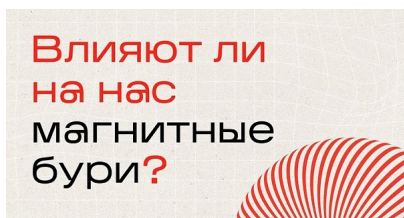


Уже не первый год в топ-5 тем, которые регулярно обсуждают в СМИ, входит прогноз магнитных бурь на предстоящий месяц. Понятно, что ни один ресурс, с которого средства массовой информации берут необходимые сведения, не может соответствовать истине на все 100 процентов. Невозможно на месяц вперед предсказать все вспышки на Солнце и рассчитать, как быстро вызванные ими колебания магнитного поля достигнут Земли, какие возмущения вызовут в магнитосфере нашей планеты, и как это отразится на самочувствии людей. Мы попросили высказаться о влиянии магнитных бурь на здоровье человека профильных специалистов.



Жанна Максимова, врач Центра общественного здоровья и медицинской профилактики, кардиолог, кандидат медицинских наук, доцент кафедры терапии Уральского государственного медицинского университета:

- Давно изучено, что в момент воздействия магнитных волн на организм человека изменяются некоторые свойства крови и сосудов, сказываются они и на работе вегетативной нервной системы. Но никто однозначно не доказал, что это - плохо. Более того, даже связать частоту случаев инфарктов или инсультов с магнитными бурями вряд ли можно. Научно этот факт не подтвержден. Для большинства здоровых людей колебания геомагнитного поля Земли проходят практически незаметно. Но есть метеозависимые люди, которые ощущают на себе перепады погоды, а также возмущения магнитосферы нашей планеты. Чаще это пожилые люди с хроническими заболеваниями, особенно с артериальной гипертензией, у которых в такие моменты могут повышаться давление и возникать некоторые другие симптомы. Но такие пациенты, как правило, знают свой диагноз, у них есть предписанные лечащим врачом препараты, им известно, как вести себя в подобной ситуации. Ведь давление у них может подскочить и в дни без

Не так страшны магнитные бури, как их малюют

Автор: Исполнитель
09.04.2025 08:44 -

магнитных бурь, к примеру, в моменты перепадов атмосферного давления. Воздействие магнитных бурь теми людьми, которые придают им большое значение, ощущается, скорее, на психологическом уровне. Поэтому не нужно лишний раз хвататься за таблетки, если вы понимаете, что ваше состояние дискомфорта не является обострением хронической болезни!

**Анна Ткач, клинический психолог, заведующая
консультационно-оздоровительного отдела Центра общественного здоровья и
медицинской профилактики:**

- Да, «договоренность» между головой и телом, нашим внутренним состоянием и самочувствием очень важна. Почему многие люди, особенно пожилые, так много значения придают магнитным бурям? Да просто потому, что для них такие сведения – сродни кроссвордам в газете: напечатан прогноз бурь - значит, все стабильно, мы знаем, что нас ожидает, мы можем это контролировать. Поверьте, у таких людей тревожность снижается, когда они раскрывают любимую газету и традиционно видят в ней «расписание бурь». А тревожность в обществе сейчас в связи с известными событиями весьма высока. И если человек может что-то контролировать вокруг себя, ему становится легче.

Бывает и так: в коллективе кто-то из сотрудников жалуется на головную боль. «Неудивительно, сегодня же магнитная буря! Такие сильные вспышки на Солнце!» - утешают окружающие и уточняют, что на головную боль нынче жалуется не он один. «А, бури! Значит, это у всех!» - сразу успокаивается страдалец. Причина его недомогания найдена! Раз у всех, значит, в его состоянии нет ничего особенного. Не зря же и русская пословица утверждает, что «со всеми вместе легче и горе горевать». И вот ему уже начинает казаться, что головная боль проходит сама собой. Мы все - разные, у каждого из нас - своя стратегия поведения. Нравится отслеживать даты и баллы интенсивности магнитных бурь, считая себя зависимым, - пожалуйста, лежите весь этот день на диване. А можно этот день проживать, как обычно, не закливаясь на графике из газеты, больше гулять на свежем воздухе, испытывая положительные эмоции, делать дыхательную гимнастику. Ведь наше тело зачастую идет на поводу у нашего же разума. Но это уже - о другом: о взглядах на жизнь, о поиске причин для радости и счастья, а не о колебаниях магнитосферы Земли.

**Галина Шепоренко, главный синоптик Уральского управления по
гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды:**

Не так страшны магнитные бури, как их малюют

Автор: Исполнитель
09.04.2025 08:44 -

- Магнитные бури, если говорить о физической стороне процесса, - это вспышки на Солнце и связанные с ними колебания магнитного поля Земли. Но следует понимать, что магнитное поле глобально, оно одновременно воздействует на всю планету, а не на какую-то отдельную территорию. Наука еще не дошла до того, чтобы говорить о каких-то региональных проявлениях магнитных бурь. Поэтому когда пишут «прогноз магнитных бурь для Урала» или что-то подобное, особо на достоверность информации рассчитывать не приходится. Лично я в это не верю. Если магнитное поле возмущено, тот это одновременно происходит в той или иной степени на всем земном шаре. Сильнее - на полюсах, отсюда - и появление северного сияния. А не так давно это явление наблюдали и в районе Екатеринбурга, некоторых других мест страны, удаленных от Северного полюса. То есть явление распространенное. Магнитное поле всегда сопровождало нашей планете, на протяжении миллионов лет, люди к нему приспособились. Да, некоторые пожилые склонны преувеличивать воздействие магнитного поля на себя лично. Молодежь повышенного внимания к нему не проявляет. Медики, выясняя причины проблем со здоровьем у пациентов, на статистику магнитных бурь не ориентируются: трудно вычленить именно бурю как первопричину возникновения болезни. Есть множество других факторов. Мне кажется, что не нужно поощрять увлечение прогнозами магнитных бурь.

Не нужно забывать о том, что вообще-то магнитное поле Земли - это наша защитная оболочка от солнечной радиации, от вредного космического излучения. И механизм его действия пока недостаточно изучен. Сейчас, к примеру, наблюдается миграция Северного полюса от Канады в сторону России. Почему? Однозначного ответа нет, некоторые ученые связывают это с процессами в ядре Земли. Сказывается это и на состоянии магнитного поля планеты. Но в любом случае оно - не враг человеку, а его защита.

Отдельно хочу сказать о долгосрочности прогнозов. И метеопрогнозы обладают определенным уровнем достоверности, чем на более длительный период времени они составлены, тем ниже их достоверность. То же самое можно сказать о графике магнитных бурь на месяц вперед: даже ученые-геофизики, которые прицельно изучают природу геомагнитных колебаний, могут с более-менее высоким процентом достоверности прогнозировать на 3-4 дня вперед. А уж на целый месяц никто с абсолютной точностью ничего не скажет. Так что советую свердловчанам особо таким прогнозам не доверять, а жить обычной жизнью.