

Оглавление

Предисловие	5
Об авторе.....	13
Введение	16
Раздел 1. Разрушение здоровья под воздействием вредных товаров и возможности защиты организма человека.....	20
Здоровье человека и проблема отдаленных последствий воздействия вредных товаров	20
Рост заболеваемости и смертности в России.....	35
Потребление вредных товаров как главная причина долгосрочного снижения продолжительности жизни в России	45
Об оценке вредности потребительских товаров.....	63
Аллергия — прогрессирующая болезнь западного образа жизни.....	75
Основные представления о радиоактивности и ионизирующих излучениях	83
Канцерогены и профилактика раковых заболеваний	94
Комплексный подход к оздоровлению организма.....	104
Раздел 2. Опасности для здоровья от потребления продуктов питания	127
Подраздел 1. Влияние вредных компонентов пищи на здоровье человека и нездоровое пищевое поведение.....	127
Законы рационального питания и вредные компоненты пищи	127
Пищевые заболевания и низкое качество продовольствия, реализуемого российским потребителям	135
Нитраты, нитриты и нитрозосоединения	142
Пестициды.....	149
О безопасности мест производства сельскохозяйственной продукции	167
Пищевые добавки.....	169
Акриламид — канцероген, который мы съедаем каждый день.....	177
Вред нездорового пищевого поведения.....	180
Подраздел 2. Характеристики безопасности некоторых продуктов питания	183
Вода.....	183

Молоко.....	189
Кисломолочные продукты	201
Маргарин.....	206
Хлеб.....	208
Мясо.....	212
Рыба	224
Грибы	229
Алкоголь.....	232
Жевательная резинка	237
Генетически модифицированные пищевые продукты	242
Биологически активные добавки (БАД)	258
Рекомендации по выбору безопасных для здоровья и полезных продуктов питания	261
Раздел 3. Экологическая безопасность воздушной среды жилых и офисных помещений.....	279
Влияние качества воздуха жилой среды на здоровье человека	279
Вредное воздействие строительных материалов, конструкций и изделий на здоровье человека	294
Основные направления улучшения микроклимата помещений.....	312
Раздел 4. Электромагнитная безопасность человека	325
Влияние электромагнитных полей на здоровье человека	325
Защита от ЭМП в жилых помещениях	334
Персональный компьютер	340
Радио- и сотовые телефоны.....	344
Объекты недвижимости, расположенные вблизи линий электропередач	348
Раздел 5. Вредное воздействие других групп товаров на здоровье потребителей	352
Табачные изделия	352
Лекарства	364
Игрушки	371
Товары бытовой химии.....	374
Косметические товары.....	376
Одежда.....	387
Цветы и комнатные растения.....	390
Заключение. Защитные меры, обеспечиваемые государством, и самозащита потребителей.....	395
Список использованной литературы	407

Предисловие

Данное издание подготовлено спустя 17 лет после написания 1-го издания по этой новой для науки и практики теме, сформулированной автором как нового направления научных исследований с ориентацией на защиту здоровья всего населения. Цель подготовки 1-го издания — поделиться с широкой аудиторией результатами проведенного автором, во многом обобщающего исследования, выявившего разрозненные социально значимые публикации в научной литературе и в СМИ, вовлечь в научный и практический оборот новый для времени 1-го издания термин «товары, вредные для здоровья», который своей лаконичностью и точностью призван был привлечь внимание к решению этого комплекса проблем по новому научному направлению как можно большего количества участников. В 1-м издании (на страх и риск автора) была сформулирована новая для мировой науки, глобальная по потенциалу охвата странами мира тема исследований (в условиях бытующего среди населения и практиков некорректного, как получается, понимания того, что легально, со всеми необходимыми разрешительными от государства документами продающиеся на потребительском рынке товары не могут быть вредными), разработана логика исследования, актуальная для применения в работе государственных органов власти, обобщены сведения, фрагментарно, разрозненно и противоречиво представленные в разных изданиях. В результате автором в сотрудничестве с издательством «Логос» был реализован достаточно трудоемкий, значимый, социально ориентированный проект, направленный

на популяризацию новых научных знаний прикладного и фундаментального характера в широкой читательской аудитории.

