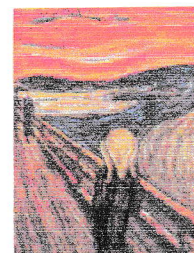


Kies een andere woning

Waar op te letten door een elektrohypersensitief (EHS) persoon?



Hugo Schooneveld

Vooraf: Bent u wel echt elektrogevoelig?

Er zijn vele omstandigheden die mensen met emotionele aanleg ziek maken. Vaak zijn het uiteenlopende omgevingsfactoren, ziekten of stressvolle ervaringen in het verleden, soms inwendige processen. Voordat u een besluit neemt een ander of een bepaald huis te nemen moet u er wel heel zeker van zijn dat uw probleem door uw gevoeligheid voor elektromagnetische velden (EMV) in zijn vele verschijningsvormen zijn veroorzaakt.

Uw gezondheidsklachten kunt u op echtheid testen op basis van drie experimenten:

- 1. Ze treden specifiek op bij blootstelling aan zekere EMV thuis of elders, en de effecten moeten wegebben na verwijdering van de EMV bron. Zowel primaire reactie als herstel kunnen minuten, uren tot een dag in beslag nemen maar moeten wel duidelijk voorspelbaar en herhaalbaar zijn.*
- 2. Bij verblijf in een elektrisch 'schone' omgeving moet u zich prima gaan voelen wanneer de overige stress factoren (zoals innerlijke emoties of uw verwachting) verder gelijk blijven.*
- 3. Bij thuiskomst of in de oude omgeving moeten de typische klachten weer snel terugkomen, soms in verhevigde mate.*

Wees kritisch op uzelf, want het kan goed zijn dat er factoren in het spel zijn die u ziek maken zonder dat sprake is van enig bedreigend EMV. Herstel in een schoon oord is dan geen betrouwbare toets.

Kies een omgeving

- Zoek een streek of gebied met minimale blootstelling aan elektromagnetische velden (EMV) afkomstig van notoire elektrosmog bronnen maar waar ook overigens weinig ziekmakende milieufactoren zijn (of komen). Bedenk dat EHS personen heel vaak last hebben van ook andere milieufactoren die de gezondheid belagen zoals vervelende geuren, geluiden, stuifmeel, lucht- en watervervuiling etc. Door een wat afgelegen plek in een landelijk gebied te kiezen bent u al veel risicofactoren kwijt.
- Houd dus rekening met windrichting en ga liefst ten Zuid-westen van snelwegen, spoorlijnen en hoogspanningsmasten wonen opdat de ZW wind zo weinig mogelijk fijn stof, vrije radicalen en ander ongerief naar u toevoert. Dus ook niet ten NO van industriegebieden gaan wonen. In de buurt van zee of grotere natuurgebieden is het meestal wel goed.
- Kies verder een straat of weg waar geen grote stroomverbruikende industrieën, kassen of werkplaatsen zijn gevestigd. Die trekken veel stroom en kunnen de elektriciteitskabels in de straat voor uw huis sterk belasten. De extreem lage elektromagnetische velden (ELF) die dan ontstaan kunnen hinderen en er is weinig tegen te doen.

- Houdt grote afstand tot bijv.:
 - drukke elektrische spoorlijnen: 250m van de lijn zelf, of station
 - GSM/UMTS zendmasten: 300 m is meestal voldoende (pas op voor zenders die verstopt zijn in kerktorens, windmolens, kunstbomen, lantaarnpalen etc)
 - C2000 (TETRA) zendmasten: minstens enkele km wegens hun sterke uitwerking op sommigen
 - bovengrondse hoogspanningsleidingen: 70m uit het hart van de masten
 - tramlijnen: minimaal 100m (trolley lijnen zijn minder gevaarlijk omdat de plus- en min-draden relatief dicht bij elkaar lopen.
 - ondergrondse elektriciteitskabels: afstand minstens enkele tientallen meters, tot meetwaarden in huis onder de 10 nanoTesla blijven. Op meerdere momenten van de dag en nacht meten omdat sterke fluctuaties in EMV kunnen voorkomen.

