

Ihre persönliche Strahlenbelastung reduzieren

Erste Hilfe

Technik *sinnvoll* nutzen



Elektromagnetische Strahlung* kann die Gesundheit erheblich beeinträchtigen: 80 Studien belegen DNA-Strangbrüche.

50 Forschungen zu WLAN belegen schädigende Wirkungen weit unter den Grenzwerten.

70 Studien weisen schwerwiegende Störungen in der Entwicklung von Babys nach. Auch Hersteller warnen Schwangere.

* Verursacht durch SmartPhones, Babyphones, kabellose Telefone, Tablets, Router, Mobilfunksender, Spielekonsolen, WLAN-Anwendungen, Mobilfunksender, Powerline, u.a.

Unsere Empfehlungen

Mobiltelefone / SmartPhones / Tablets

- > Beschränken Sie die Nutzung und die Gesprächszeiten auf ein Minimum. Nachts ausschalten / Flug-Modus aktivieren.
- > Halten Sie Ihr Mobiltelefon nicht an den Kopf, tragen Sie es nicht direkt am Körper und nutzen Sie es nicht im Auto, Bus und Bahn.
- > Notebooks / Tablets führen bei WLAN-Nutzung i.d.R. zu hohen Belastungen.

Router (W-LAN / WIFI)

- > Nutzen Sie Kabelverbindungen.
- > WLAN sollte über die Soft- oder Hardware zumindest Nachts immer ausgeschaltet sein.
- > Leistung auf das benötigte Minimum reduzieren.
- > Vorsicht: Auch Drucker, Scanner, Fernseher, u.v.a. sind oft mit WLAN ausgestattet.

Schnurlos-Telefone (DECT)

- > Nutzen Sie nur ein abschaltendes Schnurlostelefon, keinen Dauerstrahler. Die Basisstation sollte nur strahlen, wenn ein Telefonat geführt wird.
- > Verwenden Sie möglichst kabelgebundene Telefone.
- > Babyphones, die mit DECT- oder WLAN-Standard betrieben werden, sind grundsätzlich zu meiden.

Elektrosmog-arme Wohnräume

Schlaf- und Kinderzimmer sollten weitestgehend frei von Elektrosmog sein. Im Bettbereich nur geschirmte Geräte und Kabel verwenden, ggf. eine Nachabschaltung des Stromnetzes einrichten. Verwenden Sie Halogenlampen und hochwertige LED-Lampen. Meiden Sie Spielsachen mit Funkbelastung. Eine Strahlenbelastung durch Mobilfunkantennen sollten Sie durch erfahrene Messtechniker prüfen lassen. Abschirmungsmaßnahmen können die Strahlung erheblich reduzieren.

- > Weiteres finden Sie im Ratgeber 1 „Elektrosmog im Alltag“

diagnose:funk

Umwelt- und Verbraucherorganisation zum Schutz vor elektromagnetischer Strahlung e. V. | www.diagnose-funk.org
Postfach 15 04 48 | 70076 Stuttgart | T: +49 (0) 6936704203
ViSdP: Peter Hensinger | 2017–Januar | Bestell-Nr: 306

