

Inhoud

Hoofdartikelen

- Verslag bijeenkomst Kennisplatform EMV en Gezondheid, 26 september 2013 - p. 3
- Regiobijeenkomsten - p. 7
- Hulp bij elektrogevoeligheid, wat helpt patiënten? - p. 8

Wetenschap

- Al jong borstkanker door een mobieltje in de bh - p. 11
- Meting van elektrohypersensitiviteit - p. 11
- Hersenfuncties beïnvloed door LTE velden - p. 12
- De betrekkelijkheid van SAR waarden - p. 13
- Eindelijk een meer objectieve test voor ADHD - p. 13

Korte berichten

- Vliegen en gevlogen worden niet ongevaarlijk! - p. 14
- Smartphone belt zelf tot 350.000 keer per dag - p. 15
- Zo werkt de smartphone nu eenmaal - p. 16
- Draadloos opladen van auto de nieuwe trend - p. 17
- 'Opening up Education in the EU' - p. 18
- Draadloos opladen van smartphone in auto - p. 19
- Slimme meter weigeren. Mededeling op Consuwijzer - p. 20

Boek-/artikelbesprekingen

- Twee boeken van Boudewijn van Houdenove - p. 20

Ervaringsverhalen

- EHS en psychische klachten - p. 22
- Mogelijk beschermend effect van Ginseng tegen EMV - p. 23

Interessante links

- Links EHS bulletin 44 - p. 24
- Advertentie "Wegens emigratie te koop" - p. 25

Van de redactie

Versterk deze krant!

De groeiende betekenis van onze stichting in het maatschappelijke gebeuren maakt het nodig dat we dit EHS Bulletin verder professionaliseren. De huidige redactie krijgt het blad heus wel vol. Maar een verbreding van de redactie in de vorm van deskundige redacteurs en een stelsel van referenten en correspondenten is dringend gewenst om een toekomstbestendig blad uit te brengen. We zoeken daarom versterking door mensen met talent voor nieuwsgaring, verwerking van nieuws tot leesbare kopij en tekstvoorbereiding voor de drukker. Ook mensen met journalistieke ervaring kunnen we goed gebruiken. Het probleem van EHS raakt aan diverse disciplines zoals (digitale) techniek, (bio)medische toepassingen, wetenschap, psychologie, sociologie, enzovoort. We hebben veel talent onder onze donateurs en lezers van dit blad. Diverse personen werken al mee, maar met het oog op de continuïteit van de redactionele staf, zouden we dit liever in wat duurzamer vorm gieten.

We doen hierbij een dringende oproep om zich te melden als u denkt zich verdienstelijk te kunnen maken, eventueel voor een proefperiode.

Deze keer krijgt u als Supplement nr. 9 een index van alle Nieuwsbrieven/Bulletins die tot dusverre zijn verschenen. Op de website www.stichtingEHS.nl zijn de afleveringen te raadplegen, met uitzondering van de laatstverschenen afleveringen.

Tenslotte:

Een goed 2014 toegewenst met succesvol werk aan uw gezondheid

Colofon

Dit EHS-bulletin is een uitgave van de Stichting Elektrohypersensitiviteit (EHS) en verschijnt 4x per jaar.

Abonnementen

- per post € 24,00 per jaar

- per e-mail € 18,00 per jaar

U bent dan tevens lid/donateur van de Stichting EHS

Administratie

Telefonisch doorgeven van aanmeldingen en wijzigingen: Marian Vrolijk, 0648491433 (alleen dinsdags tussen 18.00 en 20.00 u).

Administratie adres

Stichting EHS,
Prins Bernhardlaan 56, 3972 AZ Driebergen
Email: administratie@stichtingEHS.nl

Postgiro 3478207

t.n.v. Stichting EHS te Driebergen

Donaties graag jaarlijks overmaken.

Informatie voor onze buitenlandse leden:

IBAN: NL83 INGB 0003478207

BIC (of SWIFT-code): INGBNL2A

Algemene voorlichting:

Suzanne Kezer. Telefoon: 073 6141448

Jacob van Maerlandtstraat 55,
5216 JC Den Bosch.

Kees Spek. Telefoon: 0543-564206

(woensdag 19.00-21.00 uur)

Rauwershofweg 4, 7108 BH Winterswijk

Marian Vrolijk. Telefoon 0648491433

(dinsdags tussen 18.00 en 20.00 u).

Redactie EHS-Bulletin:

Juliette Kuiper, Hugo Schooneveld

Hans van der Zouw

Redactieadres:

Bremlaan 19, 3911 XH Rhenen

Email: nieuwsbrief@stichtingEHS.nl

Vormgeving: Jan Kammeijer

Website: www.StichtingEHS.nl

De Werkgroep Elektrische Overgevoeligheid is in 2002 opgericht om erkenning te krijgen voor het probleem van elektrohyper-sensitiviteit (EHS) in Nederland. In 2007 is vervolgens de Stichting EHS opgericht.

Via enquêtes gehouden onder de leden wordt het ziektebeeld van EHS zorgvuldig in kaart gebracht. Doel is om de overheid, gezondheidsinstanties en onderzoeksinstituten te informeren en te prikkelen tot nader onderzoek. Het is voorsnog niet mogelijk om het lichaam te doen aanpassen aan elektromagnetische en elektrische velden. De oplossing moet dus gezocht worden in vermindering of eliminatie van storende velden.

Als u als elektrogevoelige nog geen enquête heeft ingevuld, dan vragen wij u met nadruk om dit alsnog te doen.

U kunt een exemplaar aanvragen bij de leden-administratie, of downloaden vanaf de website – onder 'Contact'.

NB1:

De mening van de schrijvers in de nieuwsbrieven is niet noodzakelijk die van de Stichting EHS

NB2:

De Stichting EHS kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor de waarde en juistheid van de gegeven informatie en adviezen.

Gebruikers van die informatie doen dit geheel op eigen risico.

© Stichting EHS 2013

Overname van artikelen alleen met toestemming van de redactie.



"Algemeen nut beogende instelling (ANBI)- Stichting EHS.

Vanaf 1-1-2008 zijn giften gedaan aan goedgekeurd instellingen aftrekbaar van het belastbaar inkomen als de instelling aangemerkt is als een ANBI instelling (gebruik de zoekfunctie van de website www.belastingdienst.nl voor controle). "Let wel, ook kosten die gemaakt worden ter ondersteuning van de stichting zijn in principe aftrekbaar".

Hoofdartikelen

Verslag bijeenkomst Kennisplatform EMV en Gezondheid, 26 september 2013

Het thema van deze dag was: *'Hulp aan elektrogevoeligen'*. Dat we als stichting geleidelijk invloed beginnen te krijgen, blijkt wel uit de keuze van dit onderwerp. Er begint zich in het denken van deelnemers aan dit platform een kanteling af te spelen. Men begint in te zien dat er echt wat aan de hand is. De manier waarop we de EHS problemen in kaart brengen en aan het Platform presenteren, werkt blijkaar inspirerend.

De presentaties 's morgens waren in twee parallelsessies georganiseerd. 's Middags was er een plenaire bijeenkomst. In totaal gaven 48 personen acte-de-présence.

OCHTENDSESSIE

Werkgroep elektriciteit in en om het huis

Doel was een uitbreiding te maken van het bestaande Kennisbericht 'Hoogspanningslijnen en kinderleukemie' (2009). Er zijn verschillende ontwikkelingen die een uitbreiding noodzakelijk maken. De werktitel van een nieuw Kennisbericht wordt 'Elektriciteitsvoorziening en EMV'. Het gaat er nu om, met inspraak van de huidige deelnemers, de belangrijke aspecten rond elektriciteitsvoorziening en EMV in beeld te brengen. Daar is door velen dankbaar gebruik van gemaakt.

Monique Beerlage (DNG Kema)

Zij benadrukte dat men traditioneel uitgaat van de mogelijke effecten van de 50 Hz velden rond hoogspanningslijnen op de bevordering van kinderleukemie. Drie zaken worden duidelijk. (1) De aandacht dient ook te gaan naar velden rond kabels van hoog-, midden- en laagspanningstrajecten naar de gebruiker. (2) Niet alleen de 50 Hz velden maar ook die van hogere frequenties moeten worden meegenomen; het gaat daarbij om

frequenties die door omvormers op het net worden gezet. (3) Niet alleen het risico van leukemie verdient aandacht, maar ook andere gezondheidsklachten.

Wanneer de hier gelanceerde suggesties worden omgezet in een Kennisbericht zijn we een hele stap verder. Een driemanschap buigt zich over tekstvoorstellen. In enige fase zullen maatschappelijke groeperingen als onze stichting daar kritiek op kunnen leveren.

Mathieu Pruppers (RIVM)

Hij legde uit hoe het overheidsbeleid rond hoogspanningslijnen tot stand was gekomen en hoe dat in de uitvoering uitpakt. Zoals bekend wordt gemeenten aangeraden geen bouwactiviteiten te plannen in gebieden onder hoogspanningslijnen waar een magnetische veldsterkte van hoger dan 0,4 micro-Tesla wordt gemeten. Bestaande situaties worden nu niet aangepakt en het is de vraag of dat niet alsnog moet gebeuren. Ook ondergrondse kabels van het hoog-, midden- en laagspanningsnet en de transformatorhuisjes zouden moeten worden meegenomen in de metingen.

Rob van Strien (GGD Amsterdam)

Hij geeft een aantal voorbeelden van vragen die op de GGD afkomen vanuit de bevolking en hoe men daarmee omgaat. Ook het probleem rond de velden van trafo's bij scholen en speelplaatsen werd behandeld. Het probleem van EHS wordt daarbij niet als referentie gebruikt. De nadruk ligt op voorlichting. Op diverse manieren wordt geprobeerd de mensen afstand te laten nemen van bronnen van EMV die sterker zijn dan 0,4 microTesla. Gaandeweg worden de zorgen dan minder. De GGD houdt geen gegevens

bij over optredende gezondheidsklachten. De GGD doet zelf geen onderzoek, wel wordt soms het RIVM ingeschakeld.

Discussie

In de afsluitende discussie wordt duidelijk dat de aanwezigen een groeiende belangstelling hebben voor de velden van hogere frequenties. We komen dan ook op de gevaren van elektrische spoorlijnen en tramlijnen die weliswaar gelijkstroom voeren, maar met een 'wisselveld 'rimpel' van 300 Hz; met daar bovenop verstorende velden van de elektromotoren van trein en tram. Hoe ver moeten we dus gaan? Alle elektrische kabels tot aan de voordeur? Er was de suggestie twee Kennisberichten uit te brengen: één over het effect van kabels van de stroomleverancier tot aan de meterkast en één voor de zelfgemaakte velden binnenshuis. Daarnaast is er nog iets als 'grondstromen', zoals die worden opgewekt bij een onzorgvuldige aanleg van elektrische installaties bij de gebruiker.

