

Elektrosmog

Das elektrosmogreduzierte Kinderzimmer

Radiowecker und CD-Player erzeugen starke Magnetfelder. Nichtgeschirmte Nachttisch- und Klemmlampen geben starke elektrische Felder ab. Dieser Elektrosmog stresst den Organismus, besonders in der lebenswichtigen Schlafphase. Energiesparlampen senden zusätzlich Hochfrequenzstrahlung aus, eine Belastung, die viel zu wenig beachtet wird.

Vermeiden Sie daher Elektrosmogquellen in Bettnähe.



- ➔ Elektrische Geräte im Schlafbereich in der Nacht ausstecken.
- ➔ Auch moderne Spielkonsolen und bestimmte Geräte zur Wiedergabe von Fotos und Musik können Mikrowellensender (WLAN, Bluetooth) enthalten.
- ➔ DECT-Schnurlostelefone und WLAN im ganzen Haus vermeiden, Festnetzanschluss für Telefon und Internet verwenden.
- ➔ Wichtig: auch am Internetmodem WLAN deaktivieren!

Strahlungsdichte (Spitzenwert) bei einer Entfernung von:

- 30 cm ca. 200.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$
- 1 m ca. 20.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$
- 5 m ca. 800 $\mu\text{W}/\text{m}^2$

**DECT/GAP
Schnurlostelefone**

- ➔ Einstrahlung von Handymasten beachten. Lassen Sie die Strahlenbelastung durch einen qualifizierten (baubiologischen) Messtechniker feststellen und wenn erforderlich, Vorschläge für Verbesserungen machen.

Strahlenquellen

Mobilfunksender (GSM und UMTS), DECT-Schnurlostelefone und WLAN-Accesspoints geben ständig hochfrequente Mikrowellenstrahlung ab.

Diese Strahlung durchdringt normale Wände und Decken fast ungehindert.

Beim Neukauf eines Festnetztelefons und Internetmodems darauf achten, dass KEIN Funkteil integriert ist, bzw. dieses deaktivieren.



UMTS-Steckkarte für Notebook



Schnurlostelefon



UMTS - USB-Minimodem



Bluetoothheadset



WLAN Accesspoint



WLAN Spielkonsole



Mikro-Mobilfunksender an Regenrinne

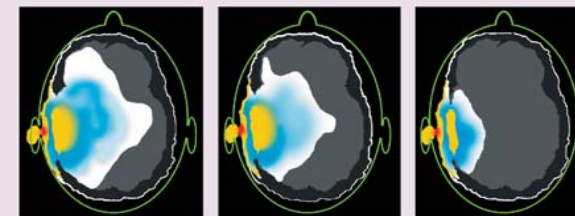


Mobilfunkantennenanlage auf Hausdach

Zehn Handy-Regeln

- ➔ Prinzipiell so **wenig** und so **kurz** wie möglich telefonieren! – Festnetz verwenden.
- ➔ Kinder und Jugendliche **unter 16 Jahren** sollen Handys nicht verwenden!
- ➔ Das Handy während des **Gesprächsaufbaus von Kopf und Körper fernhalten** (Armabstand)!
- ➔ Nicht in Fahrzeugen (Auto, Bus, Bahn) telefonieren – die Strahlung ist höher und belastet auch die Mitreisenden!
- ➔ Beim Versenden von **SMS** das Handy generell **so weit wie möglich vom Körper fernhalten!**
- ➔ Handys nachts ausschalten, **niemals eingeschaltet unter den Kopfpolster legen (Magnetpulse)!**

Strahlenaufnahme beim Handytelefonat nach Lebensalter



5 Jahre 10 Jahre erwachsen

- ➔ Beim Kauf von Handys auf einen möglichst geringen **SAR-Wert** achten!
- ➔ Handys **nicht in die Hosentasche** stecken – die Strahlung kann die Fruchtbarkeit bei Männern beeinträchtigen!
- ➔ Zu Hause über das **Festnetz telefonieren** und das **Handy ausschalten!**
- ➔ **Musik, Fotos, Filme, Spiele nicht übers Handy konsumieren**
- ➔ Beim Telefonieren mit Handy **Abstand zu anderen Personen halten - sie werden mitbestrahlt!**
- ➔ **WLAN bzw. UMTS am Notebook / Laptop sowie DECT-Schnurlostelefone führen zu einer hohen Dauerbelastung!**

Literatur:
Generation Handy, Heike-Solweig Bleuel,
ISBN 978-3-86110-432-2
www.broschuerenreihe.net

Stress durch Strom und Strahlung,
Wolfgang Maes, ISBN 10-3423531257

Internet:
www.salzburg.gv.at/umweltmedizin
www.diagnose-funk.ch
www.elektrosmog-messung.at

Bilder: www.pixquelle.de / Fotolia.com
Layout: Christian Ebert



Gesundheit in Gefahr!

