

ELEKTROSMOG

Die unsichtbare Dauerlast

Mediziner warnt: Wir gehen zu sorglos mit smarten Geräten um

VON SABINE TSCHALYJ

Unser Leben wird zunehmend „smarter“. Doch wie wirken Funktechnologien und der verursachte Elektromog auf unsere Gesundheit? Diese Frage fällt unter den Tisch, während ständig neue technische Anwendungen auf den Markt kommen. Zu dieser kritischen Bestandsaufnahme kommt der Salzburger Landes-Umweltmediziner Gerd Oberfeld gemeinsam mit Kollegen der Europäischen Akademie für Umweltmedizin in der „EMF-Leitlinie

2016“. Zeitgleich empfahl die Akademie wegen mehrerer Studien, Funkstrahlung „als definitives Karzinogen“ (Krebserreger) einzustufen. Handy, WLAN und Co als Krebserreger? Ein Umdenken auf politischer Ebene ist noch nicht in Sicht.

Aber wie kann sich der Normalbürger vor zu viel Elektromog schützen? „Wir gehen zu sorglos mit Smartphones und WLAN um“, stellt Gerd Oberfeld fest. Der Umweltmediziner hat für das SF errechnet, welche

„Zu viel Strahlung kann einen hypersensibel machen.“

GERD OBERFELD

BILD: GKK

Eugendorf ist eine Betroffene. „In großen Geschäften mit vielen Menschen und ihren Smartphones bekomme ich einen Druck im Kopf und fange an zu zittern.“ Sie lebe jetzt zurückgezogen. Im Wohnhaus hat man von WLAN auf Kabel umgestellt. Das WLAN der Tochter wird nur noch eingeschaltet, wenn sie dieses benutzt. „Über die Elektromogkrankheit wissen viele Ärzte nichts. Das muss sich ändern“, fordert Peter Müller von der Selbsthilfe Elektromog-Salzburg (Tel.: 06274/78066).

Funkstrahlung in welchen Alltagssituationen auf den Menschen einwirken. Es geht um hochfrequente elektromagnetische Wellen bzw. Felder (EMF) und die können sehr hoch ausfallen – etwa im Fall eines schlecht situierten WLAN. Es gibt aber praktische Tipps, wie man die Strahlung stark reduzieren kann, auch beim Handy – Lesen Sie dazu die vier Einheiten rechts.

Das „Gemeine“ an einer längerfristigen „Überdosis“ Funkstrahlung ist: Manche Folgeerkrankungen wird man nicht mehr los. „Bei intensiver Nutzung von WLAN und Mobiltelefonen besteht die Möglichkeit, dass Menschen im Laufe der Zeit eine Hypersensitivität gegenüber Funkstrahlung entwickeln“, erklärt Oberfeld. Ist man erst einmal elektrohypersensibel, leidet man unter Konzentrationsproblemen, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Erschöpfung, auch schon bei sehr geringen Strahlungsdichten.

Maria-Theresia Fenninger aus

Langsam beginnen betroffene Bürger aufzuschreien. „Verzweifelt“, ergänzt Franz Köck, der die Selbsthilfegruppe unlängst an Bord der Bürgerplattform „aktion 21 austria“ geholt hat und gemeinsam mit dem FPS-Politiker Markus Steiner via Petition von der Landesregierung fordert: „Diese Menschen benötigen dringend entsprechenden Lebensraum ohne Elektromog.“ Die Antwort: Der Bund sei zuständig. Köck: „Jetzt probieren wir es bei der Bundesregierung.“

Mail: sabine.tschaljy@svh.at

Tipps auf einen Blick

Wussten Sie, dass sogar Taschenrechner-Apps das Smartphone auf „Trab“ halten und warum „Der Abstand dein Freund“ ist? Tipps zu Strahlenvermeidung liefert die Plattform www.diagnose-funk.org

10

Handy-Regeln

der Ärztekammer Wien unter www.aekwien.at/aek-media/Medizinische-Handy-Regeln.pdf. Ratgeber des Landes zu Elektromog im Alltag unter www.salzburg.gv.at/gesundheit_/Documents/df_ratgeber_1.pdf. Noch heuer soll der Ratgeber in überarbeiteter Form erscheinen.