Zoals Ronald van der Graaf (ex-secretaris) stelde, zijn er feitelijk twee discussielijnen. Enerzijds de wetenschappelijke onderzoeken over kinderleukemie, anderzijds de overige gezondheidsklachten die aan dit soort infrastructuur gekoppeld worden. Het is nog niet duidelijk hoe het Kennisplatform met deze invalshoeken zal omgaan. Hopelijk komt er ruimte voor wat bredere discussies over de problemen van de diverse elektrische systemen. Mensen worden steeds mondiger en stellen steeds meer gerichte vragen, waar het Kennisplatform antwoorden op moet kunnen geven.

Werkgroep Artsen en elektrogevoeligheid

Eric Smit (Interim coördinator van het Kennisplatform) legde uit dat er op 18 juni een bijeenkomst was geweest van de Denkgroep medische hulp bij elektrogevoeligheid, waarin naar voren kwam dat de reguliere hulpverlening niet goed aansluit bij de behoeften van de elektrogevoeligen. Deze bijeenkomst is het vervolg daarop en is gericht

op het in kaart brengen van de ervaringen van huisartsen, GGD-artsen en patiënten. Op basis van die ervaringen kan bepaald worden waar de artsen behoefte aan hebben zodat men beter in staat zal zijn om hulp aan elektrogevoeligen te verlenen. De volgende vragen komen aan de orde: Helpt het om de SOLK richtlijn te integreren in de GGD richtlijn 'milieu'?

Liesbeth Adriaansens (huisarts)

belichtte een casus van een elektrogevoelige man met ernstige specifieke oogklachten. In de omgeving van een zendmast nemen de klachten toe. Draagt een beschermende boerka en leeft in isolement. In een 'schone' omgeving verdwijnen de klachten, bij hernieuwde blootstelling treedt er binnen 15 minuten weer een probleem op (cornea erosie). Na vergaande afscherming van het huis zijn de problemen geleidelijk sterk verminderd. Spreekster benadrukt dat het voor de patiënt van het grootste belang is dat de arts de problemen serieus neemt.

Hèlen Woutersen-Koch (arts en onderzoeker Ned. huisartsengenootschap)

behandelde de Somatisch onvoldoende verklaarde lichamelijke klachten (SOLK) waartoe naast het prikkelbare darm syndroom en fibromyalgie wellicht het probleem van EHS behoort. Zij presenteert en pleit voor een stappenplan waarbij een gefaseerde behandeling volgt, afhankelijk van de reacties van de patiënt. In het ernstigste geval wordt teruggegrepen op inschakeling van tweedelijns hulpverleners in multidisciplinaire behandelcentra. Nadruk ligt op het verwijderen van herstelbelemmerende factoren en het aanzetten tot een maatschappelijke herintegratie na herstel.

Deze voordracht gaf aanleiding tot vele discussies met het publiek. Zo werd gewezen op het feit dat er een kloof bestaat tussen de ervaringen van elektrogevoeligen en de opvattingen van de Gezondheidsraad. Spreekster gaf enkele keren aan dat het geen zin heeft deze kloof te benadrukken. Het is de

primaire taak van de arts hulpvragende aan te horen en op het goede spoor te zetten. Inderdaad, huisartsen zijn niet of nauwelijks bekend met het EHS probleem en dat is niet spoedig door een aangepaste opleiding te verbeteren. Het kan helpen als er via een gezaghebbend artsenblad voorlichting over gegeven wordt. In dat kader hebben Helen, Liesbeth en Carolien Schooneveld zich verbonden een informatief artikel te schrijven voor opname in een blad als Huisarts en Wetenschap.

Henk Jans (arts-GGD - Noord Brabant)

Ook hij benadrukt het belang van goede aandacht voor het verhaal van de patiënt. Deze kan zich anders gedesillusioneerden wenden tot behandelaars in het alternatieve circuit. De huisarts is de eerst aanspreekbare. Naar behoefte kan er een internist, neuroloog of psychiater, klinisch psycholoog of andere specialist worden ingeschakeld. Het ontbreken van een diagnostische tool belemmert het leveren van verantwoorde zorg. Bij het opmaken van de anamnese is het in voorkomende gevallen belangrijk er zeker van te zijn dat de oorzaak gezocht moet worden in blootstelling aan EMV.

Leendert Vriens

Gaf een opsomming van de klachten waarmee mensen bij Stop UMTS komen. Zie de volledige tekst in het volgende hoofdstuk in dit Bulletin: 'Hulp bij elektrogevoeligheid, wat helpt patiënten?

MIDDAGPROGRAMMA

Hugo Schooneveld (Stichting EHS) Aanbieding boek Elektrostress Handboek

Ondergetekende kreeg de gelegenheid een eerste inspectie-exemplaar van zijn boek aan te bieden aan de voorzitter van het Kennisplatform, mr. A.G.J.M. (Ton) Rombouts. Dit boek is samengesteld op basis van onder andere de rapporten van vele elektrogevoelige personen; de technische gegevens zijn verkregen in nauwe samenwerking met de groep van meetspecialisten die aanvankelijk

binnen de stichting zijn opgeleid en zich nu als zelfstandige ondernemers manifesteren. De bedoeling is dat de andere personen binnen en buiten het Kennisplatform vanuit hun eigen expertise en ervaring commentaar op het conceptboek leveren, zodat de inhoud wint aan betrouwbaarheid en gezag.

Jos Timmer (Stichting EHS) 'Toekomst: Samenwerking en verwachtingen Klankbordgroep

Hij presenteert twee voorstellen van de Stichting EHS: het oprichten van een Landelijke hulplijn elektrogevoeligheid en een idee voor communicatie naar de maatschappij over EMV. Eerst een aantal opmerkingen. Hij benadrukt het belang om het Elektrostress Handboek dat zojuist door Schooneveld is gepresenteerd, ook echt serieus te nemen. Hij refereert aan een uitspraak van dr. J. van der Sluijs (onderzoeker aan het Copernicus Instituut Utrecht) op de Klankbordgroepbijeenkomst van 10 januari dit jaar. Deze gaf toen aan dat ook informatie uit andere dan wetenschappelijke bron (zoals patiëntorganisaties) van belang is om mee te nemen in de besluitvorming rond wetenschappelijke onzekerheden zoals het onderwerp EMV en gezondheid. In 2010 sprak Roubos, toenmalig voorzitter van de programmacommissie van ZonMW, zijn waardering uit voor de systematische werkwijze waarmee Schooneveld de problematiek van EHS in kaart bracht.



Overhandiging van het eerste exemplaar van het Elektrostress Handboek aan de voorzitter van het Kennisplatform EMV&G. Rechts de interim-coördinator Eric Smit.

Volgens Timmer is in het jaarverslag van het kennisplatform uit 2010 al gesteld dat de stem van de maatschappij een sleutelrol heeft gekregen. Hij pleit voor meer 'power' en daadkracht van het Kennisplatform en minder 'een ingehouden adem hanteren' in hun acties (zoals op een vorige vergadering geformuleerd werd door een wetenschaps-journalist).

Hij presenteert twee voorstellen die Stichting EHS voorlegt aan het Kennisplatform en de Klankbordgroep en die beide gesteund worden door de maatschappelijke organisaties NIBE, NPS, StopUMTS en de patiëntenvereniging EHS (W. Hoedjes).

1. Voorstel Landelijke Hulplijn Elektro-gevoeligheid

Aanleiding: Dit idee is opgepikt naar aanleiding van een conceptbrief van Het Kennisplatform "Hulp bij elektrogevoeligheid van maart 2103" over omgaan met klachten. Volgens de auteurs van dit stuk (Woudenberg en van der Graaf) zou het vanuit het perspectief van elektrogevoeligen het beste zijn als er meerdere centra verdeeld over Nederland zijn, waar de elektrogevoelige terecht kan. Met dit doel op de lange termijn stelt de stichting voor om op de korte termijn al een Landelijke Hulplijn elektrogevoeligheid op te zetten. De stichting wil bij de opzet hiervan betrokken worden, omdat ze al 10 jaar ervaring heeft met het bieden van hulp, onder meer door een telefonische helpdesk voor elektrogevoeligen.

Wat moet deze Landelijke Hulplijn Elektro-gevoeligheid inhouden?

- Telefonische informatie- en hulplijn voor burgers en hulpverleners ten aanzien van EHS.
- Beginnen met één pilot en proefperiode.
- Samenwerking tussen bestaande instelling en maatschappelijke organisaties met deskundigheid op gebied van EHS.
- Verwijzing naar deskundigen.
- Coaching op afstand.

- Tevens registratie van mensen met EHS-klachten. Dit houdt in: monitoring van aantallen bezoekers, succes- en faalfactoren, tevredenheid, etcetera en evaluatie van deze gegevens
- Voorwaarde: voldoende bekendheid aan geven.

2. Voorstel Communicatie naar de maatschappij over EMV

Bij deze communicatie is het van belang om:

- onzekerheid over risico's te beschrijven,
- handelingsperspectieven te bieden,
- effectieve kanalen te gebruiken.

Reactie van het Kennisplatform bestuur

De voorzitter spreekt direct zijn steun voor deze voorstellen uit na een korte consultatie van de aanwezige bestuursleden. Rombouts: "Dit is niet alleen een goed voorstel Jos, maar we gaan dit gewoon doen. We omarmen jullie beide voorstellen". Verder is het bestuur bezig, om de ministeries te vragen, het budget te verhogen. Ook is het misschien mogelijk met zorgverzekeraars te praten.

Nabeschuiving

Korte inleidingen werden er tenslotte gehouden door enkele vaste medewerkers aan het Kennisplatform, te weten Fred Woudenberg (namens de GGD-en), Monique Beerlage (DNV Kema) en Leo Lagendijk (DNV Kema). Die toespraken brachten geen grote verrassingen.

Hèlen Woutersen-Koch ging uitgebreid in op SOLK problemen en de benodigde hulp. Er is de afspraak dat het driemanschap van Hèlen, Liesbeth en Carolien gezamenlijk een artikel over EHS zouden schrijven voor publicatie in het huisartsenblad Huisarts & Wetenschap. Een eerste opzet was al gemaakt.

Hugo Schooneveld

Regiobijeenkomsten

▷ *Ineke van der Klaauw*

Het is de bedoeling van het bestuur om regelmatig verslag uit te brengen van een regiobijeenkomst. Dit om de overige donateurs te informeren over wat er in dergelijke ontmoetingen besproken wordt. Er zijn dit najaar 3 bijeenkomsten geweest. Dit maal een verslag van de coördinator van het regio-gebeuren, Ineke van der Klaauw.

