



Tipps im Umgang mit (Mobil)Strahlung¹

Die Tipps zielen darauf ab, einen vernünftigen Umgang mit einer Technologie zu finden, die neben einem offensichtlichen Nutzen auch Gefahren mit sich bringen kann.

Die Tipps lassen sich mit „5 A's“ zusammenfassen:

Abstinenz – Alternativen – Abstand – Abschirmung - Aufklärung

Abstinenz

Für Kinder sollte das Handy kein ständiger Begleiter und „Ansprechpartner“ sein!

Die verstärkte Benutzung von Handys belastet nicht nur die Benutzer selber, sie bedingt auch einen verstärkten Ausbau der Netz-Infrastruktur und führt über zusätzliche montierte Basis-Sender zur verstärkten Belastung von Personen, die gerne „unbeteiligt“ sein würden.

- Benutzen Sie kein Handy in der Nähe von elektronischen Körperhilfen, wie Herzschrittmachern, Hörgeräten etc. oder in Krankenhäusern. Tragen Sie aber auch ein eingeschaltetes Handy nicht ständig nahe am Körper.
- Schalten Sie Ihr Handy aus, wenn es nicht benötigt wird.
- Benutzen Sie für (längere) Gespräche das bewährte Festnetztelefon: Schweigen ist Gold, reden nur Blech! Und: in der Kürze liegt die Würze; Generell erzeugen Kabelverbindungen dafür keine Strahlenbelastung. Das gilt auch für funk-gestützte Datenverbindungen, wie dem „Internetsurfen“ mittels Handy, Smartphone oder GSM-Adapter.
- Benutzen Sie Ihr Handy nicht bei schlechtem Empfang (geschlossene Räume, Tiefgaragen, Kellern, Zügen, U-Bahnen, Aufzügen, in Autos).

Alternativen

Besser Kabel- statt Wellensalat; Versand von Nachrichten durch SMS; wenn's schon ein Babyphone sein muss, dann nur eines, dass durch ein Geräusch aktiviert wird – von DECT-Phonen ist abzuraten; telefonieren mit Head-Sets (Kopfhörern); Mobiltelefon erst ans Ohr, wenn die Verbindung hergestellt ist und nur Mobiltelefone mit niedrigen SAR-Werten verwenden.



Abstand

Bei doppeltem Abstand sinkt die Belastung auf ca. $\frac{1}{4}$ des Werts:

- Bei schwachen Quellen mehr als $\frac{1}{2}$ Meter, bei stärkeren Quellen, wie Mikrowellenherde oder Basisstationen von DECT-Schnurlostelefonen, mehr als 1 Meter Abstand halten.
- Funk-Babyphone gehören nicht direkt neben den Kopf des Babys! Mehrere Meter Abstand halten!

Abschirmen

Abschirmhilfen für Handy sind meist wirkungslos. Spezielle Vorsicht ist geboten, wenn teure Scharlatanerie betrieben wird, vor allem bei Abhilfen aus dem esoterischen Bereich. „Abschirmtaschen“ verringern die von Handys ausgehende Strahlung, allerdings auch den Empfang von Funksignalen. Sie sind zwar erlaubt, aber wenn Sie das Handy auch benutzen wollen, unsinnig!

Aufklärung

Informieren Sie sich selbst – die offiziellen Anstrengungen zur Aufklärung sind nur spärlich.

Weiterführende dienliche Links

www.aegu.net - Ärztinnen und Ärzte für eine gesunde Umwelt

www.emf-portal.de - Informationen zu den Wirkungen elektromagnetischer Felder

www.bfs.de – Bundesamt für Strahlenschutz

www.salzburg.gv.at - Elektrosmog & Gesundheit zu finden unter Gesundheit/Umweltmedizin

www.blauer-engel.de –Zertifizierte Mobil- und Schnurlostelefone

www.handywerte.de - SAR-Werte von Handys

www.oekotest.de – Testberichte

Fachkundige Informationen und Kontakt

www.bau-oekologie.at

siegfried.lerchbaumer@bau-oekologie.at

oder rufen Sie ☎ 05552 66115

Auf Wunsch sind weitere Informationsblätter zum Thema erhältlich. Weiterführende dienliche Informationen stehen auch auf der Homepage www.bau-oekologie.at bereit.

¹ Ärztinnen und Ärzte für eine gesunde Umwelt (Hrsg., www.aegu.net): Spannungsfeld Mobilfunk, Wien, 2003.