

Schlafprobleme durch Elektromog: was tun?

MPA Elektrobiologie AG Immer mehr Menschen leiden unter schlechtem Schlaf. Die MPA, das Kompetenzzentrum für Elektrobiologie, informiert über die Ursachen und Lösungen zur Verbesserung der Schlafqualität.

Was man nicht spüren, sehen oder riechen kann, bedeutet noch lange nicht, dass es nicht trotzdem «da» ist. Elektrosensible Menschen (über 10 Prozent der Bevölkerung) reagieren unmittelbar mit Beschwerden, welche in direkten Zusammenhang mit Elektromog gebracht werden können.

Die Zunahme der Anzahl Betroffenen geht einher mit der Zunahme der uns umgebenden technisch erzeugten Felder, wobei die stark gepulsten Belastungen massiv zugenommen haben. Moderne Technologien erzeugen Belastungs-

Quellen im Schlafbereich wie z.B.: Photovoltaikanlagen, drahtlose Geräte (Mobilfunk, WLAN, Bluetooth), jegliche Netzteile und Ladegeräte sowie Sensorlampen und LED-Leuchten.

Primär ist nicht nur die Intensität (Stärke und Nähe), sondern auch die Dauer der Belastung entscheidend. Die Erfahrung hat gezeigt, dass bei Schlafproblemen immer häufiger eine Elektromog-Belastung die kausale Ursache ist.

Die Summe aller Dinge; Elektroinstallationen werden immer anspruchsvoller und deutlich mehr

Funkanwendungen sind heute im Einsatz. Sowohl im Eigenheim wie am Arbeitsplatz ist die Dauer und Intensität von elektromagnetischer Strahlung unablässig angestiegen. Je grösser der Abstand jedoch zwischen Quelle und Benutzer wird, umso geringer wird deren Einfluss auf den Menschen. Im Zusammenhang mit Gesundheitsproblemen ist der Schlafplatz von grosser Wichtigkeit. Warum? Ist dieser belastet, kann unser Körper über Nacht nicht regenerieren und dadurch können mittel- und langfristig körperliche oder psychische Beschwerden entstehen. Dies ist selbstverständlich immer als Ursache von mehreren Faktoren zu betrachten. Die MPA arbeitet eng mit Ärzten, Therapeuten und Forschern zusammen, um alle relevanten Quellen und Gefahrenpotenziale stets aktuell mit einzubeziehen.

Elektromog kann die Lebensqualität mindern

Wir verbringen einen grossen Teil des Tages an belasteten Arbeitsplätzen und führen nur noch Telefonate mit Handys oder Schnurlostelefonen und unser Organismus ist auch während der Nacht Elektrobelastrungen ausgesetzt.

Daher ist es leicht nachvollziehbar, dass die Zahl elektrosensibler Menschen ansteigt und die Zusammenhänge zu Gesundheitsproblemen oft in diesem Übermass an Belastung zu finden sind.

Das Bundesamt für Umwelt (BAFU) informiert auf der Homepage beispielsweise wie folgt: «Sehr intensive Strahlung niedriger Frequenz kann Nervenimpulse und unwillkürliche Muskelkontraktionen auslösen. Intensive hochfrequente Strahlung kann zu einer Erwärmung von Geweben führen». International geltende Grenzwerte schützen vor Belastungen solcher Auswirkungen. Verschiedene Studien liefern jedoch eindeutige Hinweise auf biologische Effekte auch bei schwacher Strahlenbelastung weit unterhalb der gesetzlichen Vorsorgegrenzwerte. Versuche mit schwacher Strahlung niedriger Frequenz haben beispielsweise Auswirkungen auf das Verhalten, die Lernfähigkeit oder das Hormonsystem von Tieren gezeigt. Das internationale Krebsforschungszentrum (IARC) hat niederfrequente Magnetfelder als potenziell krebserregend eingestuft und schliesst nicht aus,

dass diese Felder das Leukämierisiko für Kinder erhöhen können.

So smart geht Schutz vor Elektromog heute

Der Einsatz eines Netzfreischaltes ist eine praktische und günstige Möglichkeit, die Strahlenbelastung, vor allem an Schlafplätzen, zu minimieren, wobei die bestehende Elektro-Verdrahtung weitgehend belassen werden kann.

Der ideale Netzfreeschalter schaltet sowohl Phase als auch Neutralleiter ab und verbindet zusätzlich die nun freischwingenden Leitungen mit dem Erdungspotential. Doch dies macht er nicht «hart», sondern analysiert einkoppelnde Signale, um diese dann gegenphasig zu kompensieren. So entsteht ein echtes Nullpotential auf den Leitungen und Verbrauchern und schlussendlich auch in den Räumen.

So werden die strengen elektrobiologischen Grenzwerte erreicht. Das ist Elektrobiologie auf neuestem Stand der Technik.

Ökologisches Bauen und Sanieren

Selbstverständlich führen professionelle Ursachenanalysen mit Elektromog-Messungen zu ent-

sprechenden Massnahmen für die Schaffung eines störungsfreien Umfeldes einer Wohnung, eines Büros oder eines ganzen Gebäudes. Dazu gehören auch elektrobiologische Sanierungen und Bauleitungen für Alt- und Neubauten.

Reduktion des Elektromogs führt zu mehr Lebensqualität und Wohlbefinden für den Menschen und zu Mehrwert der Bausubstanz.



Für den Netzfreeschalter genügt die Funkfernbedienung, ohne dass Standby-Geräte ausgesteckt oder ausgeschaltet werden müssen, und das mit minimaler Funkbelastung.



MPA Elektrobiologie AG
Hofmannspüntstrasse 1
8542 Wiesendangen
Tel. 052 355 25 15
mpa-ag.ch

