

## KENNISBERICHT 2013-2

*Eindhoven, 9 juli 2013*

### Folder van het Nationaal Platform stralingsrisico's



[www.stralingsrisicos.nl](http://www.stralingsrisicos.nl)



## VERSTANDIG OMGAAN MET DE MOBIELE TELEFOON

### *over vermindering van stralingsrisico's*



#### **Draadloze apparatuur/mobieltjes**

In relatief korte tijd is het dagelijks leven doortrokken met draadloze communicatie. Vermaak, gemak en bereikbaarheid spelen hierbij een belangrijke rol. Alle verbindingen komen tot stand door radiogolven, zowel dichtbij via DECT telefoons en PC modems als regionaal via zendmasten en wereldwijd via satellieten. De vraag naar gezondheidsrisico's steekt regelmatig de kop op, al doet de overheid er veel aan dit niet in het nieuws te brengen, centraal staat nog steeds onrustbestrijding. Dit kennisbericht wil u recente en evenwichtige informatie en advies geven, gebaseerd op onbevooroordeelde wetenschappelijke kennisinterpretatie, zodat u weloverwogen een keuze kunt maken t.a.v. het gebruik van uw draadloze apparaten.

#### **Interpretatie van kennis**

Radiogolven brengen in het lichaam vele veranderingen teweeg. Op de site [http://www.emf-portal.de/db\\_status.php?l=e&sform=6](http://www.emf-portal.de/db_status.php?l=e&sform=6) worden 17704 publicaties in 68 categorieën onderscheiden. Op alle functies van de mens heeft het aantoonbare invloed. Onze gezondheidsraad doet net alsof er alleen maar warmte ontstaat en heeft daar torenhoge richtlijnen voor geadviseerd aan de minister.

De richtlijnen zijn echter van land tot land zeer uiteenlopend. Het is voor vele ons omringende landen plausibel dat er gezondheidsproblemen kunnen optreden. Invloeden op de zenuwen, de hersenactiviteit, het hart en het erfelijk materiaal zijn enkele effecten die wetenschappelijk aangetoond zijn. Deze effecten treden bij iedereen op en kunnen onomkeerbare schade aanrichten. Daarom heeft een onafhankelijke groep wetenschappers n.a.v. een vraag van de Engelse overheid de strikte aanbeveling gedaan om het “voorzorgsprincipe” te hanteren totdat er meer zekerheid is over de gezondheidsrisico’s van de gevonden effecten op de mens en de natuur. Het Oostenrijkse Ministerie van Gezondheid heeft al een folder opgesteld met tips voor het gebruik van mobiele telefoons. In Nederland loopt men niet voorop in het ontwikkelen van een toekomstgericht volksgezondheidsbeleid. In Frankrijk is het op scholen verboden om mobieltjes te gebruiken en verboden reclame te maken voor mobieltjes voor jeugdigen.

#### **VERMINDER DE BLOOTSTELLING AAN RADIOGOLVEN DOOR**

- Kies ‘wired first’ vooral binnenshuis
- kies zo mogelijk voor een telefoon met vaste verbinding
- Houd de gesprekken met uw mobiel kort, of stuur een SMS bericht
- Draag de telefoon niet op uw lichaam.
- Leg hem niet naast of in uw bed.
- Let bij aankoop op een lage SAR-waarde
- Telefoneer liever niet in afgesloten ruimtes zoals auto’s, treinen, tunnels, kelders e.d.
- Wacht tot de mobiele telefoon verbinding heeft en houdt hem daarna pas bij het hoofd
- Gebruik een headset

#### **SAR-WAARDEN**

Van iedere telefoon is bekend hoeveel warmte er in uw lichaam opgewekt wordt. Deze warmtemaat, de Specific Absorption Rate, wordt door de fabrikant met de telefoongegevens meegeleverd. Zie voor algemene info [www.handywerte.de](http://www.handywerte.de). De SAR waarden van de verschillende typen kunnen variëren van 0,02 tot 1,9 W/kg. Of alle hands-free headsets de SAR waarde verlagen is onduidelijk. Ter vergelijking: de normale eigen warmteproductie van het lichaam is 1 W/kg.

## KINDEREN EN JONGEREN TOT 16 JAAR

Wetenschappelijk onderzoek over de ontwikkeling van de hersens bij kinderen heeft aan het licht gebracht dat microgolven van de mobiele telefoon veranderingen van de hersenactiviteit teweeg brengen. Dit heeft ertoe geleid dat reeds in 2000 de Engelse Stewart-groep een ontmoedigingsbeleid voor het gebruik van de mobiele telefoon door kinderen aan de overheid geadviseerd heeft. Nu is er wereldwijd veel aandacht voor het verminderen van de blootstelling van kinderen. In het Freiburger artsen Appel uiten meer dan duizend Duitse artsen hun grote bezorgdheid over de gezondheid van hun medemensen. In hun praktijk zien ze een sterke relatie tussen diverse ziekten en chronische aandoeningen en de blootstelling aan straling.