Kies een huistype

Houd burens op zo groot mogelijke afstand: hun elektronica kan u door meerdere muren heen storen. Dus:

- Kies een vrijstaand huis met afstand tot de burens van minimaal 10m.
- Kies nooit een standaard woningwetflat wegens de hinder van soms een viertal burens (links, rechts, boven, onder) waar weinig tegen te doen is.
- Als u tot een flat bent veroordeeld kies dan voor een optimale positie in het gebouw
 - niet naast een liftschacht met zijn bekabelingen
 - op de bovenste verdieping, mits daar geen GSM/UMTS antennes op staan met zijn bekabeling die over het dak loopt of langs de gevel
 - op de onderste verdieping met daaronder alleen de kelderverdieping, mits daar niet net een wasserij zit of andere grote stroomgebruikers
 - aan het einde van een galerij, tegen de zijmuur aan, mits dat geen uitzicht geeft op een nabije zendmast (<300m afstand).
- Een kwaliteitsappartement met ruimere dimensies en betere afscherming van de burens kan een optie zijn. Maar dan wel goede metingen laten verrichten en op meerdere momenten van de dag/nacht wanneer burens hun diverse bezigheden verrichten.
- Betonnen huizen schermen beter af tegen hoogfrequente (HF) velden ('straling') dan baksteen, en baksteen veel beter dan hout of kunststof..

Bedenkelijke elektrische installaties

- Ventilatoren voor gemeenschappelijk gebruik op nabij het dak (10m)
- Elektrische vloerverwarming

Technische aanpassingen

- Warmtewerende dubbelglas soorten (bijv. HR++) schermen heel redelijk af tegen HF velden.
- Om ook wanden voor HF ondoordringbaar te maken zijn er diverse elektrisch geleidende materialen in de handel: platen, folies, gaassoorten, geleidende verfsoorten etc.
- Controleer het huis op een goede aarding (liefst <10 Ohm weerstand of impedantie); laat eventueel betere aardpennen slaan.
- Controleer de goede aarding van stopcontacten; op elke verdieping moeten plenty stopcontacten met randaarde beschikbaar zijn.

- Elektrische velden kunnen door de montage van 'net-vrijschakelaars' automatisch afgesloten worden wanneer geen stroom verbruikt wordt. Deze slaan onmiddellijk weer aan wanneer ergens stroom wordt gevraagd.
- Let op dat de onvermijdelijke velden uit de meterkast op grote afstand blijven van uw rust- of slaapplek. Vooral 's nachts moet u zo 'schoon' mogelijk slapen om goed te kunnen uitrusten voor de problemen van de volgende dag.
- Laat alle elektriciteitsleidingen in vloer, plafond en muren vervangen door de afgeschermd Biokabel[®], in combinatie met stopcontacten met randaarde. Dat voorkomt dat uzelf capacitief wordt opgeladen vanuit het net. (NB. Bij volledige Biokabel uitrusting zijn netvrijschakelaars uiteraard niet nodig).