Verslag regiobijeenkomst Zuid-Holland

Thema: afschermende maatregelen

2 november 2013. Plaats van bijeenkomst:

Thomsonlaan 16 in Den Haag

Aanwezig: totaal 14 personen

Gespreksleidster: Ineke van der Klaauw

Intro

We begonnen met een korte ronde waarin iedereen zich voorstelde en waarbij men meteen vermeldde of hij/zij zelf elektro-overgevoelig was of puur uit interesse hier aanwezig was.

Als eerste kwam het huis aan bod. Wat heeft men zoal gedaan en hoe zijn de ervaringen hiermee.

De meesten gaven aan dat ze òf bezig waren met bronnen weg te halen òf ze hadden dit al zoveel mogelijk gedaan. De Dect telefoon en WiFi eruit scoorden het hoogst.

Jan Hulsbos benadrukte dat de volgorde van handelen belangrijk is:

1. Bron weghalen of uitschakelen
2. Afstand houden
3. Afschermende maatregelen nemen. Dit is specialisten werk want er kunnen onbedoeld nadelige neveneffecten optreden.

M. had zoveel klachten op het werk dat hij moest stoppen en nu in de ziekte zit. Thuis pakt hij het planmatig aan. Meten en alles goed nameten. Een reddingsdeken achter de boekenkast blijkt de hoofdfrequentie straling van de burens (Dect + WiFi) goed te weren.

N. kan nu redelijk goed werken thuis dankzij eco-Wifi. Op het werk heeft hij wel met WiFi te maken maar, door een andere slimmere plek te kiezen, kan hij redelijk functioneren. E. heeft baat bij simpele (en goedkope!) afschermingsmaterialen thuis namelijk volière gaas. Hij wil nog verder verbeteren. Op het werk heeft hij last van sterke Wi-Fi-straling en aluminiumfolie dempt net goed genoeg. Ineke had last van de Dect van de burens. Aanvankelijk had zij alu-folie op de muren geplakt. Dat gaf vaak EM velden af, ook al omdat de folie niet zo goed te aarden viel. De folie is nu vervangen door koolstofverf op de muren en dat bevalt prima. Een verdere verbetering van haar klachten heeft zij verkregen door een eigen aardpen te laten slaan en het elektriciteitsnet te laten saneren (vanwege vuile stroom).

Voor een raam hangt stralingwerende gordijnstof.

De overige deelnemers maakten geen gebruik van specifiek afschermende materialen.

Met afschermende kleding had niemand ervaring.

Sommigen noemden meer klachten te hebben sinds de komst van het 4G-netwerk. Jan Hulsbos legde uit dat de modulatie van dit systeem anders ligt en dat het complexer is, specialistenwerk dus.

Naast het weghalen van storende bronnen werd genoemd:

- Veel naar buiten gaan
- Bijna niet thuis kunnen zijn
- "Yoga doet goed"
- "Erg veel info vandaag, veel nieuwe terminologie"
- "Erg lastig om afhankelijk te zijn van de burens"
- "Ik ben laconieker geworden, laat alles meer over mij heen komen en daardoor red ik het beter".

Alle personen die aangaven overgevoelig te zijn, bleken op de een of andere manier bezig te zijn om hun gezondheidsklachten te verminderen. Dat lukt bij de een beter dan bij de ander. Voor sommigen is het heel zwaar.

Afronding

Na de themagesprekken was het tijd voor

een kop soep en was er alle ruimte om hier en daar een praatje te maken en informatie uit te wisselen. Veel vragen waren er voor Jan Hulsbos.

Hopelijk kijkt iedereen terug op een zinvolle middag, konden we steun vinden bij elkaar, en heeft ieder mogelijk ideeën opgedaan om zelf weer beter verder te kunnen.

Hulp bij elektrogevoeligheid, wat helpt patiënten?

▷ Leendert Vriens (Stop UMTS)

Voordracht tijdens de Werkbijeenkomst: Artsen en elektrogevoeligheid. Kennisplatform 26 september 2013

Bij StopUMTS komen regelmatig mailtjes binnen met verhalen van elektrogevoelige personen, die ervaren hebben dat hun klachten direct samenhangen met de stralingsbelastings. Ik begin met een korte samenvatting van enkele daarvan om de problematiek duidelijk te maken.

1. B., 28 jaar, werkte met plezier als rietdekker. Na plaatsing van een zendmast in 2007 nabij zijn woning gaat het bergafwaarts met zijn gezondheid. Bezoeken aan de huisarts leveren niets op. De huisarts merkt op dat hij geen diagnose op de mogelijke gevolgen van microgolfsstraling mag stellen en dat 'er geen pilletjes tegen straling zijn'. In zijn mail van november 2012 schrijft B. dat hij niet meer werkt, continu oververmoeid is, last heeft van duizeligheid, een opgezette buik, vaak diarree, een knellende band om het hoofd, steken in de hersenen, druk op de borst en hartkloppingen.

2. M., een 43-jarige vrouw, werkt sinds 2005 bij een organisatie in Amsterdam. Ze is senior adviseur en functioneert prima. Begin 2012 krijgt ze klachten: slapeloosheid, onrust, oorpijn, concentratieproblemen en overver-

moeidheid. De klachten verergeren en na een half jaar meldt ze zich ziek. M. brengt haar klachten in verband met EMV. Een arts, mevrouw Adriaansens, bevestigt dit. Zonder dat M. daarvan op de hoogte was, is eind 2011 WiFi geïnstalleerd op het werk. Al eerder, in 2009, werd M. binnen twee weken ziek, nadat een vriendin – die tijdelijk bij haar inwoonde – een WiFi router had geïnstalleerd. Na verwijdering verdwenen de klachten. Vanwege een zendmast tegenover haar huis en burens met DECT telefoons en Wi-Fi waar ze ook last van krijgt, saneert M. haar huis. Het wordt een kooi van Faraday. Ze herstelt langzaam. Er volgt een frustrerend traject. Tot nu toe is ze 13 x bij de Arboarts geweest, die elektrogevoeligheid niet erkent (mag erkennen). Het Nederlands Centrum voor beroepsziekten (CvB) is ingeschakeld en op hun advies worden op kantoor maatregelen genomen die niet afdoende blijken. Na drie maanden 2 x 4 uur per week op kantoor werken, is M. er veel erger aan toe en is ze ook gevoelig geworden voor laagfrequente velden. Ondertussen is ze, behalve bij huisartsen en de Arboarts, ook bij een allergoloog geweest, die, als M. vertelt dat er een Stichting EHS voor elektrogevoelige personen bestaat, als commentaar geeft dat er ook een Stichting voor Marsmannetjes is. Een internist vindt geen afwijkingen. Een psycholoog stelt de diagnose SOLK en

een psychiater de diagnose 'Ongedifferentieerde Somatoforme Stoornis'. Dat laatste voornamelijk gebaseerd op extreme vermoeidheid, waar heel veel elektrogevoeligen last van hebben. Een advocaat voorkomt een dreigende loonstop. Verdere sanering van de werkplek is niet aan de orde, de werkgever werkt niet mee. In geval van erkenning van EHS zou de werkgever daartoe, zoals in Zweden, mogelijk verplicht gesteld kunnen worden. Inmiddels kan M. in Amsterdam, na de introductie van 4G, alleen met beschermende, geleidende, kleding een half uur per dag zonder al te veel klachten over straat. Ze heeft het geluk een vluchtadres te hebben, maar dat is geen permanente oplossing. Ze zit nu op 70% van haar loon, en hoe het verder gaat is onbekend.

3. Een gezin, man, vrouw en twee kinderen hebben een normaal leven met werk, vrienden, huisdieren. Maar met de gezondheid gaat het jarenlang bergaf. Ze krijgen ernstige klachten: hoofdpijn, slaapproblemen, duizeligheid, misselijkheid, chronische vermoeidheid, zoem- en pieptonen in de oren en concentratieproblemen. De kinderen hebben een groeiachterstand en leerproblemen. Een medische oorzaak wordt niet gevonden. De man krijgt antidepressiva en wordt naar een psycholoog gestuurd, niets helpt. De kwaliteit van leven neemt ernstig af, zowel wat betreft de gezondheid als sociaal en maatschappelijk. Bezoek krijgen ze bijna niet meer, want het bezoek wordt misselijk en krijgt duizelingen. De hond van drie jaar krijgt last van stuipen en overlijdt. De kat van vijf jaar overlijdt aan een hartaanval. Op vakantie voelen ze zich beter. Na de Zembla-uitzending op 1 juni 2012 'ziek van je mobieltje' wordt het verband gelegd: 14 jaar eerder is op 25 meter van hun huis een zendmast geplaatst en later op 50 meter nog één. De familie zoekt hulp, bij de huisarts, de GGD, het Antennebureau, de gemeente, maar krijgt overal nul op rekest, want 'de stralingsintensiteit is beneden de wettelijk ingestelde norm'. De GGD meldt

dat deze straling niet gevaarlijk is 'want het is nog niet bewezen'. Ze worden overal afgewimpeld, met doodoeners als: 'dan verhuis je toch'. De familie wordt steeds zieker. De gemeten stralingsintensiteiten zijn zowel binnen als buiten erg hoog. Er komt een stralingsarme DECT telefoon en bekaabeld internet. Maar de zendmasten staan er nog en de klachten blijven. De man is door langdurige ziekte zijn baan kwijtgeraakt en ze worden aan hun lot overgelaten.

4. Een vrouw van begin zeventig is actief, geeft Nederlandse les aan alloctonen, rijdt auto en staat midden in het leven. Ze wordt echter binnen een paar jaar tijd doodziek. Hartkloppingen, tranende ogen, maag-darmklachten, buikloop, en ze kan nog maar voetje voor voetje vooruit. In een winkel zakt ze in elkaar maar op de Eerste Hulp vinden ze niets. Ze wijt haar klachten aan de straling van zendmasten dichtbij haar huis. Artsen vinden geen oorzaak voor haar klachten. Haar huisarts neemt haar niet serieus als ze zegt dat haar klachten veroorzaakt worden door EMV. Ze kan nergens terecht en krijgt overal te horen dat 'het tussen de oren zit'. Ze wordt steeds zieker. Op een stralingsvrije plek gaat het beter, maar zodra ze weer thuis is voelt ze zich doodziek. De huisarts maakt haar attent op de 'Levensindekliniek'. Ze geeft aan niet dood te willen, maar is te ziek om verder te leven. In een mail van 4 juli jongsleden aan Stopumts: 'Moet ik als 74-jarige zo eindigen? Is er nog een oplossing mogelijk? Als ik hulp zou hebben ... wat is leven eigenlijk. Ik wil naar de andere kant.' Ze is kort geleden voor de tweede maal gedwongen opgenomen geweest. Eén van de redenen is dat ze lijdt aan het waanidee dat ze elektrogevoelig is. In Zweden en Oostenrijk wordt elektrogevoeligheid erkend, maar in Nederland is dat volgens de arts en rechter die over de opname beslist hebben een waanidee.

