

***Специалисты областного центра медицинской профилактики разбирались, как повлияет на здоровье волгоградцев возврат к московскому времени. И пришли к выводу, что исключительно положительно.***

- Существует 11 маркерных по десинхронозу (это отклонение административного времени в регионе от астрономического) классов болезней и отдельных заболеваний для последующей оценки последствий от смены исчисления времени, - объясняют медики. - Среди них болезни глаза, костно-мышечной системы, острые воспалительные заболевания верхних дыхательных путей, болезни печени, эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ и даже эпилепсия.

В соответствии с критериями риска дополнительной первичной заболеваемости населения оптимальные значения коэффициента абсолютного десинхроноза для детского населения находятся в диапазоне 56-92 мин, для взрослого населения – 71-129 мин.

Волгоградские медики считают, что «для Волгоградской области оптимальным является так называемое «летнее» время, потому что коэффициент десинхроноза составляет всего 62,13ф.

В настоящее время в Российской Федерации действует «зимнее» время, на которое страна перешла 26 октября 2014 года. Перевод стрелок на час назад, то есть возврат к так называемому «московскому» времени, для Волгоградской области будет соответствовать переходу на «летнее» время и таким образом будет соответствовать необходимому оптимуму.

Кроме того, географическое расположение Волгограда (44,50 к востоку от нулевого меридиана (по Гринвичу) также предполагает его нахождение в часовом поясе UTC+3 (от 37,50 до 52,50 восточной долготы).

- Полдень в Волгограде при нахождении в часовом поясе UTC+3 приходится практически на 12 часов дня, что совпадает с астрономическим временем, - приводят данные сотрудники центра медпрофилактики. - Астрономическое время напрямую связано с биоритмами человека и максимальное совпадение астрономического и административного времени благотворно сказывается на функционировании организма, прежде всего сердечно-сосудистой и нейро-эндокринной систем. Перевод стрелок часов на час вперед (UTC+4, т.е. тот часовой пояс, в котором сейчас живет Волгоградская область), ведет к десинхронизации между биоритмами человека и административным временем.

Конечно, по мнению медиков, организм человека адаптируется к подобному десинхронозу, однако для этого требуется время и напряженная работа всех органов и систем, что небезопасно для состояния здоровья большой группы населения – детей, пожилых, лиц с хронической соматической патологией. Как показывает опыт других регионов, изменивших свой истинный часовой пояс (например, Саратовская область), длительная десинхронизация биоритмов относительно административного времени ведет к росту заболеваемости сердечно-сосудистой и неврологической патологией, снижению успеваемости детей. Поэтому переход Волгоградской области в третий часовой пояс (UTC+3) целесообразен с точки зрения улучшения популяционного здоровья и снижения смертности населения региона от социально значимых заболеваний.

<https://riac34.ru/news/124450/>