

Smart & stressfrei mobil telefonieren

Nach wie vor wird intensiv geforscht, ob und wie mobiles Telefonieren den menschlichen Organismus belastet. Fest steht, dass die Strahlung der Mobiltelefone einen Stress-Reiz darstellt, der sich ganz individuell auswirken kann. Die neuesten Erkenntnisse lassen vermuten, dass ein „intelligenter Umgang“ mit einem Mobiltelefon relativ gut verkräftet wird und dass die schädliche Wirkung abhängig von der Länge und Häufigkeit der Telefonate ist.

Wenn Sie und Ihre Mitarbeiter Handys nutzen, beginnt ein „sinnvoller Umgang“ bereits beim Einkauf. Inzwischen mehren sich die Hinweise, dass die von der Industrie als „unschädlich“ propagierten Werte, die sich danach richten, ob eine Strahlung nachweisbare Erwärmung von Körpergewebe nach sich zieht, fragwürdig sind, da bereits auch „nichtthermisch“ wirkende Felder Schäden verursachen können.

Die AUVA (Allgemeine Unfallversicherungsanstalt) in Wien veröffentlichte 10 Tipps zur Risikominimierung beim Telefonieren mit dem Handy:

- Wählen Sie ein Handy mit niedrigem SAR-Wert und Connect-Strahlungsfaktor (Info unter www.handywerte.de, www.bfs.de/bfs)
- Verwenden Sie beim Telefonieren Lautsprecher, Headset bzw. Bluetooth
- Benützen Sie für lange Gespräche das Festnetz
- Verwahren Sie Ihr Handy in der Handtasche. Tragen Sie es nicht am Körper, vor allem, wenn Sie in Bewegung sind (z.B. Fahrt mit Verkehrsmitteln, etc.)
- Aktivieren Sie im Auto den Lautsprecher Ihres Handys. Noch besser: Verwenden Sie ein Mikrofon mit Außenantenne
- Halten Sie während des Verbindungsaufbaus das Handy nicht am Kopf
- Telefonieren Sie nur bei gutem Empfang (also z.B. nicht im Keller oder im Aufzug)
- Schreiben Sie eine SMS anstatt zu telefonieren
- Fassen Sie sich kurz, telefonieren Sie nicht stundenlang
- Wenn Sie viel und lange telefoniert haben, legen Sie eine ca. zweistündige Pause ein.

Die sogenannten „athermischen Effekte“ können nachweislich die Prozesse biologischer Zellkomplexe empfindlich stören. Ungünstige Umgebungsbedingungen, wie zum Beispiel durch die Elektronik und Stahlkarosse Ihres Autos oder bestimmter Geräte in der Wohnung oder am Arbeitsplatz können diese Störungen intensivieren. Wenn Sie oder Mitarbeiter durch unklare Befindlichkeitsstörungen das Gefühl haben, dass E-smog oder eine Belastung durch mobiles Telefonieren dahinterstecken könnten, lohnt sich eine Analyse oder die Beratung durch Experten.

Diverse Medien und Beratung finden Sie hier

<http://www.gladiss.de/index.php/shop/buecher-und-broschueren/krebs-therapie>

Weitere Infos zum Thema:

www.diagnose-funk.org

www.Mobilfunkstudien.org

www.emf-emes.at