5. Afgelopen zaterdag (21 september) kreeg ik een mail van K. Ze schrijft: 'Ik heb geen

bestaansrecht. Ik zit in een klamboe van 1.60 bij 2.30 elke dag in een verdonkerde kamer waar lezen moeilijk is. Toch gaat de steeds stijgende straling van de tweede mast, WiFi's in de straat, smartphones en nieuwe DECT's recht door mijn afgeschermd kamer en klamboe heen. De straling geeft me hoofdpijn en maakt me geagiteerd, ik heb bijna een jaar niet goed geslapen. Ik kan niet meer eten en drinken en heb 12 kilo ondergewicht. Ik heb nu voor de 3e keer euthanasie aangevraagd. Ik heb geen leven, mensen die mijn kamer zien, zeggen: 'dit is menonwaardig'. Ik weet het, maar wat te doen? Ik lig elke dag te gillen van de verbrandingspijnen. Geen bestaansrecht voor mensen met EHS. Ook geen recht op behoud van inkomen voor EHS-ers. De enige manier om weg te komen is zelfdoding."

6. Er zijn ook verhalen van mensen die in een stralingsarme omgeving wonen, een DECT telefoon installeren en na één of meerdere jaren ernstig ziek worden. Ze ondergaan allerlei onderzoeken, zonder resultaat. Maar nadat ze de stekker uit de DECT halen verdwijnen hun klachten. Omdat er vrijwel geen goede voorlichting op dit gebied is, wordt vaak niet het mogelijk verband gelegd tussen klachten en straling, waardoor de klachten onnodig verergeren. Als patiënten geluk hebben, horen ze iets over de gezondheidsrisico's van straling en kunnen ze iets doen, helaas niet aan zendmasten. Van artsen is tot nu toe geen hulp te verwachten omdat elektrogevoeligheid niet in de Nederlandse protocollen staat. Elektrogevoeligen worden aan hun lot overgelaten. Soms worden ze doorgestuurd naar een psycholoog of psychiater en wordt cognitieve gedragstherapie aangeboden. Uit een recente Finse enquête onder elektrogevoeligen blijkt dat minder dan 3% daar baat bij heeft. Vermindering van de stralingsbelasting werkt bij 76%. Medicijnen, zoals antidepressiva verergeren de klachten. Er zijn nu in Nederland 1 miljoen mensen met LOK klachten, bij hoeveel daarvan zijn die gedeeltelijk of voornamelijk

veroorzaakt door EMV? 300.000 misschien? Wat zijn de zorgkosten van de vele overbodige onderzoeken?

Wat zou helpen?

1. Stoppen met de ontkenning en stigmatisering van elektrogevoeligen.
2. Erkenning van elektrogevoeligheid als handicap, zoals in Zweden sinds 2006.
3. Voorlichting aan artsen, gebruik van het Zweedse en/of Oostenrijkse diagnosetool aanbevelen. Waarom wachten op de Nederlandse, die pas in 2016 klaar is?
4. Voorlichting aan de burgers over het feit dat straling van mobieltjes, zendmasten, Wi-Fi, en dergelijke bij sommige mensen ernstige lichamelijke klachten kan veroorzaken.
5. Voorlichting over hoe de stralingsbelasting beperkt kan worden: bij voorkeur zoveel mogelijk bedrade apparatuur thuis, of gebruik van Eco-DECTs, Eco-WiFi's en Eco-babyfoons, die alleen stralen als ze gebruikt worden.

Waarom is voorlichting zo belangrijk?

Omdat elektrogevoeligheid, misschien een hoge uitzondering daargelaten, niet aangeboren is. Elektrogevoeligheid ontstaat na cumulatieve, veelal langdurige overbelasting. Het reduceren van de stralingsbelasting, vooral in eigen huis, zal sterk preventief werken. Op dit moment wordt de stralingsbelasting, met het toenemend dataverkeer, steeds hoger. Te verwachten valt dat een steeds groter aantal Nederlanders stralingsgevoelig wordt en ernstige klachten krijgt. Tot slot, velen die nu al in ernstige mate elektrogevoelig zijn, dienen geholpen te worden. Stralingsvrije woonruimte in een stralingsarme omgeving zijn daarbij essentieel en financiële steun is veelal ook nodig. Werknemers die op werk ziek geworden zijn door een te hoge EMV belasting dienen in een re-integratietraject niet elke keer weer, twee jaar lang, gedwongen te worden naar de werkplek terug te gaan, terwijl ze daar steeds zieker worden.

Wetenschap

Omschrijving rubriek wetenschap

Voor deze rubriek geldt dat de referaten uitsluitend gebaseerd zijn op de originele wetenschappelijke artikelen. Wie belangstelling heeft voor de volledige tekst neemt even contact op met ondergetekende of met de redactie. HS

Al jong borstkanker door een mobieltje in de bh

Borstkanker is ongewoon bij vrouwen onder de 40 als er geen genetische kwetsbaarheid in de familie is. In dit onderzoek zijn vier jonge vrouwen gevolgd die jarenlang hun mobieltje in hun bh hadden gedragen en een zeer overeenkomstige vorm van borstkanker kregen, precies onder de plek waar ze hun mobieltje tot wel 10 uur op een dag droegen. Deze patiënten hadden geen genetische dispositie die hen vatbaar maakten voor borstkanker.

Bij alle vier waren overeenkomstige ziekteverschijnselen waargenomen en het ontwikkelingsproces van de kanker was steeds identiek.

In drie van de gevallen waren de lymfeklieren ook aangetast en in die gevallen waren enkele gezwellen in de borst te voelen, juist onder de plek waar het mobieltje bewaard werd. Op de andere delen van de borst

waren geen gezwellen aanwezig. Bij alle vrouwen was het mobieltje steeds tegen de blote borst geklemd geweest. De fabrikanten van mobieltjes waarschuwen tegenwoordig wel het mobieltje minstens 1,5 cm van de huid af te houden.

Het aantal vrouwen is in deze observaties beperkt; daardoor is niet de harde conclusie te trekken dat mobieltjes de kanker hadden veroorzaakt. Anderzijds zijn de uitkomsten van dit onderzoek wel opmerkelijk en geven ze aanleiding om vervolgonderzoek op te zetten.

Bron: John J.G. e.a. (2013). *Multifocal breast cancer in young women with prolonged contact between their breasts and their cellular phones*. Case reports in medicine, 2013. 5 pp.

JK

Meting van elektrohypersensitiviteit

Abstract.- EHS is een slecht gedefinieerde naam voor mensen die gezondheidsproblemen krijgen in de buurt van elektromagnetische velden. De meeste wetenschappers nemen aan dat er een psychologische factor ten grondslag ligt aan het lijden. Dit artikel geeft aan waardoor het komt dat in provocatiestudies geen associatie tussen EMV en EHS is waargenomen. Het geeft een hypothese ten aanzien van de diagnose en veelvormig-

heid van de reacties. Een oplossing voor de classificatie ligt in het simultaan meten van de 'heart rate variability' (HRV), microcirculatie en de elektrische huidpotentialiaal. Zo kan een onderscheid gemaakt worden tussen 'echte' EHS-ers en zij die lijden aan andere overgevoeligheden.

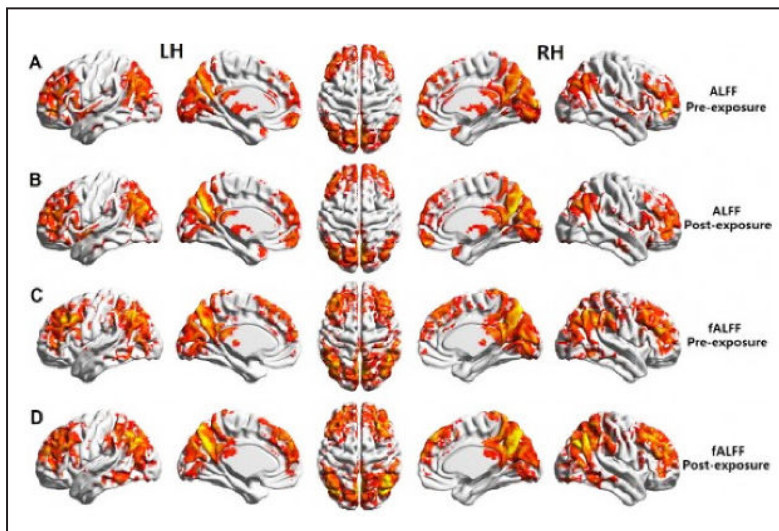
Toelichting: Deze publicatie zal ongetwijfeld veel aandacht trekken bij wie als EHS-er bij het probleem is betrokken. Echter, weten-

schappelijk gezien bevat het artikel te weinig technische en methodische informatie om in het reguliere wetenschappelijke circuit aanzien te verwerven. We wachten op nadere uitwerkingen door deze auteurs van enkele technieken en geuite gedachten.

Bron: Tuengler A, von Klitzing L. 2013. Hypothesis on how to measure electromagnetic hypersensitivity. *Electromagn Biol Med.* 2013 Sep;32(3):281-90.

HS

Hersensfuncties beïnvloed door LTE velden



Schematische weergave van de hersengebieden links en rechts, waarin de activiteitsverschillen aan het licht komen bij LTE bestraling. Let op de rode (donkerder) gedeelten waar een verminderde variatie in hersenactiviteit werd waargenomen.

De 4e-generatie van snelle draadloze communicatie wordt momenteel uitgerold over Nederland. De naam er van is 'Long term evolution - afgekort LTE'. De vraag is of mensen daar bij bestraling meetbare effecten van ondergaan en mogelijke schade oplopen. De techniek omvatte onderzoek naar de verschillen in spontane zenuwactiviteit in een groot aantal hersenkernen, met behulp van functionele MRI analyse (fMRI). Het rechteroor van 18 vrijwilligers werd gedurende 30 minuten bestraald met het veld van een LTE handset. In experimenten, waarin de effecten van bestraalde hersenen werden vergeleken met onbestraalde controle-experimenten, bleken er systematische verschillen te gaan ontstaan. Dit gebeurde in dubbelblind uitgevoerde proeven met veld-

dichtheden ver onder de ICNIRP richtlijnen. De effecten werden bestudeerd met de functionele MRI technieken voor de analyse van neuronactiviteit. Naar bleek waren de effecten niet beperkt tot het hersengebied naast het oor, maar waren ook te zien aan de andere kant van het hoofd.

