

Frage und Antwort

■ Handynutzung

Frage

Durch meinen Beruf muss ich regelmäßig mit dem Handy telefonieren. Wie kann ich die Strahlungsbelastung reduzieren?

Antwort

Diese Frage ist nicht einfach zu beantworten. Grundsätzlich raten wir von einer Handy-Nutzung ab und streben eine andere menschen- und naturverträglichere Technologie an.

Die folgenden Tipps sollen deshalb nicht zum leichtfertigen Umgang motivieren. Ausdrücklich wird darauf hingewiesen, dass die von Handys ausgehende Strahlung – auch durch das Befolgen der angegebenen Tipps – die von der Baubiologie geforderten Richtwerte extrem übersteigt.

Leider kommt es immer häufiger vor, dass die Handynutzung vom Arbeitgeber gefordert wird. Da der Leitfaden der Baubiologie besagt: „Jede machbare Reduzierung ist anzustreben“, werden folgend einige Verhaltensweisen aufgezeigt, die dabei helfen sollen, die Strahlung zu reduzieren. Werden „nur“ die angegebenen Tipps berücksichtigt, ist dies sicherlich im Sinne des Nutzers; eine Reduzierung der Strahlenbelastung für die Allgemeinheit, verursacht durch die dauerhaft strahlenden Mobilfunksendeanlagen, wird damit nicht erreicht. Auch wissen wir nicht, in welchem Ausmaß eine reduzierte Handynutzung (Langzeit-)Schäden verursacht.

- Grundsätzlich gilt: So wenig und so kurz wie möglich telefonieren.
- Handys mit möglichst geringem SAR-Wert kaufen.
- Immer einen möglichst großen Abstand zum Handy herstellen (Freisprechfunktion, Headsets). Es sollten Headsets mit einem Akustikkoppler

ohne elektronischen Lautsprecher (Stethoskop) gewählt werden, da andere Headsets, speziell auch deren Ohrhörer, erheblichen Elektrosmog direkt am Kopf verursachen.

- Schützen Sie sich mit abschirmenden Handytaschen vor der Strahlung – Achtung, hier gibt es erhebliche Qualitätsunterschiede.
- Handy nur bei einwandfreiem Empfang nutzen, also nicht in Aufzügen, Kellern, U-Bahn oder Wohnwägen. Dort ist die Sendeleistung höher und die Strahlungsbelastung viel stärker.
- Handys gehören nicht in die Hosentasche.
- Das Handy besonders während des Gesprächsaufbaus und auch beim Versenden von SMS von Kopf und Körper fernhalten.
- Schalten Sie ihr Handy in einem fahrenden PKW etc. aus, da das Handy häufig die Zelle wechselt und dabei jedes Mal mit max. Stärke sendet.
- Benutzen Sie ihr Handy nicht in einem stehenden Fahrzeug. Das Auto wirkt abschirmend, das Handy strahlt mit max. Leistung, zusätzlich kommt es innerhalb des Fahrzeugs zu Reflektionen. Diese treffen nicht nur den Telefonierenden sondern auch andere Passagiere.
- Lassen Sie Ihr Handy nachts nicht eingeschaltet neben dem Bett liegen, selbst im Standby befindet es sich in Kontakt mit der nächsten Mobilfunk-Basisstation und strahlt in regelmäßigen Abständen. Schalten Sie ggf. den „Flugzeugmodus“ ein.
- Kinder unter 15 Jahren sollten keine Mobiltelefone benutzen, da sich ihr Körper noch in der Entwicklung befindet.
- Handyspiele nur mit deaktiviertem Fundienst (Flugzeugmodus) spielen. im „Flugzeugmodus“ (Funkdienste)

Diese Frage beantwortete Ihnen

Nils Heidelberg & René Werner

*21335 Lüneburg **