Risiko Mobilfunk



Kinder und Jugend

Mit freundlicher Unterstützung

OAK
ÖSTERREICHISCHE
ÄRZTEKAMMER

AGU
ÄRZTINNEN UND ÄRZTE
FÜR EINE GESUNDE UMWELT

selbsthilfe salzburg
DACHVERBAND DER SELBSTHILFEGRUPPEN

Vorwort

Die mobile Kommunikation hat sich in den letzten Jahren rasant verbreitet. Viele Menschen fühlen sich dadurch in Wohlbefinden und Gesundheit beeinträchtigt.

Dieser Folder bietet Informationen und gibt Anregungen zur Verringerung der persönlichen Elektromogbelastung. Damit kann Gesundheitsschäden vorgebeugt und das Risiko für die Entwicklung einer Elektrosensibilität reduziert werden.

Auf Basis des heutigen Wissens ist es mehr als problematisch, speziell Kinder und Jugendliche der Mobilfunkbelastung auszusetzen. Die Langzeitfolgen für die Gesundheit werden immer deutlicher sichtbar.

Es liegt an jedem Einzelnen, durch sein Verhalten das persönliche Gesundheitsrisiko und die Belastung seiner Mitmenschen zu verringern.

Mobilfunkstrahlung = Hochfrequenzstrahlung = Mikrowellenstrahlung

Mikrowatt pro Quadratmeter = Einheit der Strahlungsdichte = $\mu\text{W}/\text{m}^2$

1 $\mu\text{W}/\text{m}^2$ = von kritischen Wissenschaftlern und Medizinern empfohlene Gesundheitsvorsorgewert (Sbg. Vorsorgerichtwert 2002)

Info & Impressum

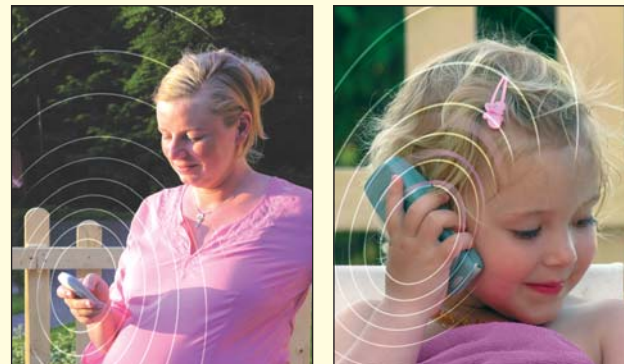
Selbsthilfegruppe Elektromog
Mitglied bei Dachverband Selbsthilfe Salzburg
Engelbert-Weiß-Weg 10 • 5021 Salzburg
Tel. +43 (0) 6 62/88 89/1800
e-mail: selbsthilfe@salzburg.co.at

Stand: Mai 2010

Baby & Co

Eingeschaltete Handys geben ständig Magnetpulse ab (auch im Standby-Betrieb) Bei einem Telefonat oder beim SMS wird zusätzlich hochfrequente Strahlung erzeugt.

- ➔ Eingeschaltetes Handy nicht in Brust- oder Hosentasche tragen!
- ➔ In der Schwangerschaft Handy nicht eingeschaltet am Körper tragen und alle erwähnten Funkquellen meiden.



Das Handy ist kein Spielzeug, sondern eine Strahlenquelle.

- ➔ Halten Sie beim Handy-telefonieren generell Abstand zu anderen Personen, besonders zu Kindern. Vermeiden Sie Telefonate mit dem Kind am Arm.
- ➔ Eingeschaltetes Handy nicht in den Kinderwagen legen oder dem Kind zum Spielen überlassen.
- ➔ Verwenden Sie kein Funkbabyphon mit DECT/GAP oder WLAN. Bei analogen Funkbabyphonen mindestens zwei Meter Abstand zum Kinderbett halten.

Strahlungsdichte (Spitzenwert) in der Einheit $\mu\text{W}/\text{m}^2$ = Mikrowatt pro Quadratmeter bei einer Entfernung von:

– 30 cm	ca. 400.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$
– 1 m	ca. 40.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$
– 5 m	ca. 1.600 $\mu\text{W}/\text{m}^2$

GSM-Handy

Schule & Co

DECT- Schnurlostelefone:

Die Basisstation sendet ständig Funkwellen aus, das Mobilteil nur beim Telefonieren. Sie sollten generell in Kindergärten, Schulen und Wohnungen vermieden werden.

- ➔ Empfohlen werden schnurgebundene Telefone (Festnetz).

WLAN = Kabelloser Internetzugang mittels Funk

Die Verwendung von Notebooks kann zu hohen Belastungen mit elektrischen und magnetischen Wechselfeldern führen. Bei WLAN-Nutzung kommt eine Funkbelastung dazu.

- ➔ In Schulen u. Kindergärten sollte auf WLAN verzichtet werden
- ➔ Schalten Sie den WLAN-Accesspoint und die WLAN PC/Laptop-Karte ab, wenn sie nicht benötigt werden.
- ➔ Empfohlen wird die Einrichtung von Computerräumen ohne Funk mit abgeschirmten Elektrokabeln.

Strahlungsdichte (Spitzenwert) bei einer Entfernung von:

– 30 cm	ca. 90.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$
– 1 m	ca. 8.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$
– 5 m	ca. 300 $\mu\text{W}/\text{m}^2$

WLAN

HANDY:

Klare Regeln zur Handyverwendung/Verbot in der Haus- und Schulordnung vorsehen.

- ➔ Im Unterricht über die sozialen und gesundheitlichen Risiken des Mobilfunks informieren.
- ➔ Die zehn Handyregeln beachten!

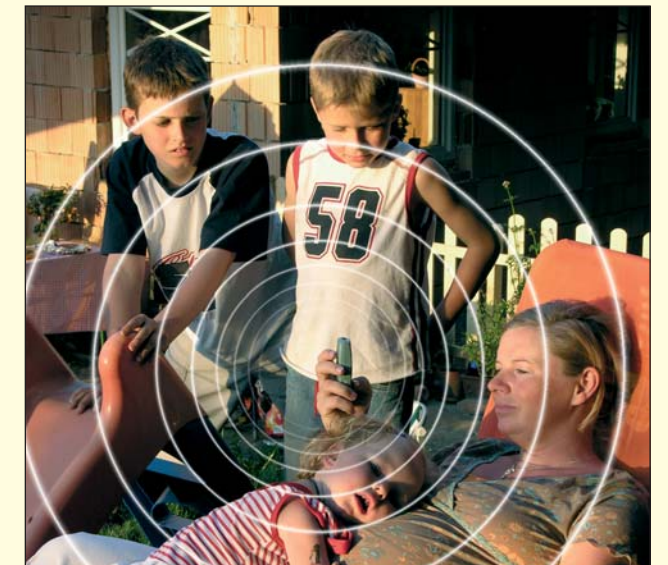
**Achtung
Schuldenfalle
Handy!**

Gesundheitsfolgen

Diskutierte Symptome und Gesundheitsfolgen ...

bei Handynutzung:

- Wärme- und Taubheitsgefühl rund ums Ohr
- Kopfschmerzen und Konzentrationsstörungen
- Tinnitus (Ohrgeräusche)
- Hörnervtumore
- Erhöhte Durchlässigkeit der Blut-Hirn-Schranke mit ev. erhöhtem Risiko für Alzheimer und Parkinson
- Störungen der Konzentration und des Gedächtnisses
- bösartige Hirntumore, mit wesentlich erhöhtem Risiko für Kinder und Jugendliche



bei Mobilfunksendern:

- Auslösung und Verstärkung der Elektrosensibilität
- Müdigkeit, Erschöpfung, Schlafstörungen, Depression
- Unruhe, Herzklopfen
- Störungen der Konzentration und des Gedächtnisses
- Hinweise auf ein erhöhtes Risiko für bestimmte Tumore
- erhöhte Infektanfälligkeit