Bron: Bin Lv, Zhiye Chen, Tongning Wu, Qing Shao, Duo Yan, Lin Ma, Ke Lu, Yi Xie 2013. The alteration of spontaneous low frequency oscillations caused by acute electromagnetic fields exposure. *Clinical Neurophysiology.* Published online 4 September 2013 <http://www.prlog.org/12215083-lte-cell-phone-radiation-affects-brain-activity-in-cell-phone-users.html>

HS

De betrekkelijkheid van SAR waarden

Evaluation of Specific Absorption Rate as a Dosimetric Quantity for Electromagnetic Fields Bioeffects by omeganews

Scientists Collaborate to Tell the World Why Microwave Guidelines Are Inappropriate by omeganews



Dr. Dimitris Panagopoulos
The University of Athens



Prof. Otto Johansson
The Karolinska Institute,
Stockholm



Dr. George Carlo
Science and Public Policy Institute,
Washington, D.C.

Three Davids, one Goliath

Scientists collaborate to tell the world why microwave guidelines are inappropriate

Samenvatting

De Specifieke absorptiesnelheid (SAR) heeft betrekking op warmte-effecten, terwijl het overgrote deel van de biologische effecten, van de door de mens gemaakte niet-ioniserende straling, niet-thermisch van aard is. Zelfs als men SAR voor een heel weefsel, orgaan of lichaam zou kunnen meten, dan nog worden de biologische effecten bepaald door kleine hoeveelheden energie die door bio-moleculen wordt geabsorbeerd en die niet kunnen worden berekend. Bovendien hangt SAR af van diverse niet-meetbare parameters.

Daarom zou SAR niet moeten worden gehanteerd als een primaire dosimetrie-maat, maar alleen als een additionele maat, met gespecificeerde meetmethode en foutendismissie. De primaire maat voor EMV effecten kan met een grotere maat van nauwkeurigheid

bepaald worden aan het oppervlak van biologische weefsels, niettegenstaande de vergelijkbare onzekerheidsgraden ten gevolge van de niet-lineair verlopende biologische dosis-effectrelatie.

HS

Eindelijk een meer objectieve test voor ADHD

▷ Ali Mazaheri e.a.

Via een simpele test die hersengolven in de frontale cortex meet, kan de diagnose van ADHD bevestigd worden bij tieners. Deze test registreert kwantitatief wat er ver-

andert in de informatie verwerking van het brein na een taakinstructie. Daarnaast geeft ze zicht op het type ADHD, waarbij een ander type waarschijnlijk een andere behandeling vergt.

Met 32 elektroden op het hoofd wordt een standaard EEG afgenomen en daarna werd de verandering in communicatie tussen de hersengebieden tijdens een taakvervulling gemeten.

Bron: Ali Mazaheri e.a. 2013 *Differential oscillatory electroencephalogram between attention-deficit/hyperactivity disorder subtypes and typically developing adolescents.*

Biol. Psychiatry. Center for mind and brain University of California.

JK

Korte berichten



Foto NRC

Vliegen en gevlogen worden niet ongevaarlijk!

Verscheidene van onze donateurs hebben slechte ervaringen met het vliegen en komen het vliegtuig uit, zo ziek als een hond. Wij wijten dat aan de sterke EMV in het passagierscompartiment van alle burgertoestellen. Het rustig blijven zitten/licgen in een zo laag mogelijke houding, schept maximale afstand tot het plafond waar alle leidingen met gepulste stromen en gepulste velden doorheen lopen.

De grote vraag is of de piloten -of sommigen van hen - daar ook last van hebben. Waarom niet? Zij zitten midden in de elektronica. Er is een hele discussie over gezondheidsklachten van sommige piloten die heel sterk lijken op die van elektrostress zoals we die kennen. Feitelijk behoren ze tot de SOLK: de Somatisch onverklaarde lichamelijke klach-

ten. Alleen, in die kringen wordt die mogelijke oorzaak van de klachten niet gezien. Men wijt de klachten aan luchtvervuiling door oliedeeltjes uit de motoren waar de ververste lucht langs geleid wordt. De vraag is wat daarvan waar is en of het geen tijd wordt aandacht te vragen voor onze veronderstelling dat piloten slachtoffer zijn van de EMV. Hieronder twee artikeltjes uit NRC next, die ogenschijnlijk geen verband met elkaar houden. Wij denken beter te weten.

Kort geding KLM: Luchtkwaliteit in de cockpit moet worden onderzocht

(NRC next van 19-9-2013).

KLM moet onderzoek gaan doen naar de luchtkwaliteit in de cockpit. Dat heeft de rechter gisteren bepaald in een kort geding

dat een KLM-piloot had aangespannen tegen zijn werkgever. De luchtvaartmaatschappij moet binnen veertien dagen een onderzoeksinstituut vinden en een vraagstelling formuleren. Het onderzoek dient binnen verschillende KLM-toestellen plaats te vinden, aldus het vonnis, en mag zes weken duren. De 47-jarige piloot Willem Felderhof had gezondheidsklachten, zoals hoofdpijn en evenwichtsstoornissen. Die werden volgens hem veroorzaakt door giftige deeltjes uit de motorolie van vliegtuigen die via de airconditioning het vliegtuig in worden geblazen. De klachten verdwenen toen hij ziek thuisbleef. Om die reden weigerde hij weer aan het werk te gaan zolang hij niet zeker wist dat de lucht in de cockpit schoon genoeg is. Hij wilde daarom nader onderzoek.

Over de hele wereld zijn er naar schatting enkele honderden piloten en stewardessen met dezelfde, vaak vage klachten die zij toeschrijven aan de invloed van de giftige deeltjes.

Ruim de helft van de piloten op lijn-toestellen slaapt tijdens de vlucht

(NRC next van 3-10-2013).

De site van Het Parool meldde vrijdag dat meer dan de helft van de piloten wel eens slaapt tijdens vluchten, 56 procent om precies te zijn. Het bericht is oorspronkelijk afkomstig van de BBC en het blijkt hier te gaan over Britse piloten. Het onderzoeksbureau ComRes deed onderzoek naar vermoeidheid bij de beroeps luchtvaart, in opdracht van pilotenbond Balpa. Vijfhonderd van de ongeveer achtduizend leden, bijna 80 procent van de Britse vliegeniers werd gevraagd naar moeheid en wegdutten tijdens het werk. Inderdaad zegt 56 procent van de respondenten dat ze wel eens in slaap zijn gevallen tijdens een vlucht. [...].

Conclusie

Het zou ons niet verrassen als de SOLK verschijnselen en slaperigheid te wijten zijn aan de blootstelling van de piloten aan schadelijke elektromagnetische velden. Wij kennen die verschijnselen maar al te goed

als elektrostress klachten. Misschien moeten we de heer Felderhof eens opzoeken en deze mogelijkheid met hem bespreken. Maar het zou net zo goed een averechtse reactie kunnen oproepen, omdat mensen die heel heilig geloven in de oorzaak van hun lijden (in dit geval luchtverontreiniging) niet altijd open staan voor alternatieve verklaringen. Zo werkt de mens nu eenmaal en velen van ons vormen daarop geen uitzondering. Daarmee is het belangrijke probleem van EMV in vliegtuigen niet opgelost. Wie een mogelijkheid ziet een opening te vinden naar een vliegautoriteit, om dat punt op de agenda te krijgen, wordt verzocht contact op te nemen met de redactie.

HS

Smartphone belt zelf tot 350.000 keer per dag

In een artikel door Peter van Ammelrooy (redacteur van De Volkskrant) wordt uit de doeken gedaan welke zendactiviteiten een smartphone zelfstandig onderneemt, passief liggend op een tafel, binnen bereik van WiFi contact met internet. Het artikel grijpt terug op een BBC mededeling waarbij men heeft nagegaan hoe vaak een vrij-liggend mobiel-tje, zonder uw instructie, contact onderhoudt met vele websites en datasystemen, verspreid over de hele wereld. Men heeft bepaald dat per etmaal zo'n 350.000 keer contact wordt gelegd; even zo vele malen zal het toestel hoogfrequente velden uitstralen om contact met uw WiFi te leggen. Het is maar dat u zich daarvan bewust bent. Bovendien is het door uw eigen toedoen dat deze contacten gelegd worden. Het zijn namelijk de door u geïnstalleerde apps die door u gemachtigd zijn deze contacten te leggen. U bent zich daar niet van bewust omdat in de kleine lettertjes bepalingen staan die de software deze bevoegdheid geven. Die lettertjes worden door bijna niemand gelezen

en dit is het resultaat. De betreffende geteste smartphones waren uitgerust met 30 van de meest gebruikelijke apps en daar was verder niets bijzonders mee aan de hand. U laat dat zelf toe.

Analyses van de signalen en de aangesproken adressen maakten duidelijk dat organisaties over de hele wereld via ruim 300 servers van data werden voorzien. Bijzonder vaak worden gebieden in de VS bezocht, midden Amerika, Oost-Azië en Australië, maar ook naar Oekraïne, Singapore en China, gebieden waar men het niet zo nauw neemt met de privacy.

Bron: <http://www.volkskrant.nl/vk/nl/2664/Nieuws/article/detail/3549113/2013/11/22/In-24-uur-wisselt-uw-smartphone-tot-350-000-keer-gegevens-uit.dhtml>

HS

Zo werkt de smartphone nu eenmaal

▷ Robin Heijblom

De verbazing bij de nietsvermoedende burger komt door onwetendheid ten aanzien van de onderliggende techniek. Zo werkt het internet namelijk. En als je internet hebt op een telefoon, dan gaat je telefoon duizenden berichtjes per minuut versturen. Je zou kunnen zeggen dat elke website aanvraag enkele SMS berichtjes is en als deze vervolgens wordt geladen duizenden SMS berichtjes.

Voorbeeld:

1 SMS bericht is maximaal 140 bytes lang. Daar komt natuurlijk nog wat overhead bij van verbinding opbouwen maar laten we uitgaan van 200 bytes per SMS. Volgens <http://www.mobielabonnement.nu/wat-is-het-gemiddelde-dataverbruik/> gebruikt een gemiddelde smartphone gebruiker 200MB per maand. Dat is iets meer dan 6,5MB per dag. Dat is bijna 7 miljoen bytes. Met 7 000 000 / 200, kom je dus uit op 35000 Sms'jes per dag.

