

## Begriffe um EHS und EMF

**Elektrosensibilität** ist ein Sammelbegriff für alle Formen körperlicher Reaktionen auf **elektromagnetische Felder (EMF)**. Die medizinisch korrekte Bezeichnung lautet: Syndrom, hervorgerufen durch Exposition mit elektromagnetischen Feldern oder kurz **EMF-Syndrom**, auch **Elektrohypersensibilität (EHS)** genannt.

**Niederfrequente (NF)** elektrische und magnetische Felder infolge Bahn- und Hausstrom nehmen mit der Distanz von der Quelle rasch ab. **Hochfrequente (HF)** elektromagnetische Strahlung von Mobil- und Rundfunk dagegen breitet sich bis in grössere Entfernungen aus. Technisch wird von **elektromagnetischen Feldern (EMF)** gesprochen, gleichgültig, ob es sich um HF oder NF handelt.

Die meisten Elektrosensiblen reagieren empfindlicher auf HF-Strahlung als auf NF-Felder. Bezüglich Langfristwirkungen auf die Gesundheit sind alle Frequenzen von vergleichbarer Bedeutung.

Mehr als 10% der Bevölkerung  
leiden unter Elektrosensibilität

## Elektrosensibilität und Wissenschaft

Zahlreiche seriöse Studien belegen einen klaren Zusammenhang zwischen Bestrahlung und physiologischen Reaktionen: unter anderem sind mehr Mastzellen in den oberen Hautschichten feststellbar, bestimmte Hirnregionen werden nicht richtig durchblutet, der Hormonspiegel ist gestört, der Hautwiderstand verändert sich, die kapillare Mikrozirkulation sowie die Herzfähigkeit sind beeinträchtigt.

## Quellen elektromagnetischer Belastung

- Handys, Smartphones, Laptops, Tablet-Computer, Schnurlos-telefone, ...
- Drahtlose Netzwerke (WLAN/WiFi) für Internet, Fernsehen, Radio, Telefon, Spielkonsolen, Überwachungskameras, ...
- Internet über die Stromsteckdose (Power Line Communication/PLC)
- Jede Sendeantenne, beispielsweise für Mobilfunk, analoges und digitales TV/Radio, Funkrufdienste (Pager), Betriebsfunk, Amateurfunk, Radar, Polycorn, Flugfunk, Richtfunk, ...
- Drahtloses Computerzubehör, Babyphones, Wetterstationen, Lesegeräte für RFID-Chips, ...
- Mikrowellenöfen, Induktionsherde, Energiesparlampen, Netzgeräte, Computer- und TV-Bildschirme (v.a. Plasma), elektronisch geregelte Motoren in Haushalt und Fahrzeugen, ...
- Hochspannungsleitungen, Bahnfahrstromleitungen, Trafostationen, Gebäude-Elektroinstallation, Elektromotoren, ...

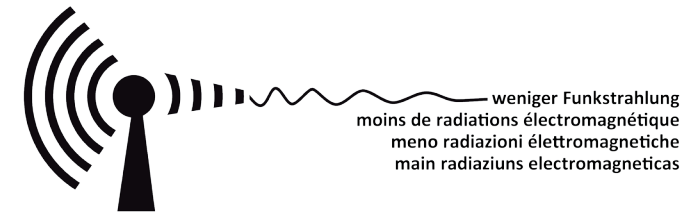
## Mitglieder des Dachverbandes Elektrosmog Schweiz und Liechtenstein

- Gigaherz.ch - Schweizerische Interessengemeinschaft Elektrosmog-Betroffener, [www.gigaherz.ch](http://www.gigaherz.ch)
- Bürgerwelle Schweiz, [www.buergerwelle-schweiz.org](http://www.buergerwelle-schweiz.org)
- Verein gesundheitsverträglicher Mobilfunk VGM, Liechtenstein, [www.telefonie.li](http://www.telefonie.li)
- Interessengemeinschaft strahlungsfreies Kreuzlingen, [www.strahlungsfrei.ch](http://www.strahlungsfrei.ch)
- Verein Mobilfunk mit Mass in Erlenbach, [www.mobilfunk-erlenbach.ch](http://www.mobilfunk-erlenbach.ch)
- IGOMF - Interessengemeinschaft ohne Mobilfunkantennen in Berg SG und Freidorf TG, [igomf@postmail.ch](mailto:igomf@postmail.ch)
- Interessengemeinschaft gegen Funkantennen in wohnnahen Gebieten von Wängi TG
- Interessengemeinschaft Mobilfunk mit Mass in St.Gallen
- Verein für einen gesundheitsverträglichen Mobilfunk Churwalden / Pradaschier
- Associazione Territori Vivibili, [www.territorivivibili.ch](http://www.territorivivibili.ch)
- ARA – Association Romande Alerte, [www.alerte.ch](http://www.alerte.ch)
- IG Mobilfunk mit Vernunft, Elgg
- Kantonale Luwe, Luzern für weniger Elektrosmog
- Ortsgruppe SUMM Sinnvoller Umgang mit Mobilfunk Rapperswil-Jona, [www.summ.info](http://www.summ.info)
- Verein pro Seetal, Ermensee
- Verein Parler Partout, [www.parler-partout.ch](http://www.parler-partout.ch)