WLAN und Elektrosmog zwingen sie zum Umzug

Schlaf fand Daniela Pichler lange Zeit nur noch im Auto in der Tiefgarage. Erst Jahre später erhielt sie die Diagnose Elektro-Hypersensibilität (EHS). Zuvor wäre sie an ihrer Krankheit fast gestorben.

Birgit Kaltenböck
berichtet aus **Hintersee**

Ihr Leidensweg mit Übelkeit und Kopfschmerzen begann 2008. Zu dieser Zeit nahmen nach und nach Handys und Computer Einzug im Reihenhaus der fünfköpfigen Familie in Faistenau. Die Kinder waren 16, 14 und elf Jahre alt. „Erst brachte ich die Symptome mit der Pubertät der Kinder in Zusammenhang. Auch nachdem ich nach Telefonaten mit dem Handy immer erschöpft war, habe ich mir noch nicht viel gedacht“, sagt die heute 47-Jährige. Im Lauf der Zeit kamen erhöhter Augendruck, Herzrasen, Hautbrennen mit Ausschlag im Gesicht und extremer Harndrang dazu. „Dann hatte ich Ein- und Durchschlafstörungen. Ich hab’ mich hundemüde ins Bett gelegt und konnte nicht schlafen.“ Bis 2013 hat sich das Ganze hingezogen. Hausarzt, Psychiater, Hormonspezialisten diagnostizierten der Friseurin in Hof, zuletzt in Thalgau, als erste Diagnose ein Burn-out, versorgten sie mit Beruhigungstabletten und chemischen Keulen. Noch wusste niemand, wo das Ganze herkommt.

2012/13 machte Daniela Pichler ihr Diplom zur Arztassistentin, ihrem Traumjob. Bald darauf entdeckte sie eine Geschwulst in der rechten Hand, die sich als bösartiger Tumor entpuppen sollte. „Eigentlich wollte ich wieder beruflich durchstarten.“ Die Operation verlief gut, auch ihre

Im Haus in Hintersee kann Daniela Pichler wieder aufatmen. WLAN oder ein Funktelefon gibt’s hier nicht. Alle Elektro-Zugänge sind verkabelt. Wieder normal arbeiten zu können ist ihr Traum. BILD: KABÖ

Hand konnte gerettet werden. An den anderen Symptomen änderte sich jedoch nichts. „Man hat alles auf den Tumor geschoben.“ Die empfindsame Frau hat gemerkt, dass Spaziergänge im Wald sofortige Linderung brachten. Dafür ist es 2014 im Haus immer schlimmer geworden. „Ich hatte Panikattacken, Schwindel, Appetitlosigkeit und Kopfschmerzen in einer noch nie dagewesenen Form; die Steigerung der Symptome bis zur kompletten Schlaflosigkeit.“ Die dreifache Mutter legte einen Ärzte-Marathon hin: Kopf-MRT, Augen-, HNO-Arzt, Neurologen, Psychotherapeut etc. Niemand konnte ihr helfen. Auch nicht Mann Christian, der immer zu ihr gehalten hat. „Ohne seine Hilfe hätte ich schon ein Ende gehabt.“

Daniela Pichler begann, in der Tiefgarage im Auto zu schlafen.

„Da waren die Symptome sofort weg.“ Ein Radiästhesist fragte nach Elektrosmog. „Wir haben nur das Normale“, antwortete sie ihm. Umweltmediziner Gerd Oberfeld äußerte den Verdacht auf EHS und empfahl die Messung von elektrischen und magnetischen Feldern sowie der Funkstrahlung. Baubiologe Dietrich Moldan eruierte dann vor allem eine WLAN-Strahlung aus der anderen Doppelhaushälfte. „Wir hatten keinen Funk.“

Auch aufgrund der Uneinsichtigkeit der Nachbarn schließ sie drei Jahre lang bei ihren Eltern im Haus. Nur für kurze Hausarbei-

„Du wirst als psychisch krank abgestempelt und kommst sofort in eine Schublade.“

ten und um ihrer Tochter Frühstück zu machen, kam sie nach Hause. Vor fünf Monaten ist die Familie nach Hintersee in ein Haus übersiedelt. Das Schlafzimmer ist mit schwarzer Graphitfarbe gestrichen. Und zur geringfügigen Arbeit in einer Gärtnerei trägt Daniela Pichler Abschirmkleidung. „Ich musste viel Spott und Hohn hinnehmen.“ Ihr Wunsch ist es, Leute auf EHS zu sensibilisieren. Seit 2003 gibt es eine Selbsthilfegruppe. „Wir haben es mit zunehmend jüngeren Personen zu tun, die unter einer allergieähnlichen Unverträglichkeit gegenüber elektromagnetischen Feldern leiden. Ihre körperlichen Beschwerden bessern sich beim Aufenthalt in einem funkarmen Gebiet oder verschwinden vollständig“, sagt Peter Müller, Sprecher der Selbsthilfegruppe.