De genoemde 200MB geldt echter voor een data-bundel via het mobiele netwerk. Met UMTS als gemiddelde verbinding is dat meestal iets van 1 Mbps. Thuis hebben mensen tegenwoordig minstens 10 Mbps via ADSL, kabel of glasvezel. En eenmaal verbonden met een WiFi netwerk zal een app, wellicht veel meer data verzenden in de veronderstelling dat het toch gratis is. Dus dat je via WiFi op 350 duizend uitkomt is niet zo onrealistisch, aangenomen dat veel mensen vooral thuis of op het werk waar WiFi is zullen internetten op hun smartphone en onderweg alleen socializen via Facebook, Whatapp en andere Social Media Meuk. Wil je streamen zoals YouTube dan zul je echt wat meer dan 200MB per maand moeten hebben. 2GB per maand is dan meer een bundel die daarbij past. En dan kom je ook uit op 350 000.

Ja het is normaal dat een smartphone tienduizenden, zo niet honderdduizenden/miljoenen keren per dag een kort bericht verstuurt. Dit is niet ongevraagd. Zo werken internet applicaties. Als je dat niet wilt moet je geen apps gebruiken die ontworpen zijn om continu met het internet verbonden te zijn. Veel social media apps vragen direct bij het opstarten of ze met het internet mogen verbinden (als je dataverbindingen op "handmatig/op aanvraag" hebt ingesteld) en indien je dit niet toestaat zal de applicatie direct afsluiten. Indien je de applicatie toestaat zal deze toegang hebben tot het internet totdat de applicatie of de internet-verbinding afgesloten wordt.

Als je dataverbindingen op "automatisch/altijd" hebt ingesteld dan zal elke applicatie die opgestart is ongevraagd verbinding kunnen maken met het internet. Het beste is dus als je een smartphone hebt dataverbindingen in te stellen op "handmatig/op aanvraag" zodat applicaties niet ongevraagd verbinding kunnen maken. Maar ja, geen mens doet dat! Want dan krijg je iedere keer die vervelende vraag "wilt u

dat app-x verbinding maakt met het internet?" Daarnaast krijg je niet realtime facebook en whatsapp berichten binnen als je de desbetreffende apps afsluit. Dus nagenoeg iedereen met een smartphone zal de applicaties actief hebben en dataverbindingen op *automatisch/altijd* aan hebben ingesteld.

Je kunt EHSers die toch een mobiel nodig hebben adviseren deze omslachtige werkwijze te hanteren, maar als het om atechnische mensen gaat dan doen ze er beter aan een dumb-phone te kopen

(tegenovergestelde van een smartphone) die alleen kan bellen (zoals een Nokia 3310). Het advies om straling te beperken in zijn algemeenheid zie ik als niet zinvol omdat het tegenstrijdig is met de behoefte om altijd online te zijn. Mensen die (nog) geen last hebben van EHS, zullen het advies niet opvolgen omdat het gelijk staat aan "er niet bij horen" want de meerderheid van de bevolking is 100% online. Dat is namelijk het hele idee van een smartphone. De meeste mensen kopen zo'n ding om er overal mee te kunnen internetten en realtime berichtjes te ontvangen.

Draadloos opladen van auto de nieuwe trend

▷ Paul Veldhuizen van Zanten

Draadloos opladen is een nieuwe trend die voor elektrogevoelige mensen wel eens problematisch kan gaan worden. Autofabrikanten zoals Audi, BMW en Volkswagen, zijn van plan om draadloze oplaadtechniek in auto's in te bouwen die vanaf 2014 op de markt komen.



De standaard voor het draadloos opladen van mobieltjes e.d. wordt Qi (spreek uit "chi" als in tai-chi)

Deze Qi standaard voor draadloos opladen is gebaseerd op het principe van elektro-magnetische inductie, waarbij twee spoelen gebruikt worden - een zender en ontvanger - om elektriciteit over te dragen. De zendspoel wordt ingebouwd in het middenpaneel van de auto en zendt magnetische velden uit.

Een Qi-compatibele apparaat bevat een spoel en kan de magnetische velden oppikken en weer omzetten in energie om de accu op te laden. Smartphones als Samsung Galaxy S4, HTC Droid DNA, of Nokia Lumia 920 kunnen eenvoudig in de middenconsole van de auto gelegd om op te laden. Ook tablets als Google's Nexus 7 bevatten al een Qi mogelijkheid.

Bedrijven als Philips, HTC, Nokia, Samsung en Sony hebben deze standaard omarmd en zullen deze techniek in steeds meer apparaten inbouwen. De verwachting is dat er niet alleen in auto's oplaadpunten komen, maar dat er ook losse oplaadmatten komen voor thuisgebruik. Bovendien zullen deze oplaadmatten komen in openbare gelegenheden zoals treinen, vliegvelden en bars.

De Qi standard is ontwikkeld door het Wireless Power Consortium en kan energie overdragen tot een maximale afstand van 4 cm. De hoeveelheid energie kan maximaal 5 watt bedragen. Er is echter ook al een variant voor maximaal 120 watt ontwikkeld.

In vergelijking met een oplader met een normale transformator zijn bij draadloos opladen de spoelen een stuk van elkaar verwijderd, waardoor het rendement verlaagd wordt. Uit het oogpunt van energiebesparing is dit voor het milieu een slechte zaak. Verder is de frequentie van de stroom door de spoelen een stuk hoger dan de gebruikelijke 50 Hz. Bovendien geeft het op te laden apparaat zelf aan hoeveel energie er moet worden overgedragen doordat het apparaat met digitale pulsjes met de oplader communiceert. Daardoor bevat het magnetisch veld niet alleen hoge frequenties, maar ook modulatiepulsjes (met een frequentie van 2 KHz). En dat soort signalen zijn precies de signalen waar elektrogevoeligen last van kunnen hebben.

Het principe waarmee het op te laden apparaat informatie doorgeeft aan de oplader is in principe hetzelfde als de informatieoverdracht bij een RFID kaart (in bijvoorbeeld de NS OV kaart). In een RFID kaart zit geen

batterij, de RFID kaart krijgt energie van het poortje doordat de spoel in de RFID kaart een hoogfrequent magnetisch veld oppikt. De RFID kaart reageert door een code terug te sturen door de spoel wisselend wel en niet te dempen. Dat kan het poortje meten en zo wordt de code van de OV kaart doorgegeven. Volvo is al bezig met experimenten met draadloos opladen van elektrische auto's en in België zijn al experimenten gedaan met het draadloos opladen van bussen met een vermogen van 80 kW! Onder de bus hangt een grote spoel en in het wegdek worden de oplaadspoelen onder het beton of asfalt gelegd. In de bus is een magnetische afscherming nodig om de magnetische velden binnen de ICNIRP limieten te houden, die zoals we allemaal weten, jammerlijk veel te hoog zijn. Wanneer elektrische of hybride bussen in de toekomst draadloos worden opgeladen op de stopplaatsen, vrezen wij voor de gezondheid van de passagiers en zeker van de buschauffeurs.

'Opening up Education in the EU'

De Europese Commissie heeft dit jaar een document gepubliceerd dat richting moet geven aan de verbetering van onderwijs in de EU en dat voornamelijk door toepassing van digitale technologieën. De ondertitel is: *'Opening up education: Innovative teaching and learning for all through new technologies and Open Educational Resources'* (OER).

Het doel daarvan is de manieren van onderwijs geven en leren te stimuleren door toepassing van ICT technieken op school en daarmee Europa competitiever te maken. Daartoe zal een website worden geopend die breed toegang geeft tot vele vormen van educatieve materialen.

Voordelen voor de aangesloten landen zijn:

- Kennis is beschikbaar in alle talen
- Bronnen zijn vrij toegankelijk, onafhankelijk van leraren en instituties

- Iedereen kan meedoen, los van leslokalen
- Onderwijs kan meer op persoonlijke behoefte worden toegesneden
- Leraren kunnen onderwijsmaterialen en ervaringen uitwisselen

De hoop is dat Europa door beter onderwijs leiderschap in educatie kan verwerven, nieuw talent aantrekken, burgers training geven en bekwaamheden aanbrengen. Als gevolg zal dit de brandstof leveren voor innovatie, productiviteit en groei.

Eén en ander moet de educatie in de EU herscheppen.

Toelichting van de redactie

In dit advies klinkt duidelijk de stem door van Maurice de Hond die ons eerder al had verrast met zijn ideeën over de Steve Jobsscholen, waarvan er intussen al een paar van start zijn gegaan. In deze scholen wordt vrijwel afgezien

van papieren lesmaterialen en wordt alle lesmaterialen aangeboden via digitale technieken en leermiddelen. Hij gebruikt dezelfde argumenten als die in deze EU nota. Wij zijn daar geen voorstander van zolang er geen waarborgen worden geschapen dat kinderen die minder goed tegen de onvermijdelijke WiFi installaties kunnen, een school vinden die gewoon klassieke lesmaterialen gebruiken. Dat zal dan wel tegen het principe van die scholen zijn, maar de voordelen van de Steve Jobsscholen zijn nog nooit aangetoond. Het is misschien veelzeggend dat leidende kopstukken van internetbedrijven in Silicon Valley hun kinderen juist naar een klassieke school doen, hoewel het 'Nieuwe type leren'

daar ook best is doorgedrongen. Topdenkers hebben er geen fiducia in.

We mogen hopen dat de EU landen voldoende vrijheid behouden om hun eigen leerstelsels te gebruiken en te ontwikkelen, opdat op basis van ervaringen in het onderwijs het ons best passende stelsel kan worden gekozen.

Bronnen:

http://ec.europa.eu/education/news/doc/opening-com_en.pdf Uitgebreid document

<http://openeducationeuropa.eu/nl/initiative>

Overzichtelijke samenvatting

HS

Draadloos opladen van smartphone in auto



Oplaadconsole voor smartphone in Jeep Cherokee.

Het was te verwachten: de inbouw in auto's van de gemakken die ook in kantoor te vinden zijn. Zo nu ook de mogelijkheid om je smartphone op te laden via een draadloze energieoverdracht door middel van magnetische wisselvelden via het Chi-protocol. Dat opladen gebeurt via een speciale voorziening op de middentunnel. Voorlopig zijn het nog de duurdere automerken als Jeep, Mercedes, Audi, Volkswagen en Toyota, maar in de toekomst zal dit systeem wel in de meeste

typen worden ingebouwd. Ook mobieltjes moeten op deze laadmogelijkheid worden aangepast.

Dit principe van draadloze energieoverdracht gaan EHS-ers waarschijnlijk sterk irriteren, omdat daarbij gebruik gemaakt wordt van twee sets van spoelen: een set die bekrachtigd wordt door de autoaccu en die een magnetisch wisselveld uitzendt en anderzijds een spoel in de smartphone die deze velden opvangt en er weer energie uit haalt om de batterij op te laden. Niet iets om in je buurt te hebben onder het rijden. Naar verwachting wordt de 'Chi-standaard' voor energieoverdracht in steeds hoger tempo toegepast in auto's.