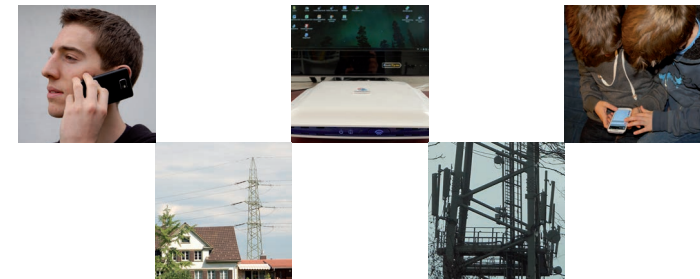
- Ausführliche Informationen auf unserer und auf allen oben genannten Homepages.
- Bereitstellung von verschiedenen Flyern per e-Mail oder Post
- Hilfe bei der Gründung von Interessengemeinschaften, Einzelsprechergruppen, Vereinen etc.
- Vermittlung von Fachleuten für Vorträge, Messungen u.ä.

Postadresse: Funkstrahlung.ch, 9016 St.Gallen  
eMail: [info@funkstrahlung.ch](mailto:info@funkstrahlung.ch)  
Internet: [www.funkstrahlung.ch](http://www.funkstrahlung.ch)  
Spendenkonto: Post 85-684517-4  
IBAN CH76 0900 0000 8568 4517 4

April 2013



Dachverband Elektrosmog Schweiz und Liechtenstein



# Elektrosensibilität kann alle treffen

[www.funkstrahlung.ch](http://www.funkstrahlung.ch)

## Symptome von Elektrosensibilität

Betroffene berichten unter anderem von Herz-/Kreislaufproblemen, Hautreizungen, Schlafstörungen, hormonellen Störungen, Gleichgewichts- und Sehstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Schweissausbrüchen, Blutdruckentgleisungen, innere Unruhe, Dauerstress, das Gefühl, dauernd von Strom durchflossen zu sein, Stimmungsschwankungen, Depressionen, vibrierender Körper, Magen-/Darmbeschwerden, Muskel- und Gelenkschmerzen, kribbelnde und brennende Kopfhaut.

Es gibt kein Symptom, welches man zweifelsfrei nur elektromagnetischen Feldern (EMF) als Ursache bzw. Auslöser zuschreiben kann. Als Einzelsymptome sind sie unspezifisch. Das erschwert die medizinische Diagnose. Das Gesamtbild aller Symptome eines Patienten muss erkannt werden.

## Auftreten der Beschwerden

Spontane Beschwerden infolge EMF beginnen sofort oder um Minuten bis Stunden verzögert, je nach Individualität und Strahlungsstärke. Nach Ende der Belastung klingen sie individuell unterschiedlich rasch ab. Nachwirkungen können Stunden bis Tage dauern.

Elektrosensibilität entsteht oft schleichend über längere Zeit, aber manchmal auch schlagartig durch einen auslösenden Vorfall (extreme Strahlungsbelastung, Schädel-Hirn-Trauma, starker Stromschlag, etc.) und verstärkt sich mit der Zeit. Sie kann durch eine Schwermetall- oder Chemikalienbelastung und durch eine allgemeine Nerven- oder Immunschwäche begünstigt werden. Weniger häufig tritt sie schon bei Kindern und Jugendlichen auf.

## Schwierige Therapie

Therapieversuche bei fortdauernder elektromagnetischer Belastung haben wenig Erfolg. Erste Priorität hat daher die Verringerung der Belastungsfaktoren, insbesondere während der Nachtruhe. Kurzfristige Abhilfe schafft ein Aufenthalt an Orten mit sehr geringer EMF-Belastung. Längerfristig hat sich bis jetzt nur eine Kombination aus konsequenter EMF-Vermeidung und veränderter Lebensführung als hilfreich erwiesen.

**Elektrosensibilität kann alle treffen.  
Ob und wann ist abhängig von**

- Strahlungsstärke
- Strahlungsart
- Einwirkungszeit
- individueller Konstitution

## Elektrosensibilität – eine neue Volkskrankheit

Mit dem stetigen Anstieg des allgemeinen Funkstrahlenpegels nimmt auch die Elektrosensibilität zu. Experten rechnen heute mit über 10% Elektrosensiblen. Dazu kommt noch die Dunkelziffer, denn viele Betroffene verdrängen ihre Symptome oder ordnen sie anderen Ursachen zu.

