

Elektrosmog im Kinderzimmer?

Wie Strahlenbelastungen vermieden werden können

Musikanlagen, Spielekonsolen, Computer und Fernseher gehören heutzutage zur Standardausstattung im Jugendzimmer. Dazu kommen Radiowecker, Leuchten und Elektroheizungen. „Eltern ist häufig nicht bewusst, dass ihr Nachwuchs quasi ständig unter Strom steht“, meint Ralf Holtrup, Baubiologe und Vorstandsmitglied von Biolysa e.V.

Gerade wenn Kinder im Haushalt wohnen, ist es sinnvoll, jede mögliche Gefahrenquelle auszuschalten. Dazu gehört auch Elektrosmog. Als Elektrosmog bezeichnet man alle künstlich erzeugten elektrischen oder magnetischen Spannungen – und natürlich auch die Funkwellen, erläutert der Fachmann. Überall wo Strom fließt, fließt automatisch ein elektromagnetisches Feld mit und das ist nahezu überall der Fall. Elektrische Felder entstehen, wenn Elektrogeräte am Stromnetz angeschlossen sind, selbst wenn sie ausgeschaltet sind.

Wer den Schlaf der Kinder verbessern will, sollte Elektrosmog verhindern. „Wenn Sie Ihr Kind morgens am Fußende oder quer liegend im Bett vorfinden, kann das ein Signal sein. Oft versuchen Kleinkinder im Schlaf den Strahlungen durch eine Veränderung der Schlafposition auszuweichen“, so Holtrup. „Wenn Ihr Kind beispielsweise unter Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Bettnässen oder Schweißausbrüchen in der Nacht leidet und tagsüber Konzentrationsstörungen hat, kann Elektrosmog die Ursache sein“, ist der Elektrosmogexperte überzeugt.

Es gebe zudem Studien, die darauf hinweisen, dass ein Zusammenhang bestehe zwischen einer Dauerbelastung mit diesen magnetischen Wechselfeldern und erhöhten Leukämieraten bei Kindern. Diesen Verdacht bestätigte auch der Wissenschaftsladen Bonn, der sich seit Jahren mit dem Thema Strahlenbelastung beschäftigt.

Die **Faustregel der Baubiologen**: Abschirmen, Abschalten, Abstand halten. Holtrup: „Die wichtigste und zugleich einfachste Schutzmaßnahme lautet Abstand zu Elektronik halten, denn mit doppelter Entfernung sinkt die elektromagnetische Feldstärke auf ein Viertel.“

Andere **Ratschläge** zur Reduzierung von Elektrosmog im Kinderzimmer:

- Möglichst keine Trafos z.B. für Halogenlampen, Eisenbahnen und Rennbahnen nutzen.
- Kein dimmbares Nachtlicht, keine Verlängerungskabel unter oder neben dem Bett.
- Elektrogeräte nicht im Stand-by-Betrieb belassen, besser ausschalten.
- Ein Mindestabstand von einem bis zwei Metern für Babyfone
- Nur strahlungsarme Babyphone nutzen. Auf keinen Fall DECT-Technik (Dauersender)
- Kein W-LAN nutzen.
- Das Kinderbett gehört nicht in unmittelbarer Nähe von Steckdosen.
- Metallteile im und am Bett sind zu vermeiden.

Bei Kindern im Schulalter komme auch das Mobiltelefon als Elektrosmog verursachender Faktor hinzu, dass ebenfalls elektromagnetische Strahlung abgibt. Derzeit führe die WHO hierzu eine umfassende Studie durch. Holtrup: „Oft steckt der Teufel im nicht vermuteten Detail und Elektrosmog geht auch durch Wände. So kommt oft eine zusätzliche Belastung von Nebenräumen, den lieben Nachbarn oder von außen durch Funkwellen.“

Daher empfiehlt der Strahlenexperte aus dem Münsterland eine baubiologische Schlafplatzuntersuchung, bei der alle Elektrosmogfelder im Detail nach baubiologischen Richtlinien untersucht und protokolliert werden. Im Anschluss erfolgt die ausführliche Beratung zur Reduzierung der Elektrosmog-Felder.

In vielen Fällen sind es kleine Veränderungen, die das Kind wieder ruhig schlafen oder trocken werden lassen und den Familiensegen wieder ins rechte Licht rücken, ist Ralf Holtrup überzeugt.

Eine gute Adresse für kostenlosen telefonischen Rat und bei Bedarf Vermittlung von fachkundigen Messtechnikern sind die Beratungsstellen von BIOLYSA e.V.

Deren Baubiologen sind bundesweit tätig. Info-Telefon.: 0700 - 246 597 238, Verbindungskosten aus dem Festnetz: 14 Cent / Min.

www.biolysa.de