Bron: http://www.computerworld.com/s/article/9242598/Top_automakers_set_to_offer_in_vehicle_mobile_wireless_charging?source=CTWNLE_nlt_networking_2013-09-25

HS

Slimme meter weigeren. Mededeling op Consuwijzer

Praktisch advies van de overheid over uw rechten als consument
(<http://www.consuwijzer.nl/energie/energie-meter/slimme-meter-weigeren>)

Mag ik een slimme meter weigeren?

Krijgt u een aanbod om uw gas- en/of elektriciteitsmeter te vervangen door een slimme meter? Dan kunt u kiezen uit de volgende mogelijkheden.

De slimme meter weigeren

U hebt het recht een slimme meter te weigeren. U moet dan zelf uw meterstanden aan het energiebedrijf doorgeven. En u ontvangt geen tweemaandelijks verbruik- en kostenoverzicht.

De slimme meter uitzetten

De netbeheerder plaatst bij u in huis een slimme meter, maar u laat de meter uitzetten. Uw netbeheerder kan dan uw meterstanden niet op afstand uitlezen. U moet dan zelf de meterstanden doorgeven. En u ontvangt geen tweemaandelijks verbruik- en kostenoverzicht.

De slimme meter aanzetten

De netbeheerder plaatst bij u in huis een slimme meter en u laat deze aanzetten. Dat betekent dat uw netbeheerder uw meterstanden op afstand zal aflezen op de afgesproken

momenten. U ontvangt een tweemaandelijks verbruik- en kostenoverzicht.

Tip

U kunt dit altijd weer wijzigen. U bepaalt zelf of u de slimme meter aan of uit laat zetten. Wel mag de netbeheerder hiervoor kosten bij u in rekening brengen.

Naschrift van de redactie

Het stichtingsbestuur is nog in onderhandeling met het Ministerie van economische zaken om te bereiken dat mensen die verhuizen of die al een slimme meter hebben de gelegenheid krijgen deze weer in te ruilen voor een niet-zendend type. Dat zal in de praktijk wel een digitaal werkende meter zijn, maar van een type die inderdaad niet zendt. Laat u niet in de luren leggen door de boodschap dat u de slimme meter altijd kunt laten aan- of uitzetten. Het uitzetten betekent in dit geval alleen het 'administratief' laten uitzetten. De meter zendt nog even vaak en hard als bij een meter die gewoon aan staat; alleen worden de meterstanden niet tweemaandelijks opgemaakt. Weiger de meter als u het niet vertrouwt! Niet alle monteurs die meters routinematig per straat komen installeren zijn op de hoogte van uw recht de slimme meter te weigeren.

Boek-/artikelbespreking

Twee boeken van Boudewijn van Houdenhove

Twee oudere maar nog zeer informatieve boeken van Boudewijn van Houdenhove (Belgisch psychiater).
Beide uitgegeven door Lannoo. Prijs €19,99.

1. In wankel evenwicht (2005)

Over stress, levensstijl en welvaartziekten. Ons stresssysteem heeft een essentiële,

beschermende functie. Door een ingenieus samenspel van hormonen en andere stoffen zorgt het ervoor dat ons organisme elke vorm van fysieke of emotionele belasting de baas kan. Maar het systeem kan uit balans raken, vooral als de druk te hoog wordt of nooit ophoudt. Onze stresshormonen slaan dan op hol, of zijn juist te weinig actief. In dat



geval beschermen ze ons niet meer, maar ondermijnen ze ons psychisch en lichamelijk. In dit baanbrekende boek leidt Boudewijn van Houdenove ons binnen in de fascinerende wereld van het moderne stressonderzoek. Hij laat zien hoe een ontregeld stresssysteem een ingrijpende impact kan hebben op onze gezondheid en een rol kan spelen in diverse 'welvaartsziekten': depressie, hart- en vaatziekten, obesitas, diabetes, fibromyalgie, chronische vermoeidheidssyndroom... De auteur maakt ook duidelijk dat, om ons stresssysteem in evenwicht te houden, een gezonde levensstijl van het grootste belang is. We kunnen er dus maar beter meteen aan gaan werken. Dit boek vormt daartoe de perfecte eerste stap.

Inhoudsopgave

1. Stress heeft twee gezichten
2. Hormonen over hun toeren
3. Hart(s)problemen en brandstofkwesties
4. Het stuurloze zesde zintuig
5. Moe, opgebrand, overal pijn
6. Goed begonnen is half gewonnen
7. Maakt welvaart ziek?
8. In balans blijven

2. Stress, het lijf en het brein Ziekten op de grens tussen psyche en soma (2007)

De geneeskunde worstelt al eeuwen met het begrijpen en adequaat behandelen van ziekten die zich in het grensgebied tussen psyche en soma bevinden. Vooral aan- doeningen zonder duidelijke lichamelijke verklaring - tegenwoordig 'functionele somatische syndromen' genoemd - zijn voor veel artsen en andere hulpverleners een doorn in het oog. Voorbeelden zijn: prikkelbare darmsyndroom, chronische vermoeidheidssyndroom, fibromyalgie ...De laatste jaren stapelen de bewijzen zich op dat het stresssysteem - de neurobiologische draaischijf tussen ons lichaam en ons brein - in deze ziekten een cruciale rol speelt. Dit boek geeft een up-to-date overzicht van deze nieuwe ontwikkelingen. Het is geschreven door een groep

Leuvense psychiaters en psychologen, die allen klinisch en wetenschappelijk actief zijn op dit terrein. Naast verschillende stressgebonden ziektebeelden, komen ook meer algemene topics aan bod, zoals de rol van vroegkinderlijk trauma, het onderzoek naar prenatale stress, de link tussen stress, emoties en pijn, en de methodologische valkuilen van het stressonderzoek. De auteurs van dit boek hebben getracht deze complexe materie toegankelijk te maken voor een niet gespecialiseerde lezer. Het boek is bedoeld voor artsen, psychologen en eenieder die geboeid is door de fascinerende vooruitgang van de moderne neurowetenschappen.



Jos Timmer

Reacties en Ervaringsverhalen

EHS en psychische klachten

Patrik Peters

In het EHS Bulletin nr. 43 staat er een artikel van Wouter-Jan van Keulen waarin vermeld wordt dat mensen met EHS vaak te maken krijgen met psychische klachten. Ook wordt er gesteld dat het mogelijk is om met gepaste begeleiding te leren met dergelijke klachten beter om te gaan. De tekst laat uitschijnen dat de psychische klachten zoals angst, boosheid, radeloosheid, negatieve gedachten en zelfs depressie een normaal gevolg zijn van het feit dat nogal wat mensen met EHS veel negatieve ervaringen hebben (bijvoorbeeld Job verlies, onbegrip en het zich bedreigd voelen als individu).

Het is echter mijn persoonlijke ervaring dat dergelijke psychische klachten eerder het rechtstreekse gevolg zijn van de blootstelling aan EMV. Ik ben nu bijna tien jaar bijzonder gevoelig voor EMV en heb ondertussen leren leven met mijn beperkingen en het gevoel om door de maatschappij als paria behandeld te worden. In een periode dat ik geen schadelijke blootstelling aan EMV heb gehad, heb ik ook helemaal geen last van hoger genoemde psychische klachten. Wanneer ik echter een te grote dosis te verwerken krijg, zal ik enkele uren later al vrij snel te maken krijgen met besluiteloosheid, boosheid, dwanggedachten, neiging tot agressie, negatieve gedachten en zelfs depressiviteit. Indien ik dan de volgende dagen mijn blootstelling aan EMV erg beperkt houd, zullen deze gevoelens langzaam aan wegebben, net zoals alle andere symptomen van EHS (grote vermoeidheid, futloosheid, concentratieproblemen en rusteloze nachten). Het is voor mij dan ook duidelijk dat dergelijke psychische klachten een rechtstreeks gevolg zijn van de blootstelling aan EMV en niet zo zeer veroorzaakt worden door beredeneerde gedachten.

Uiteraard kan het leven van een overgevoelig persoon heel sterk door elkaar gehaald worden als gevolg van zijn verhoogde gevoeligheid. Het leren omgaan met verdriet, boosheid, angst en stress kan dus zeker een meerwaarde hebben. Toch wens ik bij zulk een algemene stelling een zeer belangrijke waarschuwing te geven. Indien men mensen met EHS voorspiegelt dat een therapie soulaas kan bieden voor hun psychische problemen, loopt men het risico dat men kiest voor de gemakkelijkste weg. Het zal immers veel minder moeite vragen om therapie te volgen dan om naar fundamentele oplossingen te zoeken. Uw huis stralingsarm maken vraagt nu eenmaal veel meer geld en inspanning dan enkel uren bij medisch hulverlener door te brengen. Een psychotherapeut overtuigen om tegen betaling gedurende tien uur naar uw verhaal te luisteren, zal ook veel vlotter gaan dan uw medewerkers op kantoor of uw burelen thuis te overhalen hun draadloze toepassingen wat in te perken. Het mogelijk bestaan van een eenvoudige oplossing kan het ook moeilijker maken om uw eigen huisgenoten te overtuigen de schadelijke looptelefoon of breedbeeldtelevisie weg te doen. In veel gevallen zal het zelfs zo zijn dat je uw eigen therapeut niet moet vragen om zijn WiFi of DECT-zendstation uit te zetten tijdens de uren dat je op bezoek gaat. De kans is dan ook groot dat na dergelijke sessies de psychologische klachten eerder zullen toenemen. Niet alleen omdat je een grote dosis straling te verduren hebt gekregen maar ook omdat je er weer eens met de neus op gedrukt wordt dat er in de maatschappij helemaal geen begrip is voor je probleem, zelfs niet bij diegene die je er voor betaalt.

Stellen dat de psychische klachten bij EHS kunnen verminderen, met psychotherapie,

heeft ook nog een ander belangrijk nadeel. Medici zullen het dan immers graag zien als volwaardige oplossing van het probleem. Een vergelijkbare situatie zien we bij het Chronisch Vermoeidheid Syndroom (CVS of ME). Hierbij wordt door medische specialisten al twee decennia lang volgehouden dat het vooral een psychisch probleem is. Herhaaldelijk tonen wetenschappelijk studies aan dat psychotherapie maar voor een zeer beperkte groep soulaas kan brengen (rond de 10 procent). Deze beperkte positieve resultaten zullen waarschijnlijk nog een sterke overschatting zijn. Het zijn immers de behandelaars zelf die mogen uitmaken wanneer iemand voldoende hersteld is. Ook is het zo dat bij de deelnemers aan het experiment er zeer veel uitval is. Nogal wat mensen met CVS worden immers ziek van de behandeling. Verder gebeurt de selectie op vrijwillige basis. Zeer zieke patiënten met voldoende realiteitszin zullen dus gewoonweg niet meegaan in zijn project.