Gerade deshalb müssen Elektrosensible darauf bestehen, dass ihre Diagnose mit dem Code Z58 bzw. Z58.4 gemäss ICD-10-GM der WHO klassifiziert wird. Nur so ist die systematische Erfassung in Statistiken gewährleistet.

## Elektrosensibilität und medizinische Praxis

Umweltmedizinisch erfahrene Ärzte und Komplementärmediziner erkennen die Zusammenhänge zwischen Symptomen und elektromagnetischer Strahlung. Auch Hausärzte müssen sich immer öfter mit dieser Problematik befassen. Leider werden die Symptome aber nicht immer richtig zugeordnet und die Patienten deshalb zum Psychosomatiker oder Psychiater geschickt.

Aber Elektrosensibilität bzw. das EMF-Syndrom ist ein physiologisches Leiden: Es ist zu den Multisystemerkrankungen wie Chronisches Müdigkeitssyndrom (CFS), Multiple Chemikalien-sensitivität (MCS), Fibromyalgie (FM), Posttraumatische Belastungsstörung (PTSD) zu zählen.

### Empfehlung an Elektrosensible

**Machen Sie Ihren Hausarzt darauf aufmerksam, dass für Diagnosen eine Klassifikation gemäss ICD-10-GM der WHO vorzunehmen sei. Dabei ist konsequent der Diagnosecode Z58 für „Elektrosensibilität“ sowie der Zusatzcode Z58.4 für „verursacht durch elektromagnetische hochfrequente Felder“ zu verwenden.**

## Persönliches Risiko für Elektrosensibilität

Erstellen sie ihr persönliches Risikoprofil für Elektrosensibilität, indem Sie in der dritten Spalte die Gewichtungspunkte der für Sie zutreffenden Risikofaktoren zusammenzählen.

**Risikobewertung:** 0 - 10 Punkte geringes Risiko  
11 - 20 Punkte mittleres Risiko  
21 - 30 Punkte hohes Risiko  
über 30 Punkte sehr hohes Risiko

Das Risiko kann verkleinert werden, indem möglichst viele Faktoren, insbesondere während der Ruhephasen, verringert werden.

Risikocheck für Elektrosensibilität	
1. Ich trage meistens ein Handy, Smartphone oder Tablet-PC auf mir und nutze es regelmässig	2
2. Ich nutze mein Handy seit über zehn Jahren oder schon vor meinem 20. Geburtstag regelmässig	2
3. An meinem <b>Arbeitsplatz/in der Schule</b> wird ein drahtloses Netzwerk (WLAN/WiFi) betrieben	2
4. Ich betreibe <b>daheim</b> WLAN/WiFi für Internet, TV, Radio etc	3
5. Ich wohne in einem mehrstöckigen Mehrfamilienhaus	2
6. Ich <b>arbeite</b> täglich mehrere Stunden am Computer.	1
7. An meinem <b>Arbeitsplatz/in der Schule</b> ist ein dauerstrahlendes Schnurlostelefon (DECT) in Betrieb	2
8. Ich benutze daheim häufig ein Schnurlostelefon (DECT)	3
9. Am <b>Arbeitsplatz/in der Schule</b> wird Internet über die Stromsteckdose (Powerline Communication/PLC) betrieben	1
10. Ich benutze <b>daheim</b> PLC für die Datenübertragung	2
11. In Bettnähe sind netzbetriebene Geräte, Lampen oder Stromkabel eingesteckt (näher als 2m)	3
12. Mein <b>Arbeitsplatz</b> ist mit einer Stromsparlampe (Kompakt-FL) aus weniger als 2m Entfernung beleuchtet	2
13. Ich pendle täglich in überfüllten Zügen, Bussen, Trams	2
14. Ich <b>arbeite</b> in der Nähe einer Mobilfunkantenne oder eines Rundfunksenders	2
15. Ich <b>wohne</b> in der Nähe einer Mobilfunkantenne oder eines Rundfunksenders	3
16. Ich <b>arbeite</b> in der Nähe einer Hochspannungsleitung oder einer Bahnlinie	2
17. Ich <b>wohne</b> in der Nähe einer Hochspannungsleitung oder einer Bahnlinie	3
18. In meinem Haus ist ein SmartMeter als Strom-/Wasser-/Gaszähler mit <b>Funk- oder PLC-Technik</b> installiert	3
19. Ich habe einen Beruf mit hohen EMF-Belastungen (z.B. Elektroschweisser, Lokomotivführer, Radar-, Funk-, Hochspannungsspezialist und Angestellte neben Warensicherungs-/RFID-Systemen)	2
<b>Total der einzelnen Risikofaktoren</b>	..