1-е издание неоднократно представлялось на книжных выставках в различных российских городах (по самостоятельной инициативе организаторов данных мероприятий), в том числе в сентябре-октябре 2008 г. «Питание и здоровье: экология человека» в библиотеке СпбТЭИ; на выставке 17 марта 2009 г. на книжной выставке «Ориентир на потребителя», проведенной совместно с Орловским областным обществом потребителей в Орловской областной публичной библиотеке им. Бунина; 16 апреля 2010 г. на книжно-иллюстративной выставке «О науке с увлечением» (в День науки) и 11 ноября 2011 г. на уроке качества для учащихся общеобразовательной школы «Что мы едим? Определяем качество продуктов» в Белгородской государственной универсальной научной библиотеке; 27 июля 2010 г. на выставке «Всегда ли клиент прав» и 3 мая 2012 г. на выставке «Здоровый образ жизни: международный опыт и стратегия Беларуси» в Республиканской научно-технической библиотеке Беларуси; на виртуальной выставке книг «Экология быта» в Липецкой областной универсальной научной государственной библиотеке; 20 марта 2014 г. на уроке здоровья для студентов Чебоксарского электромеханического колледжа по теме «Тайны пищевых добавок», проведенном в чувашской республиканской детско-юношеской библиотеке; 11 декабря 2014 г. на выставке «Знаете ли Вы, что..?» в Центральной библиотечной системе г. Сургута, 31 мая 2021 г. на выставке «Забей на сигарету» в Национальной библиотеке Республики Дагестан им. Р. Гамзатова и многих других выставках интересных книг для их популяризацию через российские и зарубежные библиотеки.

Книга, первоначально ориентированная в основном на потребителя для ее использования в повседневной практике, как новое направление в образовательной

деятельности была включена неравнодушными к этим проблемам преподавателями в учебные программы средних и высших учебных заведений. Применение книги в российских школах было рекомендовано, в частности, в диссертационном исследовании Е. Н. Филимоновой «Формирование навыков здорового питания средствами учебно-методического комплекса в образовательной области “Технология”»: диссертация... кандидата педагогических наук» (М., 2008) и было включено в список использованной литературы учебной программы по технологии для 6 класса (автор Краснослободцева Валентина Михайловна, Тольятти, МБОУ средняя общеобразовательная школа № 11. Утверждена в августе 2014 г.); технологии для 5 и 7 класса (автор – Филиппова Н. С. Ленинградская область: МБОУ, Глебычевская средняя образовательная школа., 2014), технологии для 5–8 классов (в учебнике, изданном в издательстве «Дрофа», под авторством О. А. Кожиной), использовано при разработке элективного курса «Культура нашего питания» (Игнатова С. В., МБОУ «Ново-Ямская средняя общеобразовательная школа» Старицкого района Тверской области, 2013.) и при выполнении Отчета по НИР по государственному контракту № 01201370472 «Организация мероприятий для обучающихся и взрослого населения по формированию культуры здорового питания» (ГБОУ ВПО Московской области «Академия социального управления», 2013 г.), дополнительной общеразвивающей программы для учащихся 14–22 лет «Планета – наш дом» (Семенова В. И., ГБНОУ Дворец учащейся молодежи Санкт-Петербурга, 2018 г.) и др.

Это свидетельствует о том, что 1-е издание выдержало проверку временем, не только сохранило свою актуальность на долгие годы, но и повлияло на внедрение обучения этим важным для здоровья, проработанным в 1-м издании книги вопросам, готовым для передачи в виде учебных материалов в школьной среде.

В высших учебных заведениях выпуск 1-го издания книги благодаря не только формулировке важных в России и в мире проблем, но их научной проработке способствовал внедрению в образовательный процесс значимых в содержательном плане новых учебных дисциплин или тем для занятий, которые, с высокой долей вероятности, не будут сниматься как не прошедшие проверку временем, а наоборот будут развиваться в долгосрочной перспективе:

1. Рабочая программа дисциплины «Потребитель и его права». — Великий Новгород: Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого, 2005.

