

# ГРИБНИКАМ НА ЗАМІТКУ

Рекомендації  
з безпечної поведінки  
на радіоактивно забрудненій  
території

Іванків – 2015

Збір грибів необхідно проводити тільки в дозволених місцях, у зонах зі щільністю забруднення ґрунтів радіоактивним цезієм ( $^{137}\text{Cs}$ ) до  $2 \text{ Кі/км}^2$ , з обов'язковим радіометричним контролем.

Гриби - лідери по накопиченню  $^{137}\text{Cs}$ . Разом з тим вони не відрізняються такою здатністю по відношенню до радіоактивного стронцію ( $^{90}\text{Sr}$ ) та ізотопам плутонію ( $^{238-240}\text{Pu}$ ). Коефіцієнти переходу ( $K_n = \text{відношення питомої активності грибів до щільності забруднення ґрунтів}$ ) ізотопів  $^{238-240}\text{Pu}$  у плодові тела приблизно у 100 разів, а  $^{90}\text{Sr}$  - у 1000 разів менше, ніж для  $^{137}\text{Cs}$ .

У середньому у грибах концентрація  $^{137}\text{Cs}$  в 20 разів вище, ніж в максимально забрудненому шарі лісового ґрунту, на якому вони виростили, і в 20-30 разів вище, ніж в найчистішій деревині дерев, що ростуть неподалік.

По здатності накопичувати  $^{137}\text{Cs}$  гриби умовно можна розділити на 4 групи:

➤ **Акумулятори** ( $K_n < 50$ ): горькушка, ковпак кільчастий (курочка), гриб польський, маслюк, моховик жовто-бурий, рижик, свинушка. Збір цих грибів не рекомендується.

➤ **Сильнонакопичуючі** ( $K_n = 20-50$ ): грузді, волнушка розова, зеленка, сирійжки.

➤ **Середньонакопичуючі** ( $K_n = 5-20$ ): лисичка звичайна, рядовка фіолетова, білий гриб, підберезник, підосичники, красноголовець.

➤ **Слабконакопичуючі** ( $K_n > 5$ ): опеньок осінній, гриб-парасолька строкатий, дощовик перловий, строчок звичайний, печериця.

Вміст радіонуклідів у різних частинах грибів неоднаковий. У капелюшках грибів радіонуклідів накопичується більше, ніж у ніжках.

Щоб зменшити вміст радіонуклідів у свіжих грибах, перед вживанням їх потрібно очистити від ґрунту, ретельно промити і відварити протягом 30-60 хвилин в солоній воді з додаванням оцту або лимонної кислоти, зливаючи відвар через кожні 15 хвилин (мінати

## Координаційний аналітичний центр «Екологія і здоров'я»

Грибникам на замітку: рекомендації з безпечної поведінки на радіоактивно забрудненій території / Укладач: канд. мед. наук, доцент Н.Ф. Дубова; під редакцією д-ра мед. наук, проф. Ю.І. Бандажевського. – Іванків: Координаційний аналітичний центр «Екологія і здоров'я», 2015. – 4 с.

Рекомендації видаються у рамках проекту Європейської Комісії в Україні «Оздоровчі та екологічні програми, пов'язані з Чорнобильською зоною відчуження. Підготовка, навчання та координація проектів з охорони здоров'я» (керівник проекту Головний лікар Іванківської центральної районної лікарні О.М. Кадун). Вона містить матеріали з питань безпечної поведінки людей, які проживають на території, що постраждала від наслідків аварії на Чорнобильській атомній електростанції у віддалений період.

Видавець ПУ «Координаційний аналітичний центр «Екологія і здоров'я», вул. Поліська, 65, смт. Іванків, Київська область, Україна, 07200.

Тел.: +38 (093) 560 30 18.

E-mail: center.by.ukr@gmail.com.

воду від 2 до 4 разів).

Сушка грибів призводить до збільшення питомої активності радіонуклідів. Тому сушити можна тільки нормативно «чисті» гриби (вміст  $^{137}\text{Cs}$  у свіжих грибах не повинно перевищувати допустимий рівень 500 Бк/кг, а  $^{90}\text{Sr}$  - 50 Бк/кг; в сушених - допустимий рівень  $^{137}\text{Cs}$  становить 2500 Бк/кг,  $^{90}\text{Sr}$  - 250 Бк/кг). Рекомендується зменшити вживання висушених грибів.

Тим любителям грибів, хто користується єдиною кулінарною обробкою - підсмажуванням без попереднього проварювання, однозначно рекомендуємо змінити свої звички. І пам'ятайте, що вживати гриби дітям молодше 12 років категорично забороняється.

Майже завжди у грибах визначаються радіонукліди. Тому вони відносяться до продуктів, які завжди треба перевіряти. **Не купуйте гриби уздовж автострад, «з рук» в місцях несанкціонованого продажу і на ринках без попередньої перевірки !!!**

Радіометричний контроль грибів та інших продуктів харчування можна провести в лабораторіях ветеринарно-санітарної експертизи, санітарно-епідеміологічної станції, міських ринках.

Безкоштовне визначення вмісту радіонуклідів у грибах і харчових продуктах здійснюється у радіологічній лабораторії поліклініки Іванківської центральної районної лікарні.

Прийом проб на дослідження проводиться щоденно (крім вихідних) з 9<sup>00</sup> до 15<sup>00</sup>.

Обсяг проби для дослідження повинен становити не менше 500 см<sup>3</sup> (у сипучому, рідкому або кашкоподібного вигляді).

За попередньою консультацією, додатковою інформацією та результатами дослідження проб звертатися в кабінет № 16 в поліклініці за адресою: смт. Іванків, вул. Поліська, 65.

**ПАМ'ЯТАЙТЕ:  
Турбота про Ваше здоров'я  
у Ваших руках !!!**