

Збір та заготівля лісових ягід та грибів.

Що потрібно знати



На Житомирщині, яка здавна щедра на лісові ягоди і гриби, у розпалі сезон збору чорниці – однієї з найулюбленіших лісових ягід. Плоди чорниці містять вуглеводи, глюкозу, фруктозу, сахарозу, пектин, багато марганцю, міді, бору, титану, хрому. Вони покращують зір, регулюють функціонування травної системи, застосовуються у лікуванні та профілактиці серцево-судинних захворювань.

Вживання грибів, як альтернативного джерела білку, пояснюється в



першу чергу бажанням людини урізноманітнити свій харчовий раціон.

Та варто пам'ятати, що значна частина Житомирщини, і особливо такі північні райони області як Народицький, Овруцький, Коростенський, Олевський, Лугинський, зазнали радіаційного впливу внаслідок Чорнобилької катастрофи. І хоча трагедія

сталася понад 30 років тому, не слід втрачати пильності та настороженості щодо можливості забруднення дарів лісу радіоактивними речовинами.

Називати конкретні цифри вмісту радіонуклідів у чорниці чи грибах в тому чи іншому населеному пункті некоректно. Річ у тому, що внаслідок забруднення ґрунтів, зібрані навіть на одній і тій самій галявині лісові дари, можуть мати абсолютно різні показники радіаційного забруднення. Тому безпечніше відмовитися від їх вживання, якщо невідомо її місце збирання.

З метою запобігання придбання радіоактивно забруднених дикорослих ягід та грибів наполегливо рекомендуємо:

- купувати їх лише на організованих ринках, де здійснюється радіологічний контроль продукції;
- вимагати від продавців довідку про вміст радіонуклідів у продукції;
- усім охочим збирати ягоди чорниці, лісові гриби для власного споживання, рекомендуємо перевіряти їх на вміст радіоактивних речовин у лабораторіях ветсанекспертизи на ринках, ДУ Житомирський обласний лабораторний центр Держсанепідслужби України» та інших лабораторіях;
- на територіях, що зазнали радіоактивного впливу, збирати ягоди та гриби не рекомендуємо.

Зауважуємо, що оцінити рівень радіоактивного забруднення харчових продуктів, в т.ч. дикорослих ягід та грибів, можливо лише за вмістом таких радіоактивних речовин як цезій-137 та стронцій-90, а не рівнями потужності дози радіоактивного випромінювання.

Дбайте про своє здоров'я!

Будьте завжди впевнені у якості продукції, що споживаєте.