2. Митрофанова В. И. УМК по дисциплине «Физико-химические свойства и методы контроля качества». Благовещенск: Амурский гос. университет, 2007.

3. Кейн О. П. Товары, вредные для здоровья: методические указания для проведения практических работ по курсу «Экология» на всех специальностях. Ухта: УГТУ, 2008. — 28 с.

4. Товароведение и экспертиза товаров: проблемы качества и потребительские свойства товаров. — Иркутск: Изд-во Иркутского государственного университета, 2009. Вып. 5. 114 с.

5. Дебердиева Н. И. Санитария и гигиена. — Тюмень: Тюменский государственный нефтегазовый университет, 2011.

6. Мамагулашвили С. Б. УМК дисциплины «Экспертиза экологической безопасности продовольственных и непродовольственных товаров» для студентов 5-го курса. — Тверь: Тверской государственный университет, 2012.

7. Проф. Калабин Г. А. Методы контроля состояния окружающей среды. М.: Российский университет дружбы народов, 2012.

8. Губаненко Г. А. Безопасность продовольственного сырья и продуктов питания Методические указания к выполнению контрольной работы для студентов направления подготовки 260800.62 «Технология продукции и организация общественного питания» заочной формы

обучения в сокращенные сроки. Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2013.

9. Рабочая программа дисциплины «Биоэкология потребительских товаров» для студентов 3-го курса. Тверь: Тверской государственный университет, 2014.

10. Карабаева М. Э. Дисциплина «Товароведение и экспертиза однородных групп товаров (рыбных товаров)». Саратов: Саратовский государственный аграрный университет имени Н. И. Вавилова, 2013.

11. Шульгина Н. Г. Рабочая программа по дисциплине «Безопасность товаров». – Благовещенск: Амурский государственный университет, 2014.

12. Иляхин С. В., Ковалева Н. И. Организация обеспечения безопасности гостиницы. Методические указания и контрольные задания для студентов заочной формы обучения. М.: ГАОУ ВПО МГИИТ имени Ю. А. Сенкевича, 2014.

13. Чернышева Н. В., Хмара И. В. Экология человека. Кубанский государственный аграрный университет, факультет экологии, 2014 г.

14. Полянская В. В. Безопасность товаров. Сибирский федеральный университет, Красноярск, 2016 г.

15. Шпак С. И. Безопасность товаров. Учебная программа для специальности «Товароведение и торговое предпринимательство». Белорусский государственный экономический университет, 2016 г.

16. Соколов А. Ю., Борковой В. И. Управление пищевой безопасностью Москва, 2021. Сер. Бакалавриат и многие другие учебные программы.

1-е издание книги способствовало также развитию в российской науке данного научного направления – в сфере совершенствования таможенных проверок товаров (Кожевникова В. В. Совершенствование системы обеспечения безопасности ввозимых на таможенную территорию Российской Федерации товаров (таможенный аспект). Диссертация на соискание ученой степени кандидата

экономических наук / Российская таможенная академия. Москва, 2009; Кучинская Л. В. Таможенные инструменты и методы защиты потребительского рынка от опасных товаров (на примере игрушек и игр). Диссертация на соискание ученой степени кандидата экономических наук / Российская таможенная академия. Москва, 2011), организации здорового питания для студентов (Комкова В. С. Обеспечение безопасного питания студентов // Научный альманах. 2015. № 11–2 (13). С. 193–195 и также работы других авторов), выявлению вреда и пользы по разным потребительским товарам (работы разных авторов).

С 11 сентября 2006 года по 16 июля 2018 года на 1-м канале российского телевидения, то есть также после выхода 1-го издания книги, проходила телепередача «контрольная закупка» — как познавательно-развлекательное шоу, популяризирующее результаты экспертизы разных товаров. Эти производства и реализации некачественных товаров в России с недавнего времени поднимает передача 1-го канала под названием «Теория заговора». В 2015 г. распоряжением Правительства РФ от 30.04.15 № 780-Р было учреждено АНО «Роскачество», которое за 6 лет своей работы провело экспертизу качества (во многом неудовлетворительного с точки зрения соответствия государственным требованиям) по более 8 тысячам потребительских товаров. С 2012 г. осуществляет свою деятельность некоммерческое партнерство «Росконтроль», также занимающееся выявлением низкокачественных товаров. С 2013 г. (спустя 8 лет после выхода 1-го издания данной книги) ведущие российские информационные агентства и газеты публикуют топы вредных для здоровья товаров, легально продающихся на рынке. То есть усилиями разных сторон, по сути, продвигается работа, связанная, по сути, с противодействием применению хищнических и нелегальных, мошеннических схем организации бизнеса.