### Extra voorzorg om de blootstelling aan radiogolven te beperken

- Laat kinderen alleen noodzakelijke telefoontjes plegen.
- Zet de telefoon niet onnodig in de stand-by modus. Schakel hem 's nachts uit.
- Begeleid kinderen in het omgaan met de mobiele telefoon.

## DRAGERS VAN PACEMAKERS

Belangrijk voor dragers van een pacemaker is om nauwkeurig in de gaten te houden of u lichamelijke veranderingen bemerkt. Draag de telefoon in ieder geval niet op uw lichaam. Koop een telefoon met lage SAR waarde. Gebruik zoveel mogelijk een vaste lijn en geen draadloze huistelefoon.

## DRAADLOZE APPARATEN

Het aantal draadloze apparaten neemt hand over hand toe, denk hierbij aan: DECT-huistelefoons, WiFi, toetsenbord en muis, babyfoons, koptelefoons, Digitenne zenders, warmtemeters enz. Deze apparaten brengen de straling heel dicht bij u op de huid en kunnen de stralingsbelasting met een factor duizend of meer verhogen.

## ARBEIDSSITUATIES

Bij sommige beroepen wordt veel gebruik gemaakt van de mobiele telefoon. Mogelijke adviezen van de bedrijfsleiding: Niet te bellen tijdens het autorijden. Zo mogelijk een vaste lijn te gebruiken. Goed te letten op mogelijke gezondheidseffecten bij frequent bellen. Tegemoetkomen aan de klachten van elektro-over-gevoelige mensen.

## KLACHTENREGISTRATIE

Er zijn alleen particuliere meldpunten in Nederland. De stichting voor elektro-overgevoeligen EHS <http://www.stichtingehs.nl/>.

## NADERE INFORMATIE

- Zembla, Ziek van je mobieltje.
- Salzburg congresverslag "International Conference on Cell Tower Siting 7-8 june 2000".
- Stewart rapport "Mobile Phones and Health 28-4-2000 van de onafhankelijke expertise groep en het "Ecolog rapport" 2006.
- Op de site [www.stopumts.nl](http://www.stopumts.nl) is zeer veel informatie te vinden.
- IARC rapport: International Agency for Research on Cancer:  
<http://monographs.iarc.fr/ENG/Monographs/vol102/mono102.pdf>  
<http://www.emfacts.com/>
- Stewart rapport: [www.iegmp.org.uk](http://www.iegmp.org.uk)
- Salzburg Rapport: [www.land-sbg.gv.at/celltower](http://www.land-sbg.gv.at/celltower)
- EcologInstitut: [www.ecolog-institut.de](http://www.ecolog-institut.de)
- <http://www.bioinitiative.org/report/index.htm>
- <http://www.iegmp.org.uk> Stewart rapport.
- <http://www.salzburg.gv.at/themen/gs/gesundheit/umweltmedizin/elektrosmog/celltower.htm>
- <http://www.ecolog-institut.de/index.php?id=6> EMF-Handbuch
- [http://www.bmgfj.gv.at/cms/site/attachments/3/8/7/CH0011/CMS1145440179802/10\\_kundi-wienmobiltelefonie\\_pdf.pdf](http://www.bmgfj.gv.at/cms/site/attachments/3/8/7/CH0011/CMS1145440179802/10_kundi-wienmobiltelefonie_pdf.pdf) Kundi rapport, Oostenrijk
- [http://www.next-up.org/pdf/Council Europe Resolution 1815 The potential dangers of electromagnetic fields and their effect on the environment 27 05 2011.pdf](http://www.next-up.org/pdf/Council_Europe_Resolution_1815_The_potential_dangers_of_electromagnetic_fields_and_their_effect_on_the_environment_27_05_2011.pdf). Rapport over EMV van de Raad van Europa.

In Nederland wordt eigen onderzoek gedaan voor 16 milj euro, daar zou beleid op moeten volgen, onze verwachting is dat er zonder maatschappelijke druk niets gaat veranderen.

## UITGAVE

Dit kennisbericht is een uitgave van het NPS [www.stralingsrisicos.nl](http://www.stralingsrisicos.nl)



### Disclaimer:

*Bovenstaand kennisbericht heeft uitsluitend als doel mensen die zich willen oriënteren op het gebied van de risico's van Elektromagnetische Straling van relevante informatie te voorzien en verantwoorde omgang met mobiele communicatie te bevorderen.*

*De Stichting Kennisplatform Elektromagnetische Straling acht zich niet verantwoordelijk of aansprakelijk voor in dit kennisbericht verstrekte informatie of voor eventuele gevolgen daarvan.*