Daten und Fakten zur Elektrosensibilität

Immer mehr Menschen sind von den Auswirkungen elektrischer und magnetischer Felder sowie elektromagnetischer Strahlung, kurz „Elektrosmog“, im Lebens- und Arbeitsbereich betroffen.

Der Schweregrad der Elektrosmogkrankheit ist sehr unterschiedlich und reicht von leichten vorübergehenden Symptomen bis zu schweren gesundheitlichen Beeinträchtigungen.

Die Selbsthilfegruppe Elektrosmog-Salzburg ist Teil der Selbsthilfe Salzburg, Engelbert-Weiss-Weg 10, 5021 Salzburg. Beratung: Di–Fr: 8–11 Uhr, Tel. +43 662 8889-1803, www.selbsthilfe-salzburg.at Infos bei Peter Müller, Tel.: +43 6274/78066, Mail: arbeitskreis-elektrosmog@gmx.at. Nächstes Treffen: 27. Juni, 17.30 Uhr, Seniorenklub Itzling, Kirchenstraße 55.

GRÜSS
GOTTEgbert
Piroth

Halleluja

Die ganze Osterzeit hindurch singt die gesamte Christenheit das Halleluja! Sein Ursprung ist ganz irdisch, echt, greifbar und natürlich. Halleluja ist ein kurzer, aus zwei Wörtern zusammengesetzter hebräischer Satz: Das erste Wort „hallel“ – preisen, loben – gibt vielleicht lautmalend die erste lallende Freudenäußerung des Kleinkindes wieder. Das zweite Wort ist die Kurzform des Gottesnamens Jahwe, „Ja“. Halleluja – preiset Jahwe, preiset den Herrn. In dieser ursprünglichen Bedeutung war Halleluja ein feierlicher Aufruf der Tempelsänger in Jerusalem zum Lobpreis Gottes. Das Volk hat diesen Aufruf anscheinend schon bald als akklamierende Antwort wiederholt, weil er so wohlklingend und sangbar war. Er wurde zum Inbegriff des (gottesdienstlichen) Freudenrufes, über dessen Bedeutung man gar nicht mehr nachdachte, und der – wie das Amen – unübersetzt in alle Sprachen übernommen wurde.

Vielleicht sind darüber hinaus drei Dinge interessant: Halleluja ist ein Imperativ. Das heißt für mich: Ein Aufruf, das Bekenntnis zu Gott in Freude zu vollziehen. Glaube hat zuerst etwas mit Freude zu tun. Halleluja ist ein Plural. Das heißt für mich: Zur Freude gehört Gemeinschaft. Glauben wird erst in der Gemeinschaft schön. Und Halleluja ist universell zu verstehen: Der Ruf gilt nicht nur den Menschen – die ganze Kreatur ist in den Lobpreis Gottes einbezogen. Tiere, Pflanzen, alle Schöpfungen, alles, was atmet, lobe den Herrn! Also Halleluja!

„Guten Morgen Österreich“ enttäuschend

Für mich war es eine Selbstverständlichkeit, die Sendung „Guten Morgen Österreich“ aus Köstendorf anzusehen. Von 6 bis 9 Uhr früh – eine verlorene Zeit!

Die Enttäuschung hätte nicht größer sein können: ein umfangreiches und interessantes Programm über Natur, Energie, Kultur, Kunst, sowie sportliche und musikalische Highlights wurden angekündigt. Natur: 2 kompetente Damen aus Salzburg und Strobl referierten über gute Ernährung und Kräuter. Köstendorf, „das“ Kräuterdorf, „die“ Kräutergemeinde? Es gibt einen sehr lobenswerten Anfang mit einem Kräutergarten, aber das ist auch schon alles. Die oftmaligen Wiederholungen sahen sehr nach Zeitschinden aus.