Спустя 15 лет более четко стали видны контуры развития данного направления исследований — его продвижение

в России, в основном, независимыми исследователями и СМИ (больше как фактор реализации инстинкта самосохранения под давлением большого количества негативной информации в этой сфере, которая на протяжении многих лет идет из разных источников, и современному гражданскому обществу надо как-то осмысленно на нее реагировать и принимать рациональные потребительские решения).

Кроме прикладной направленности 1-го издания данной книги, приятно констатировать важные результаты развития данной тематики, которая из реализации инстинкта самосохранения потребителей, развития ее отдельными авторами перешла в разряд глобальной проблемы современности, хотя пока на начальном уровне освещения большого круга вопросов. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) впервые в 2015 г. издала Доклад о 31-м возбудителе пищевого происхождения, но к 2021 г. не внесла коррективы в систему причин смертности и хронической заболеваемости. Это можно объяснить недостатком данных от систем здравоохранения разных стран для статистического представления этой значимой проблемы. В связи с этим вредное воздействие опасных для здоровья товаров выпадает пока из глобального представления причин смертности и заболеваемости населения мира, находясь в сложной стадии сбора количественных данных, Генеральная Ассамблея ООН в 2018 г., то есть спустя 13 лет после выхода 1-го издания данной книги, постановила объявить 7 июня Всемирным днем безопасности пищевых продуктов. Но остаются еще вне системного представления мировой общественности все другие вредные для здоровья товары, кроме продуктов питания, и проблемы нездорового пищевого поведения большинства людей в странах мира, включая Россию.

В любом случае исследование, проведенное автором, затрагивая коммерческие интересы многочисленных производителей вредных для здоровья товаров, отстаивающих их во властных структурах, явилось, как получается,

катализатором для развития данной темы не только в России, но и в глобальном масштабе.

С учетом той огромной работы, которая была проведена за 17 лет (с момента выхода 1-го издания данной книги) учеными, преподавателями, политиками, специалистами, журналистами и иными неравнодушными потребителями из разных стран мира, хотелось бы выразить им самые искренние слова благодарности за развитие данного некоммерческого, но очень нужного для здоровья людей, социально значимого и теперь востребованного направления масштабной по своим объемам деятельности.

Об авторе

Румянцева Елена Евгеньевна — доктор экономических наук (с 1997 г.), профессор (с 2007 г.), член Союза журналистов России, автор более 450 научных статей и более 70 книг (монографий, учебников, учебных пособий для всех уровней образования и научно-популярных изданий), эксперт федерального и регионального уровня.

В течение более чем 10 лет занималась исследованием проблемы разработки приоритетов аграрной политики в России и за рубежом. Ее докторская диссертация посвящена именно данной теме. В 1997 г. Е. Е. Румянцева являлась самым молодым в России доктором экономических наук среди женщин. Стажировалась во Франции (дважды), в США (дважды), в Италии и Швейцарии. Разработала программу формирования эффективной аграрной политики, ориентированной на поддержание здоровья населения, не только для России, но и для интеграционных формирований, в которых Россия участвует. Впервые в науке рассмотрела вопросы на стыке экономики и медицины, применив популярный в настоящее время междисциплинарный подход.

В качестве проректора по научной работе и международному сотрудничеству Госакадемии строительства и жилищно-коммунального комплекса России в сотрудничестве с НИИ Экологии и человека и гигиены окружающей среды им. А. Н. Сысина РАН занималась проблемами эффективного государственного регулирования строительного и комплекса и ЖКХ России, в частности совместно с экспертами Всемирной организации здравоохранения, доктором медицинских наук Ю. Д. Губернским и специалистом проектов «Умный дом» Т. Ю. Кулаковой подготовила учебное

пособие «Экологическая безопасность строительных материалов, конструкций и изделий с позиции потребителя».

