

Vom täglichen Umgang mit Elektrosmog

Gerät	mögliche Gefahren	Auswege
Antennenverstärker	Ankopplungseffekt: magn. Wechselfeld kann sich bei falscher Platzwahl über das Rohrleitungssystem ausbreiten, wenn die Erdung nicht ausreichend ist.	Nicht in der Nähe von Rohrleitungen oder aluminiumkassierten Iso-Matten montieren.
Babyphon	Zu hohe elektromagn. Felder in Kopfnähe	Sicherheitsabstand: mind. 1,50 m.
Betten	Bei Federkernmatratzen, Eisenteilen im Bett oder Stahlarmierungen im Boden: Antennenwirkung, Ankoppeln elektrischer e-magn. Felder, Beeinflussung der nat. Erdmagnetfeldes im Bereich der Liegefläche.	Betten und Matratzen aus ausschließlich natürlichen Materialien; bei Stahlträgern im Boden Verwirbelung des Erdmagnetfeldes, deshalb auf mögl. hohe Liegefläche achten.
Bildschirm von PC (Monitor)	s. Fernseher, durch MPR II Norm oder TCO aber wesentlich besser (nach vorn!) abgeschirmt.	Mögl. großen Abstand halten, auch von Peripheriegeräten (Drucker, Rechner etc)
Boiler	hohe elektromagn. Felder	nicht auf der Rückwand von Schlafzimmern montieren.
Dachständerleitungen	hohe elektromagn. Felder	Schlafräume in Dachwohnungen unbedingt ausmessen lassen. Bei zu hohen Werten Raum od. Stockwerksverlegung.
Dimmer	Sinus-Netzkurve wird elektronisch „zerhackt“, dadurch steile Stromimpulse mit evtl. Auswirkung auf das Biosystem, zahlreiche Oberwellen.	Verzicht auf Dimmer oder zumindest genügend großer Abstand zum Drehknopf. Vorsicht bei Schwangerschaft u./oder Elektrosensibilität!
Elektrische Uhren	rel. hohe Felder auch durch die Schrittschaltmotoren bei Quarz-Armbanduhren (Effekte auf den darunterliegenden Akupunkturpunkt).	Nicht neben das Kopfende ans Bett stellen; Wecker mit Batterie od. mechanisches Uhrwerk benutzen.
Elektrorasierer	sehr hohe kurzfristige Feldstärken	Nassrasur, Batteriebetrieb

Erdstrahlenabschirmmatten	„Aufladung“ durch eingeschweißte Metallschichten, Ankoppelung el. Wechselfelder, Verstärkung der „Metalleffekte“ im Bett	Entsorgen oder sich vorher besser informieren.
Federkernmatratzen	s.u. Betten	
Fernseher	Je größer der Bildschirm, desto größer die Strahlung (auch langfristige stat. Entladung)	Mindestens 2m Abstand; nicht an Wände zu gegenüberliegenden Schlafzimmern stellen.
Halogenlampen	Starkes el.-magn. Feld um den Trafo bei Tischlampen, ebenso bei Paralleldraht-Deckenaufhängungen. Ohne entspr. Filter: UV-Lichtbelastung.	Mindestens 1 m Abstand von Paralleldrähten oder Trafos; gänzlicher Verzicht.
Handys	Durch die niederfrequente Pulsung (D- und E-Netz) in einzelnen Untersuchungen nachgewiesene Effekte auf EEG, Peaks, (thermische Effekte). In der Diskussion: vielfältige neg. Beeinflussung des Biosystems d. Störung d. Zellkommunikation d. die niederfrequente Pulsung. Vielfältigste Krankheitsbilder. Äußerst widersprüchliche Untersuchungsergebnisse, weitere Untersuchungen unbedingt notwendig. Verharmlosung aber auch Panikmache sind unangebracht. C-Netz am unproblematischsten, da analoge Signalverarbeitung, Belastungsminimierung bei Außenantenne (z.B. am Auto) .	Wo immer möglich „analog“ oder per Kabel telefonieren. Im Auto C-Netz verwenden. Testberichte v.a. bzgl. Leistungsabgabe und Antennen-Abstrahlschutz lesen.
Heizdecke	Sehr hohe Felder an der Körperoberfläche, Fehlgeburten, Herzbeschwerden	Nach dem Aufheizen Stecker ziehen, Wärmflasche oder Wolldecke
Leuchtstoffröhren	Eine 10-Watt-Leuchtstoffröhre erzeugt ein Magnetfeld, dass ca. 20 mal stärker ist, als das einer 60-Watt-Glühlampe, Flimmeref	Abstand halten (v.a. vom Kopf) oder gegen Glühlampen auswechseln.

	fekt (unbewusst spürbar), reiches Oberwellen- Frequenzgemisch.	
Mikrowellenherd	Gefahr Leckstrahlung; radi- ästhetisch feststellbar: „Ener- gie- und Vitalitätsverlust der Nahrungsmittel	Leckstrahlung überprüfen lassen, nicht vor dem Gerät stehen Kleine Testgeräte sind u.U. zu unempfindlich.
Nähmaschinen	Unter Umständen sehr hohe elektrische bzw. elektromagnetische Felder	Evtl. Maschine austauschen, mechanischer Fußbetrieb.
Rasierapparate	Sehr hohe elektromagneti- sche Felder (bis 900 μ T), trotz Kurzzeitbelastung biol. Wirkung im Kopfbereich mögl.	Nassrasur; Akkurasierer (vermindertes el.-magn. Feld)
Schreibmaschinen (elekt- risch)	evtl. höhere Feldbelastung als am Computerarbeitsplatz (im NF-Bereich) durch Trafo und/oder Motor bedingt	
Telefone (drahtlos für den Haus- gebrauch)	Bei Analoggeräten durch die geringe Sendeleistung u.d. Modulationsart kaum Gefah- ren, im Gegensatz zu d. digi- talen („abhörsicheren“) DECT-Geräten (Pulsung!)	Analoge Systeme trotz der nicht gewährleisteten Abhör- sicherheit bevorzugen!
Unterhaltungselektronik	Im „Stand-by-Betrieb“ stehen die Netztrafos ständig unter Strom, dadurch (neben den unnötigen Stromverbrauch) el. und el-magn. Felder.	Mit Netzschalter ausschalten; falls dies nicht möglich, Netzschur mit <i>zweipoligem</i> Ein-/Ausschalter versehen.
Wasserbetten	Bei Heizbetrieb älterer Mo- delle sind Spannungsankopp- lungen bis 5V/m am Körper unvermeidlich. Die Heizung arbeitet zudem meist mit Se- kundenpulsen: Störungen des Melatoninhaushalts, Herzbe- schwerden, nerv. Störungen wurden beobachtet.	