

# ВЛИЯНИЕ РЫБЫ, ЗАРАЖЕННОЙ ПХБ И ОБИТАЮЩЕЙ В РЕКЕ УИЛЛАМЕТ, НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПХБ: ПОЛИХЛОРИРОВАННЫЕ БИФЕНИЛЫ** ПХБ — это синтетические химические вещества, которые часто сохраняются в окружающей среде. ПХБ присутствуют в рыбе, которая обитает большую часть своей жизни в **нижней части реки Уилламет**. В прошлом ПХБ использовали в промышленности на предприятиях, расположенных вдоль реки, а сейчас их использование запрещено.

**ГРУППЫ НАСЕЛЕНИЯ, КОТОРЫЕ НАИБОЛЕЕ ПОДВЕРЖЕНЫ РИСКУ:** Самое большое влияние ПХБ оказывает на плод и детей. Это происходит по той причине, что их головной мозг, нервная система, иммунная система, щитовидная железа и репродуктивные органы еще развиваются.

## ВЛИЯНИЕ НА ЭНДОКРИННУЮ СИСТЕМУ – ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА

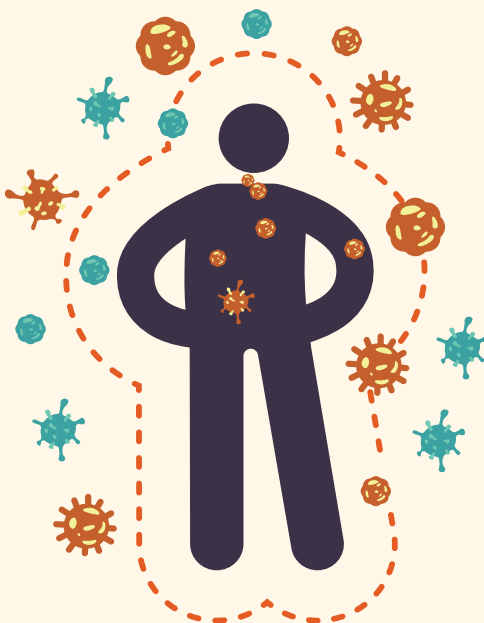
ПХБ могут изменять уровни гормонов, контролирующих развитие головного мозга и изменение поведения.

## ВЛИЯНИЕ НА ПЕЧЕНЬ

Распад ПХБ происходит в печени. Они могут наносить вред печени, что особенно пагубно для людей с ослабленной функцией печени.

## ВЛИЯНИЕ НА РЕПРОДУКТИВНУЮ СИСТЕМУ И РАЗВИТИЕ

Дети матерей, которые употребляли большие количества рыбы, зараженной ПХБ, могли поддаваться воздействию ПХБ во время беременности и грудного вскармливания. Младенцы могут появляться на свет раньше положенного срока и с меньшим весом. По мере роста у ребенка могут возникать трудности с



## ИММУНОСУПРЕССИЯ

ПХБ ослабляют иммунную систему, тем самым ослабляя устойчивость организма к другим заболеваниям. Особенно важно избегать воздействия ПХБ, поскольку специфического лечения от его накопления в организме не существует.

## ДРУГИЕ НАРУШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

- Сердечно-сосудистая система – **Сердце**
- Желудочно-кишечный тракт – **Желудок**
- Нервная система – **Головной мозг**
- Риск возникновения онкологических заболеваний на протяжении жизни

VISIT: [MULTCO.US/FISH](https://multco.us/fish)

# Рыба, которую наиболее рискованно употреблять в пищу

КАРП



ОКУНЬ



СОМ



**СПОСОБЫ СНИЗИТЬ РИСК:** Употребляйте только филе более мелкой, молодой и менее хищной рыбы, в меньших порциях, в меньшем количестве в месяц.

# Рыба, которую полезно употреблять в пищу

ЛОСОСЬ



СТАЛЬНОГОЛОВЫЙ ЛОСОСЬ



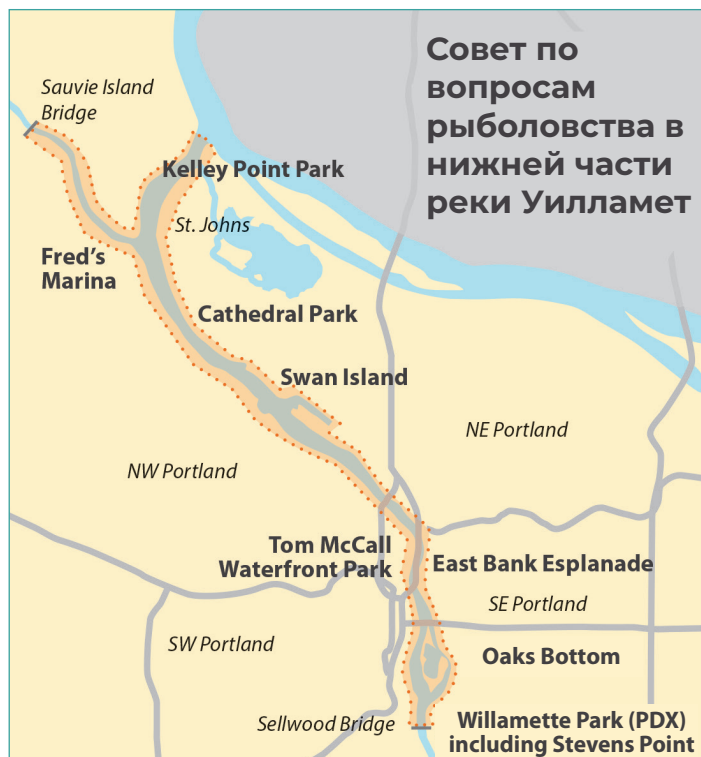
ШЭД



**ЗНАЙТЕ,  
ЧТО В ВАШЕЙ РЕКЕ**



**ЗНАЙТЕ, ЧТО ВЫ ЕДИТЕ**



**ПОСЕТИТЕ САЙТ: [MULTCO.US/FISH](http://MULTCO.US/FISH)**