Наиболее значимой и трудоемкой книгой для автора стала «Новая экономическая энциклопедия» (выходила в 4-х изданиях в 2005–2011 гг.).

В качестве руководителя группы и исполнителя участвовала (после прохождения обучения в в Москве и в США в Институте экономического развития Всемирного банка) в разработке более 40 инвестиционных проектов в различных отраслях экономики, в т. ч. в жилищном строительстве (проект строительства Олимпийской деревни в г. Москве для проведения юношеских Олимпийских игр в 1998 г., программа строительства 500 тыс. м² жилья и офисов экстра-класса в г. Москве), транспортном секторе (проект реконструкции Московской кольцевой автомобильной дороги), нефтегазовом комплексе (проект стратегического развития НК «Славнефть»), сельском хозяйстве (проект повышения эффективности производства и переработки хлопка и кооперации предприятий Кыргызстана, России, Беларуси и Украины; проект создания агропромышленного холдинга на базе ЗАО «Племзавод «Слободской»), лесопереработке (программа строительства лесоперерабатывающих заводов в Восточной Сибири), региональном развитии (проект комплексного развития Соловецких островов) и других, ряд которых уже реализован. Является автором прединвестиционных исследований уникальных мегапроектов стоимостью от 5 до 20 млрд долл. США, определяющих экономическую безопасность России (федеральная целевая программа «Золотое кольцо России»), проект строительства экспортного газопровода Ковыктинское месторождение (Иркутская область) – морской порт КНР, проект создания европейского-азиатского транспортного коридора Лондон-Париж-Берлин-Минск-Москва-Екатеринбург, обоснование целесообразности разработки и принятия «Концепции обеспечения транспортной безопасности в Российской Федерации в 2004–2010 гг.» (с некоторыми положениями Концепции).

Участвовала также в разработке проектов 3-х федеральных законов. В 1999 г. баллотировалась в Государственную Думу РФ в качестве независимого депутата в составе 15 кандидатов ВАО г. Москвы. В качестве практикующего специалиста по противодействию коррупции провела более 150 административных разбирательств, участвуя в различных проектах, связанных с согласованием интересов органов власти и населения. Имеет опыт участия (с выигрышным результатом) в более чем 100 судебных разбирательствах по разным направлениям гражданских и уголовных дел. Объехала 40 стран мира (некоторые – по несколько раз), получив возможность вживую, а не только с помощью тревел-шоу или публикаций сравнить защищенность потребительских рынков в разных странах мира, применив эти уникальные знания в данной книге.

Введение

Многие вещи нам непонятны не потому, что наши понятия слабы, но потому, что сии вещи не входят в круг наших понятий.

*Козьма Прутков,
«Плоды раздумья».*

Наше здоровье — не только результат наследственности, образа жизни, но и выбора продукции, которую мы покупаем и потребляем, и условий, в которых мы живем. Время потрясений и революций давно прошло, но продолжительность жизни в стране продолжает сокращаться. Значит, причина сокращения продолжительности жизни кроется не только и не столько в стрессах, как многие из нас полагают, а в других факторах, главным из которых, на наш взгляд, является наводнение России недоброкачественной и вредной для здоровья продукцией. Этой проблеме посвящено множество телепередач, журнальных и газетных статей, монографий, но, тем не менее, доля вредных для здоровья товаров в общем потреблении продукции продолжает расти, причем именно в период, начиная с 1992 года и до настоящего время.

Приходится признать, что государство в лице своих контролирующих органов сегодня недостаточно защищает наше здоровье от потребления вредной продукции. Как указывается в комментариях к Федеральному закону от 13.03.2006 № 38-ФЗ «О рекламе», к целям государственной регистрации продукции относятся «выявление свойств продукции, представляющих опасность для жизни и

здоровья человека, а также возможности причинения вреда здоровью человека при изготовлении, обороте и употреблении (использовании) продукции; оценка эффективности мер по предотвращению вредного воздействия продукции на здоровье человека при ее изготовлении, обороте и употреблении (использовании), а также при утилизации или уничтожении некачественной и опасной продукции»¹. В связи с этим возникает закономерный вопрос: если государство должно защищать российский потребительский рынок от производства и продажи вредных для здоровья товаров, то почему же их сегодня так много на нашем потребительском рынке, и потребители, во многом, сами себя уже должны защищать?