Hints voor Inrichting

- Schaf geen DECT telefoon aan of draadloze netwerken voor PC internet gebruik. De pulserende HF velden zijn heel vaak erg storend. Eliminatie er van geeft veel mensen een groot stuk gezondheid terug.
- Vermijd verlichting die geregeld wordt door elektronische snoerdimmers of ingebouwde lichtregelaars
- Vermijd laagspanning halogeenlampen wegens de zware transformatoren
- Mijd energiebesparende lampen en TL buizen omdat die soms sterke velden uitstralen, evenals de leidingen daarvan.
- Sluit metalen meubels, elektrische apparaten en installaties aan op de aarde, om hot spots door velden van binnen of buiten te voorkomen.
- Trek überhaupt de stekker uit het stopcontact wanneer apparaten en lampen niet in gebruik zijn. Spanning op het apparaat kan tot op meters afstand hinderlijk zijn en bovendien blijven diverse elektronische schakelingen van het apparaat actief om bevelen van gebruikers te kunnen ontvangen. Ze stralen meestal sterk, ook in de elektronische 'uit' stand.
- Alle aansluitsnoeren voor lampen en apparaten vervangen door afgeschermd snoer; hoe langer de draden, hoe nuttiger.
- Scherm alle draden die als zenders voor hoog- of laagfrequente velden kunnen fungeren af, bijv. aansluiting van CV thermostaat, intercom, inbraakdetector, luidsprekersnoeren, datakabels etc.
- Zet koelkast zo ver mogelijk weg, liefst in bijkeuken of schuur, evenals de magnetron
- Zet TV en PC scherm op grotere kijkafstand, evenals elektronische apparaten als video- en DVD spelers. Al deze apparaten geven zwakke maar doorgaans zeer storende digitale velden af.
- Gebruik geen digitale DECT telefoon; die zendt dag en nacht sterke HF velden uit. Koop liever een snoerloze CT1 telefoon die ongepulste signalen gebruikt en dan nog alleen wanneer de telefoon in gesprek is.
- Een conventionele vaste snoertelefoon is de beste optie. Wie gevoelig is voor de EMV die vrijkomen uit de hoorn kan een 'piëzo-telefoon' aanschaffen die werkt op een onschadelijk elektrostatisch principe.
- Neem geen inductiekookplaat, liever een gastoestel of een elektrische kookplaat met normale warmtespiralen met of zonder halogeen infrarood licht.

- Nooit en te nimmer een waterbed nemen of een elektrische deken tijdens het slapen. Ook elektrisch bedienbare bedden of stoelen storen omdat daar altijd spanning op staat.
- Geen aluminiumfolie onder de vloer voor warmte-isolatie.
- Geen nodeloze elektrische fratsen die bijna altijd storen.
- Geen elektrische wekker bij het bed, tenzij batterijgevoed en dan nog oppassen.
- Gebruik geen laagspanning-spotjes of sfeerverlichting die aangesloten worden aan parallelle stroomgeleiders die op afstand van elkaar lopen. Velden rond die losse geleiders zijn buitengewoon sterk.

Algemeen

Onder sommige omstandigheden kunnen vooral HF velden van burelen u storen indien ze toch dichtbij wonen. I.h.b. WiFi velden van draadloze PC communicatie zijn op afstand te horen. Maar ook DECT telefoons kunnen door reflecties toch in uw huis z.g. 'hot spots' veroorzaken.

Voor alles geldt: laat de locatie en het huis dat u op het oog hebt van te voren grondig evalueren en doormeten door een ervaren meetspecialist die fysische meetapparatuur heeft waar je op kunt vertrouwen. Onderzoek met wichelroede, lecherantenne of pendel voldoet in het geheel niet aan deze eis.

Verlang in alle gevallen een geschreven rapport van de bevindingen van de meetspecialist ter vergelijking met later en na eventuele afschermingmaatregelen.

Besef dat de WEO bij voorkeur uitgaat van de normen en veiligheidswaarden zoals voor elektrogevoeligen gedefinieerd door Wolfgang Maes (www.maes.de). Deze SBN-2003 normen kunnen ook gebruikt worden om na te gaan hoe afschermingmaatregelen hebben uitpakkt. Echter, die normen zijn voor sommigen te streng en voor anderen niet streng genoeg. Het blijft een kwestie van zoeken naar de oorzaken van EHS ellende.

De WEO is geen ingenieursbureau maar een kenniscentrum. We proberen na te gaan waarom sommige mensen ziek worden en of EMV daar een rol bij spelen. De WEO aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid t.a.v. de werkzaamheid van analyses en voorgestelde oplossingen. We rekenen op uw begrip.

Ook dit geschrift is samengesteld op basis van de ervaringen van vele huisbezoeken en verslagen van mensen die geholpen zijn met die adviezen. Ook uw reactie en ervaringen nemen we mee in volgende adviesmissies.

Voor algemene EHS informatie, zie website www.stichtingehs.nl.

HS

File: Andere woning