуклидов и др.

Лабораторией государственного учреждения «Речицкий зональный центр гигиены и эпидемиологии» периодически регистрируются случаи превышения допустимых норм содержания цезия-137 в дикорастущих ягодах и грибах, которые население собирает не только на территориях Речицкого района, но и за его пределами.

Необходимо помнить, что ягоды и грибы способны накапливать радионуклиды. Наиболее опасным для человека является цезий-137. Он хорошо накапливается растениями, попадает в пищевые продукты, быстро всасывается в кишечнике и способен накапливаться в мышцах, почках, сердце, легких и печени, создавая серьезную угрозу внутреннего облучения.

По внешнему виду и на вкус «загрязненные радиацией» продукты ничем не отличаются от «чистых».

Настоятельно рекомендуем не приобретать грибы и дикорастущие ягоды в неустановленных местах торговли и трассах без документов о проведенном радиационном контроле, ведь так любимые нами дары леса могут быть собраны за десятки и сотни километров от мест их реализации на неблагополучных в радиационном отношении территориях.

Дикорастущую продукцию следует покупать только в местах санкционированной торговли, где она подвергается обязательному радиационному контролю.

Таким образом, еще раз напоминаем жителям района о личной настороженности в отношении даров леса и о том, что наиболее оптимальный способ обезопасить себя и своих близких – это провести проверку собранных дикорастущих ягод и грибов на содержание радионуклидов! Это можно сделать в лаборатории государственного учреждения «Речицкий зональный центр гигиены и эпидемиологии» на бесплатной основе по адресу: **г. Речица, ул. Жиляка, 11, тел. 9-92-89**.