Ответ на этот вопрос связан и с недостатком научных исследований, которые проводятся по этой теме, и в концепциях, которых придерживается российское здравоохранение для ограничения производства и ввоза из-за границы вредных для здоровья товаров, и в высокой степени развития мошенничества в этой сфере, которое недостаточно пресечено. В коммерческом плане понятно, что производить или торговать более дешевой, но и более вредной для здоровья потребителей продукцией выгоднее.

В то же время, наверное, ни в одной развитой стране мира нет абсолютных гарантий того, что вы купите безопасный для своего здоровья товар. Действительно, ведь помимо неэффективной работы контролирующих органов (взяточничества, попустительства, некомпетентности), имеют место и чисто объективные факторы проникновения на рынок вредных для здоровья товаров. Наука, как правило, может дать какие-то более точные оценки о вредности того или иного нового товара только на основе

¹ Бадалов Д. С., Василенкова И. И., Карташов Н. Н., Котов С. Ф., Никитина Т. Е. Постатейный комментарий к Федеральному закону от 13.03.2006 № 38-ФЗ «О рекламе». Официальный сайт Федеральной антимонопольной службы. Электронный ресурс: https://fas.gov.ru/pages/postateiny_kommentary

накопления фактов его использования и влияния на организм человека. Так что мы как потребители являемся своего рода «подопытными кроликами» для исследователей — ведь именно на основе показателей ухудшения нашего здоровья делаются выводы о вреде того или иного товара.

Понимая именно такую процедуру принятия официальных запретов на тот или иной вредный для здоровья товар, инстинкт самосохранения должен заставить потребителей самостоятельно определять критерии вредности для нашего здоровья той или иной продукции на основе использования авторитетных источников информации.

Следует отметить, что, несмотря на обилие публикаций по данной проблеме, гораздо больше статей в отраслевых журналах и учебниках публикуется с целью описания преимуществ той или иной технологии производства вредных для здоровья товаров. Таковы законы бизнеса — нужно создать позитивный образ своего товара, подчеркнуть его преимущества и скрыть его недостатки. Такой товар, основываясь на абсолютно необоснованном доверии к информации, обязательно купят. В целях сохранения своего здоровья российскому потребителю нужно научиться «просеивать» рекламную и прочую подобную информацию, влияющую на наше здоровье и продолжительность жизни.

Не умаляя важной роли государства, которое должно в идеале быть гарантом безопасности продукции, поступающей в продажу, следует все же признать, что здоровье каждого человека во многом зависит от него самого, точнее — от того, насколько данный человек информирован о безопасности той или иной продукции и может правильно сориентироваться в мире вредных и безопасных для его здоровья товаров (в то же время при остром недостатке достоверной информации о безопасности товаров). Не случайно, в странах с развитой рыночной экономикой, таких как Франция, Германия, США и других, подобные исследования — далеко не сенсация, а норма жизни, необходимая составляющая более высокой продолжительности жизни, чем в России. Именно поэтому в этих странах так

много просветительской научно-популярной литературы, адресованной потребителям и в большинстве своем подготовленной при финансовой поддержке соответствующих государственных органов.

Следовательно, для нас — для российских потребителей — даже не будучи химиками, биологами, инженерами, врачами и другими специалистами — в условиях дефицита или нередко полного отсутствия необходимой просветительской литературы, подготовленной уполномоченными на то государственными службами, важно самостоятельно периодически систематизировать появляющуюся отрывочную информацию с тем, что использовать ее в своей ежедневной практике покупки тех или иных товаров для защиты своего здоровья и здоровья близких нам людей. И данная книга — это желание ученого-потребителя с рациональным экономическим мышлением помочь людям, не занимающимся научными изысканиями, уберечь себя от лишних потерь здоровья.

Будьте здоровы!

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru