**Любителям грибов на заметку:**

**как не принести в лукошке радионуклиды.**

В каких грибах радионуклидов больше?

Большинство видов съедобных грибов даже в относительно «чистых» лесах способны концентрировать радионуклиды в количествах, опасных для здоровья. Это объясняется тем, что лесная подстилка является своеобразным экраном для выпавших на леса радионуклидов. Основное их количество располагается в верхнем слое лесной подстилки толщиной 3-5 см, остальная часть содержится в верхнем слое почвы. Вертикальное перемещение в почве цезия-137 и стронция-90 протекает медленно. Мицелий у различных грибов расположен в разных слоях почвы, поэтому накопительная способность даров леса отличается.

По способности накапливать цезий-137 грибы делятся на четыре группы. Грибы-аккумуляторы – это горькушка, колпак кольчатый (курочка), свинушка, польский гриб, масленок, желто-бурый моховик. В их плодовых телах даже при загрязнении почв, близком к фоновому значению (0,1-0,2 Ки/км кв.), содержание цезия-137 может превышать допустимый уровень. Поэтому сбор таких грибов не рекомендуется. Грибы, которые сильно накапливают цезий-137, – это грузди, розовая волнушка, зеленка, сыроежки. Собирать их можно при плотности загрязнения почв до 1 Ки/км кв. с обязательным радиометрическим контролем. Средне накапливающими считаются лисичка, рядовка, белый гриб, подберезовик, подосиновик, а слабо накапливающими – опенок осенний, гриб-зонтик пестрый, дождевик жемчужный. Собирать последние рекомендуется в лесах с плотностью загрязнения почв до 2 Ки/км кв. с обязательным радиометрическим контролем.

Накопление радионуклидов в грибах различается не только в зависимости от их видовой принадлежности. У грибов с хорошо развитой ножкой (белый, подберезовик, подосиновик, польский гриб), как правило, содержание радионуклидов в шляпках в 1,5-2 раза выше, чем в ножках. Различий по содержанию цезия-137 в молодых и старых грибах нет. Тем не менее, рекомендуется брать молодые грибы, поскольку в старых могут накапливаться еще и ядовитые вещества.

Перед приготовлением грибы обязательно нужно очистить от прилипших частиц лесной подстилки, мха, почвы. У некоторых необходимо снять со шляпки кожицу. Снизить содержание радионуклидов можно путем отваривания в течение 15-60 минут в соленой воде с добавлением уксуса или лимонной кислоты, отвар нужно удалять через каждые 15 минут. При такой обработке сыроежек, зеленок, рядовок и волнушек в течение 30 минут концентрация радиоцезия снижается в 2-10 раз. Немного больше времени (45 минут) требуется для трубчатых грибов (подберезовика, боровика, польского гриба, подосиновика). Безусловно, содержание питательных веществ после длительного отваривания снижается. При сушке содержание радионуклидов меньше не становится, поэтому сушить нужно только «чистые» грибы.

Где проверить дары леса на радиацию?

Проверить продукцию, выращенную (собранную) самостоятельно или купленную на рынках, можно в Калинковичском районном центре гигиены и эпидемиологии   (ул. Советская, 151). Также это можно сделать и в других лабораториях радиационного контроля. При покупке продуктов на рынке нужно убедиться, что у продавца есть разрешение лаборатории ветеринарно-санитарной экспертизы на продажу продуктов растительного происхождения и проведен радиационный контроль. Не рекомендуется покупать продукцию (особенно лесную) на стихийных рынках или возле дорог. Возможно, вы сэкономите средства, но никто не даст вам гарантию, что содержание радионуклидов в ней будет в пределах допустимых уровней. Не рискуйте здоровьем своим и близких вам людей. Если вы все же не удержались от такой покупки, проверьте приобретенные продукты в ближайшей лаборатории радиационного контроля.