

Tipps zur Biologischen Elektrotechnik = Elektromog Reduktion

An Dauer-Aufenthaltsorten, **besonders im Schlafraum**, sollen Störeinflüsse durch Elektromog minimiert werden. Grundsätzlich gilt: möglichst wenig störende Einflüsse auf den Menschen in der Schlaf- Regenerationsphase einwirken lassen. In der Schlafphase ist der Mensch etwa **30-mal empfindlicher** auf **alle** Störeinflüsse als im Wachzustand!

Elektromog entsteht aus den **drei** verschiedenen Technischen Feldern:

1. Elektrische Wechselfelder Niederfrequent (NF-E)
2. Magnetische Wechselfelder Niederfrequent (NF-B)
3. Hochfrequenzfeld (HF)

Elektromog Quellen: Auflistung ist nicht abschliessend!

1.NF-E und 2. NF-B: Elektroleitungen in Wänden, Böden, Decken und in Nebenräumen. Steckdosen, Sicherungsverteilung, Verlängerungskabel. *Fehlströme auf: Wasserrohren und auf den Zuleitungen vom EW, vom Telefon und TV.* Elektrogeräte wie, Apnoe-Luftpumpe, Nachttischleuchte, Radiowecker, Musikanlage, Heizkissen, Trafo, Elektroheizung, Betten und Sessel mit Elektroanschluss, Induktionskochfeld, Mikrowellen-Backofen, Hochspannungsleitungen im Boden Freileitung und von der SBB.

3. HF: -WLAN.. -Funk-Systeme, Funkmusiklautsprecher, wie SONOS. -DECT Telefon.

-Babyfunk. -Mobilfunksender. -Roboterstaubsauger, -dirty power usw, usw.

Was können Sie tun? Smartphone nicht auf dem Nachttisch, min. 3 Meter Abstand vom Kopf!

Generell gilt: Abschalten, Abschirmen, Abstand vergrössern, (AAA). - Kabel anstelle Funk = LAN Verkabelung verlegen.

- **Schnurlose DECT Telefon: Mit ECO Mode plus verwenden! Achtung, der ECO- Mode plus muss programmiert werden! - WLAN: Nachts + bei nichtgebrauch ausschalten. Prüfen ob im Router, im PC, im Drucker, in der Musikanlage, im TV, etc. die WLAN Funkverbindung deaktiviert ist!**

- Abstand vom Bett zu Leitungen + Geräten so gross wie möglich halten, noch besser,

Geräte Nachts ausstecken. - Wasserbetten Tags ca. 2°C mehr aufheizen, Nachts ausstecken.

- Luftbetten; Stecker ausziehen, ca. alle 14 Tage für einige Stunden einstecken. - Keine Verlängerungskabel unter dem Bett, oder gegen abgeschirmte Kabel ersetzen.

- Bett ca. 20cm von Wänden distanzieren, insbesondere bei Holzwänden.

- Nachts die Sicherungen vom Schlafzimmer und Nebenräumen ausschalten.

Das ist mit einer automatischen Lösung möglich:

Durch den Einbau eines Netzfreischaltes!

Achtung: Nutzen und Funktion vom Netzfreeschalter ohne Messung nicht bekannt.

Mit Ihren getätigten Massnahmen kann der Elektromog eventuell reduziert werden.

Es ist jedoch wahrscheinlich, dass immer noch Elektrische Felder vorhanden sind.

Mögliche Quellen: -Leitungen und Elektrogeräte in Nebenräumen, Fehlströme, Freileitungen, etc.

Mit speziellen Messgeräten wird gemessen, wie stark die vorhandenen EM Felder sind, woher sie kommen, in welchem Zusammenhang sie stehen und vor allem:

Mit welchen Massnahmen kann der Elektromog minimiert werden.

Zielwert: Das sind die Baubiologischen Richtwerte für Schlafräume, die SBM 2015.

In Holzhäusern ist die Ausarbeitung der Sanierungsmöglichkeit, sehr komplex.

Eine professionelle Analyse der Elektromagnetischen Störfelder mit Ausarbeitung der Sanierungsmöglichkeit und schriftlichem Protokoll ist die Basis einer erfolgreichen Sanierung.

Kosten: Messung und Ausarbeiten der Sanierung, mit Protokoll ca. Fr. 700.- bis 1500.-

Stundenansatz Fr.140.-/h + Messgeräte- / Fahrzeugpauschale Fr.210.- April 2024

Sanierung: ca. Fr. 800.- bis 3800.-

Ich bin seit 1988 Elektromogexperte, profitieren Sie von meiner Erfahrung.

Emil Wettach 8810 Horgen **Elektromogexperte seit 1988**

044/725 32 85 info@bio-wetta.ch www.bio-wetta.ch