

Chroń się przed elektrosmogiem

Do ONZ, WHO, UE, Rady Europy oraz rządów wszystkich państw wpłynął apel naukowców, którzy apelują o bezzwłoczne wstrzymanie wdrażania bezprzewodowej sieci 5G (piątej generacji). 5G zwiększy ogromnie ilość promieniowania radiofaleowego (RF), nakładając się na już istniejące sieci telekomunikacyjne 2G, 3G i 4G. Dowiedziono, że promieniowanie RF jest szkodliwe dla ludzi i środowiska.

Szkodliwy wpływ radiofal jest już dawno udowodniony.

Jeszcze zanim zaplanowano wprowadzenie technologii 5G naukowcy z wielu krajów wielokrotnie apelowali o powstrzymanie ekspansji technologii bezprzewodowej i o moratorium na stawianie nowych stacji bazowych w dziesiątkach petycji i apeli⁷, m.in. w Apelu Freiburskim podpisanym przez 3.000 lekarzy. W 2015 roku 215 naukowców z 41 krajów poinformowało Organizację Narodów Zjednoczonych (ONZ) i Światową Organizację Zdrowia (WHO) o swoim zaniepokojeniu obecną sytuacją. Stwierdzili oni, że „wiele najnowszych publikacji naukowych wykazało, iż pola elektromagnetyczne (ang. electromagnetic fields - EMF) wpływają na żywe organizmy przy poziomie promieniowania dużo poniżej wytycznych międzynarodowych i krajowych”. Ponad 10.000 recenzowanych badań naukowych dowodzi, że promieniowanie radiofaleowe (RF) jest szkodliwe dla ludzkiego zdrowia. Zaobserwowano następujące skutki:

- Zaburzenia rytmu serca
- Zmiany w ekspresji genów
- Zmiany w metabolizmie
- Zmiany w rozwoju komórek macierzystych
- Nowotwory
- Choroby sercowo-naczyniowe
- Zaburzenia funkcji poznawczych
- Uszkodzenia DNA
- Negatywny wpływ na ogólne samopoczucie
- Wzrost liczby wolnych rodników
- Problemy w nauce i zaburzenia pamięci
- Pogorszenie jakości i ruchliwości plemników
- Poronienia
- Uszkodzenia neurologiczne
- Otyłość i cukrzyca
- Stres oksydacyjny

Skutki zaobserwowane u dzieci to m.in. autyzm, deficyt uwagi, zespół nadpobudliwości psychoruchowej (ADHD) i astma. Promieniowanie to ma negatywny wpływ nie tylko na zdrowie ludzi - istnieją również liczne dowody na szkodliwość u wielu gatunków roślin, dziko żyjących zwierząt i zwierząt laboratoryjnych, dotyczą one m.in.:

- Mrówek
- Ptaków
- Lasów
- Żab
- Muszki owocowej
- Pszczoły miodnej

- Owadów
- Ssaków
- Myszy
- Roślin
- Szczurów
- Drzew

Jak bronić się przed elektrosmogiem?

Choć nie możemy całkowicie odciąć się od elektrosmogu, to jednak - w oczekiwaniu, na naukowe rozstrzygnięcia - możemy zadbać o to, by zmniejszyć jego szkodliwy wpływ na zdrowie. Oto kilka wskazówek, jak to uczynić:

1. Wróć do telefonu stacjonarnego. Do jego działania konieczny jest kabel, którym płynie prąd elektryczny. W odróżnieniu od komórki nie zanieczyszcza on całej przestrzeni wokół siebie szkodliwymi falami, ponieważ nie próbuje ciągle nawiązać kontaktu z wieżą telefoniczną.
2. Jeśli rozmawiasz przez komórkę, korzystaj z zestawu słuchawkowego. Dzięki temu maksymalnie oddalisz od głowy źródło niebezpiecznego promieniowania.
3. Kiedy to tylko możliwe, korzystaj z trybu samolotowego. Wyłączenie funkcji odbierania połączeń telefonicznych i SMS-ów oraz połączenia z internetem znacząco zmniejszy elektrosmog w Twoim najbliższym otoczeniu.
4. Kup listwy zasilające z przełącznikiem. Kiedy nie musisz korzystać z danych urządzeń, po prostu odłącz je od prądu.
5. Zadbaj o źródła światła dobrej jakości. Emitowane przez diody LED fale utrudniają odpoczynek. Dodatkowo zegary elektroniczne z wyświetlaczem w miłym dla oka kolorze niebieskim mogą nadmiernie pobudzać mózg. Jeśli chcesz się wyspać, zamień nowoczesne żarówki na tradycyjne i nie używaj w sypialni innego zegarka niż na sprężynę.
6. Umieść na łóżku specjalną matę lub pościel. W internecie dostępne są przeciwelektrosmogowe podkłady, pół-prześcieradła i poszwy. Ściągają one na siebie szkodliwe promieniowanie elektromagnetyczne i poprawiają jakość snu. Istnieje kilka technologii, według których wykonywane są takie produkty: może to być np. wełniany materiał przetykany srebrnymi nićmi lub też wiskoza wypełniona wodą zawierającą jony chloru, krzemu, magnezu i soli mineralnych.
7. Zabezpiecz ściany swojego domu. Na rynku dostępny jest opatentowany płynny podkład ochronny w kolorze białym. Można położyć go zarówno na ścianę surową, jak i już pomalowaną. Podkład pełni rolę ekranu pola elektromagnetycznego (odbija je), powłoki elektrostatycznej i folii paroizolacyjnej. Warto pomalować nim zwłaszcza ściany sypialni. Podkład zmniejsza oddziaływanie nie tylko zewnętrznych źródeł pola elektromagnetycznego, ale też znajdujących się w ścianach kabli i gniazdek elektrycznych.
8. Zbieraj kasztany. To naturalne odpromienniki. W przeprowadzonym przez ekspertów z Uniwersytetu w Waszyngtonie badaniu udowodniono, że kasztany wygłuszają fale o częstotliwości 10-4500 [MHz], o ile przechowywane są w temperaturze 20-60°C. Połóż je przy ekranie komputera i obok telewizora. Pamiętaj, żeby co kilka dni wymieniać je na nowe.

W załączniku materiały źródłowe nt. elektrosmogu.