Thema Energie: Fotos von 2 neuen Zählern und Photovoltaik auf einem Hausdach, in 2–3 Sekunden war es erledigt. Gerade hier hätte Köstendorf massiv vor den Vorhang gehört: Smart Grit, Photovoltaik im großen Stil, Elektroautos und vieles andere mehr – eine Vorzeigegemeinde par excellence! Kultur: Musik liegt bei uns in der Luft, eine

höchst erfolgreiche und ausgezeichnete Trachtenmusikkapelle mit mehreren Teilensembles, Jugendblasorchester, Chöre etc. Bei Literatur hätte der Dichter Franz Braumann gewürdigt gehört. Sportlich: wie bitte? Ein paar Turnübungen auf einer Dorfplatzwiese mit 2, 3 Sesseln haben eher lächerlich und peinlich gewirkt. Die Musikdarbietung mit den sehr guten „Rondstoa“ ist leider durch schlampige Technik des ORF (live) daneben gegangen. Wenn ich recht unterrichtet bin, müssen die jeweiligen Gemeinden für solche „Auftritte“ zahlen. Der Wiener ORF-Zentralismus lässt bei Planung und Gestaltung grüßen. gekürzt

Josef Zehentner
5203 Köstendorf

Tolles Service:
Car Sharing

Als Leserin der SN und der „Flachgauer Nachrichten“ bin ich als ältere, wissbegierige Pensionistin über vieles informiert, so auch über „Car Sharing“, das moderne Wort für „Auto teilen“! Darauf aufmerksam wurde ich durch einen ausführlichen Artikel „3 Jahre – 3 Autos“ in der Stadt-Info Seekirchen im Jahr

2014, welcher mich faszinierte. Kurz geschildert – warum? Für meine Gesundheit soll ich viel Bewegung machen – nein, nicht Auto fahren, sondern schwimmen im Salzwasser ist für die Muskulatur noch besser.

Ich hatte schon einige Besuche in der Rupertus-Therme hinter mir. Es war herrlich, nur die Anreise und die Heimfahrt belasteten mich sehr. Da ich kein eigenes Auto mehr habe und ich meine Wege nach Salzburg etc. mit der Bahn und Seniorenkarte unternahm, merkte ich aber, dass das Alter sich bemerkbar machte: Die Badetasche zum Zug tragen, Umsteigen in Salzburg und dort vom Bahnhof bis zur Therme zu Fuß und wieder retour war anstrengend!

Ich nahm mit dem Car Sharing-Verein Verbindung auf und verglich die Kosten Auto oder Bahn, und die Entscheidung war für mich klar: Car Sharing mit Fahrer samt Hausabholung und retour.

Heuer stehen uns inzwischen in Seekirchen, Henndorf, Obertrum, Seeham und Eugendorf sieben Fahrzeuge zur Verfügung und ich kann nur jedem dieses Service empfehlen.

Mimi Bayer
5201 Seekirchen

Schmerzfrees Leben in Funklöchern

AUSGESPROCHEN
WEIBLICH

Birgit Kaltenböck

Eine Zeit ohne Computer, iPad, Handy – und keine Internetverbindung. Das tut gut. Am Wochenende bleibt das Handy zu Hause oder es wird im Urlaub nur dann aktiviert, wenn man es wirklich braucht. Eine Unterkunft – privat oder im Urlaub – ohne WLAN-Zugang ist heute für die meisten undenkbar, oft gar eine Katastrophe.

Mit einem wirklichen Drama konfrontiert sind jene Menschen, die an Elektro-Hypersensibilität (EHS) leiden – wie Daniela Pichler. Sie wurde schwer krank, verlor ihren Job und musste letztendlich mit ihrer Familie die Reihenhaussiedlung verlassen, um in einem halbwegs allein stehenden Haus wieder durchatmen zu können. Verspottet und verhöhnt wurde die dreifache Mutter, die vorerst mit der Diagnose „Burn-out“ bedacht wurde. Hätte sie nicht einen liebenden Mann und

eine verständnisvolle Familie an der Seite, hätte sie alle Lust am Leben verloren – und wäre zum Sozialfall geworden.

Mobilfunkmasten bestrahlen nahezu lückenlos das Land; Hotspots in Zug und S-Bahn, in Gaststätten, Krankenhäusern, auf Almhöfen sorgen für pausenlosen Eintritt ins Internet. Wohnungen und Arbeitsplätze sind voller Schnurlostelefone und WLAN-Verbindungen. Für elektro-hypersensible Menschen bedeutet das ein Leben mit Schlaflosigkeit, Übelkeit, Kopfweh, Erschöpfung, Herzerasen ... Wird in Schweden EHS als Behinderung anerkannt und in Paris WLAN aus Bibliotheken verbannt, ist es bei uns höchst an der Zeit, wenigstens gefühlvoll mit dem Thema umzugehen. Es kann nicht sein, jene Menschen zu verspotten, die zu Hause Kabel-Internet nutzen und das Leben nur in abgeschirmten Räumen und Funklöchern ertragen. Dass eine WLAN-freie Zeit viel Erholung bringt, das ist nichts Neues, auch nicht für Menschen mit dickerem Panzer.

BIRGIT.KALTENBOECK@SVH.AT

0 11. Juni 2017 Schlagwörter: Elektrosmog, Handy, Smartphone, Strahlung

So kann man die Funkstrahlung im Alltag reduzieren

Umweltmediziner Gerd Oberfeld erklärt, wie viel Funkstrahlung WLAN, Smartphone und Handymasten aussenden. Tipp: WLAN nur bei Nutzung einschalten, mobile Handy Dienste deaktivieren.

WLAN zu Hause: Strahlung: Ein WLAN Router/Accesspoint mit einer Sendeleistung von 100 mW führt in 1 m Entfernung zu einer Strahlungsdichte (Peak) von ca. 20 mW/m² (Milliwatt pro Quadratmeter) und liegt um den Faktor 2000 über dem Richtwert für WLAN am Tag von 10 µW/m². Ein Tablet/Notebook mit 30 mW Sendeleistung ergibt in 30 cm ca. 60 mW/m² und liegt um den Faktor 6000 über dem Richtwert.

Tipp: Internetverbindung über LAN-Kabel! Bis dahin WLAN-Router nur bei Bedarf einschalten bzw. anstecken, nach Gebrauch ausschalten oder vom Stromnetz abstecken. Auch neuere Flach-TV-Geräte mit WLAN-Funktion können WLAN-Dauerstrahler sein (auch im Standby!). Deshalb am besten nach Gebrauch vom Stromnetz trennen/ abstecken. Massive Wände zwischen Sender und Tablet drosseln die Strahlung; größere Entfernung zum Sender ebenso.

Smartphone: Mit „2G“ hundertfach höhere Strahlung

Strahlung: Bei Einstellung „3G“ oder „4G“ reduziert sich gegenüber „2G“ die Strahlungsdichte (Peak) je nach Empfangsbedingung um etwa den Faktor 100. Grund: Die Mobilfunkstandards 3G und 4G kommen durch die Leistungsregelung mit weniger Energie aus. Beim Smartphone verursachen manche Apps eine wiederkehrende Funkstrahlung.

Tipp: Handy nicht am Körper tragen! Besser in der Tasche. Freisprechfunktion oder Headset/Stöpsel statt Handy am Ohr. Beim Smartphone „Mobile Dienste“/unnötige Apps deaktivieren – SMS und Telefon funktionieren.

Handymasten: Fachmann kann messen

Strahlung: Die Höhe der Strahlung hängt u.a. von der Art und Ausrichtung der Antennen, Sendeleistung, Signalart, Entfernung, Höhenunterschied sowie in Innenräumen von den Dämpfungseigenschaften der Wände, Fenster, Decken, Dachhaut etc. ab. Standorte finden sich auf www.senderkataster.at.

Tipp: Eine qualifizierte Messung im Schlaf- und Wohnbereich. Spezielle Materialien an Wänden/Fenstern können die Strahlungswerte reduzieren.

Schule: Besser LAN-Kabel statt WLAN

Strahlung: In einer Schulklasse ist WLAN an. Vier Schüler arbeiten zugleich an Notebooks/Tablets mit jeweiliger Sendeleistung von 30 mW. Umweltmediziner Oberfeld errechnet bei einem Abstand von 1 m zu den vier Sendern eine Funkstrahlung (Peak) von 27 mW/m². Der Richtwert für WLAN am Tag von 10 µW/m² wird 2700-fach überschritten.

Tipp: Internet via LAN-Kabel, bis „Visible Light Communication“ auf den Markt kommt.

Anmerkung: Neufassung von Gerd Oberfeld, da in der publizierten Erstfassung Strahlenwerte zum Teil sehr knapp und deshalb teils missverständlich dargestellt wurden.