Ook medische specialisten kiezen doorgaans liever voor de gemakkelijkste weg. Een wetenschappelijke publicatie in een psychologisch tijdschrift lezen en begrijpen gaat immers een stuk vlotter dan je te hoeven verdiepen in een ingewikkeld kluwen van biochemische reacties, zeker indien je daar helemaal niet voor opgeleid bent. Het aantal publicaties die een mogelijke biochemische verklaring bieden voor CVS is dan ook beperkt. Het aantal medische specialisten die deze teksten gelezen en begrepen hebben, en ook nog eens in hun praktijk toepassen, is navenant. Daarom zien we twintig jaar nadat al duidelijk was dat CVS geen psychische aandoening is, het merendeel van de behandelaars dit nog altijd als dusdanig beschouwen. Hierdoor is er voor CVS nog altijd geen echte behandeling beschikbaar en wordt CVS als ziekte nog steeds niet door de maatschappij erkend. Vele mensen met CVS zakken dan ook steeds dieper weg in armoede en eenzaam-

heid. Ik hoop dat we dat de mensen met EHS dit de komende twee decennia kunnen besparen.

De aandachtige lezer zal al wel gemerkt hebben dat ik bovenstaande tekst geschreven heb in een periode na een al te grote belasting met EMV. Er zit een zekere boosheid in. Ook zullen de meeste onder u de indruk gehad hebben dat het allemaal wel wat overdreven is en dit kan dan een zeker ongeloof of zelfs weerzin opwekken. Denk er aan dat vele van uw aanhouders ook zullen een gevoel krijgen als je overenthousiast over jou gezondheidsproblematiek spreekt. Het onder controle houden van negatieve gedachten, angst en boosheid is dan ook zeer belangrijk, al was het maar om uw sociale contacten te kunnen behouden. Wouter-Jan van Keulen heeft dus zeker een punt als hij stelt dat professionele hulp u hierbij kan helpen. Toch is het ook zeer belangrijk u te realiseren dat mogelijk een belangrijk deel van deze negatieve gevoelens het rechtstreeks gevolg zijn van de straling zelf. Om dit stuk aan te pakken zal je verplicht zijn uw leefomgeving op te schonen en zul je zo veel mogelijk een al te grote belasting moeten vermijden anders is het dweilen met de kraan open.

Mogelijk beschermend effect van Ginseng tegen EMV

Juliette Kuiper

De Koreaanse Ginseng productie maatschappij heeft onderzoek gesubsidieerd naar de beschermende werking van Ginseng tegen nadelige verandering in de calcium en eiwit binding in de hypocampus van muizen door straling van mobieltjes.

Ginseng (Panax Ginseng) is een langzaam groeiende plant waarvan de wortels van

6 jaar en ouder al eeuwenlang gebruikt worden in China en Korea, vooral voor ouderen die weinig vitaal zijn of verzwakt door chronische ziekten. Het bevordert harmonie in verschillende processen bij heel veel gezondheidsklachten (panacee is afgeleid van Panax). Ginseng speelt een belangrijke rol in het centrale zenuwstelsel.

Er is zelfs een Amerikaans Ginseng product. De vraag naar dit tonicum was in 1995 veel groter dan het aanbod. Een goede kwaliteit waar voldoende ginsenosiden in horen te zitten is duur. Er wordt veel vervalsing verkocht. Bij de Hema is een potje met 4% Ginseng te koop voor 4 euro, dat is een beter percentage dan elders.

Het onderzoek bij dertig muizen lijkt grondig, er is ook een aanzienlijke literatuurlijst. De 30 muizen worden in drie groepen van 10 verdeeld. Een controle groep, en twee groepen die een maand lang straling van een mobieltje ondergaan, waarvan een groep van te voren al Rode Ginseng extract had gekregen.

Door een mobieltje wordt het evenwicht in die Calcium-bindende eiwitten in de hippocampus verstoord. Er werden in de bestraalde groep muizen immunohistochemisch aantoonbare verschillen gezien: vermindering van de neuronale vertakkingen ten opzichte van de niet bestraalde muizen en een vermindering van de hoeveelheid calciumbindende eiwitten in de gyrus dentatus. In de met Ginseng behandelde dieren werden die verschillen niet gezien. Dit zou er op wijzen dat ginseng de muizen een zekere bescherming biedt tegen de effecten GSM velden.

(Noot: Ik ben begonnen dit middel in te nemen als ik een straling rijke dag verwacht - JK)

Bron: Dhraj Masley e.a. 2013. *Neuroprotective effect of Ginseng against alteration of calcium binding proteins immunoreactivity in the mice hippocampus after radiofrequency exposure.* Biomed research international Volume 2013 p 8126-8141.

Een informatief Nederlands boek over ginseng:

Andrew Weil 1995. *Het lichaam wil gezond zijn.* Zwarte Beertjes. 400 pp.

Interessante links

Documenten over wetteksten m.b.t. de invoering van de slimme meter.

- Kamerbrief Stand van zaken uitrol slimme meter (februari 2013).
<http://www.rijksoverheid.nl/bestanden/documenten-en-publicaties/kamerstukken/2013/02/18/kamerbrief-stand-van-zaken-uitrol-slimme-meters/kamerbrief-stand-van-zaken-uitrol-slimme-meters.pdf>
- Autoriteit Consument & Markt. *Monitoring rapportage. Kleinschalige aanbidding slimme meter.*
<https://www.acm.nl/nl/publicaties/publicatie/11151/Monitoringrapportage-2012-Kleinschalige-Aanbidding-Slimme-meter/>
- Wet van 2 juli 1998, houdende regels met betrekking tot de productie, het transport en de levering van elektriciteit (Elektriciteitswet 1998) dd. 15-11-2013.
http://wetten.overheid.nl/BWBR0009755/Hoofdstuk3/4a/Artikel26ae/geldigheidsdatum_15-11-2013
- Toelichting bij het wetsvoorstel marktmodel p.2 en p.3:
<http://www.rijksoverheid.nl/documenten-en-publicaties/kamerstukken/2010/04/20/memorie-van-toelichting-novelle-marktmodel.html>
- Op de site van ConsuWijzer (Praktisch advies van de overheid over uw rechten als consument) wordt het onderwerp *Weigeren van de slimme meter aangesneden.*
<http://www.consuwijzer.nl/energie/energiemeter/slimme-meter-weigeren>

Panagopoulos 2013. Scientists collaborate to tell the world why microwave guidelines are inappropriate. <http://www.buergervelle.de:8080/helma/twoday/bwnews/stories/4930/>

Paul Doyon: Titelpagina's van 20 artikelen over effecten van WiFi op uiteenlopende fysiologische functies. <http://wifiinschools.org.uk/resources/Wi-Fi+papers.pdf>

VIDEO'S

Smartphones gevaarlijk? Onzin, of toch (5.22 min.).

Fraaie persiflage van een fervente gebruiker van een smartphone die zich teweer stelt tegen de 'beweerde' gevaren van mobieltjes. Humoristisch en sterk aanbevolen.

<http://www.youtube.com/watch?v=9C-bDxKEINs&feature=youtu.be>

Straling van slimme meters. (4.46 min). Overzicht van veldmetingen in de buurt van slimme meters in uiteenlopende situaties. Veldsterkten van honderden microWatts/cm2.

<http://www.youtube.com/playlist?list=PLA69545E741F08AA2>

Rodney Palmer - Safety code 6. Presentation to the Royal Society of Canada. (18.39 min.)

Binnen korte tijd stierven twee jonge kinderen aan hartfalen; twee anderen werden net gered door defibrillatie gevolgd door implantatie van een pacemaker.

<http://www.youtube.com/watch?v=bsPBUwCfal>

Wegens emigratie **TE KOOP** een geheel gerenoveerde eengezinswoning in Bilthoven

145 m² woonoppervlakte op 3 woonlagen,
6 kamers (5 slaapkamers).

Het huis is ruim en licht met op de 2^e etage een grote dakkapel over de hele achterzijde en Veluxramen aan de voorzijde, heeft een voor- en achtertuin met achterom en schuurtje. Het ligt aan een autovrij laantje dat grenst aan een kinderspeelplaatsje in een rustige groene wijk aan twee kanten begrensd door bos, dicht bij een winkelcentrum, scholen en met het station op loopafstand.



Alle aanbevelingen van ElectroSense zijn uitgevoerd (onder andere netvrij – aardpen – netfilters – koolstof behandelde muren – HF-dempende vitrage, ontkoppelde leidingen). Daarna is het huis geheel gerenoveerd, met onder andere een nieuwe badkamer met inloopdouche en ligbad. Gezien de recente renovatie is het huis zonder opknappen te betrekken. Wegens emigratie is het mogelijk verschillende zaken over te nemen.

Vraagprijs € 385.000,--

Voor uitgebreide informatie lola.verkuil@inter.nl.net of 030-225 1771

- ✓ Elektrogevoelig... en nu?
- ✓ De buurman werkt niet mee?
- ✓ Welke maatregelen moet ik nu uitvoeren?
- ✓ Hulp en advies bij een gesprek met werkgever of school?



Prins Bernhardlaan 56
3972 AZ Driebergen
T 087 - 873 20 24
E carolien@schooneveldadvies.nl
www.schooneveldadvies.nl

Bel dan de **Stralingscoach**

Voor ondersteuning en praktische tips, persoonlijke coaching & trajectbegeleiding bij sanering, met als doel om een normaal leven en werken met EHS-klachten dichterbij te brengen.

Bel of mail voor een vrijblijvend gesprek:

Carolien Schooneveld

T 087-8732024

E Carolien@SchooneveldAdvies.nl



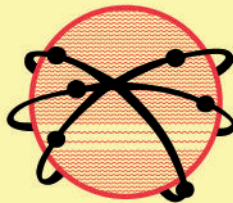
- ✓ **Bouwbiologie:**
elektromagnetische velden en -straling, luchtkwaliteit, schimmels
- ✓ **Energieprestaties:**
energielabels, maatwerkadvies, binnenmilieuprofiel
- ✓ **NHG- en Bouwtechnoeringen**

ing. Jan Hulsbos
De Bouwbioloog®

Ranonkelstraat 9
2161 XL Lisse
T: 0252-861 812 E: info@debouwbioloog.nl W: debouwbioloog.nl

Een betere basis voor gezonder wonen

Elektrotechniek



BOSMAN

Als u naar aanleiding van uw meetrapport nog vragen heeft op het gebied van elektra of voor het installeren van netvrijschakelaars of afgeschermd kabels.

Marten van Lubek

Van Ingenweg 35
6871 EM Renkum
info@elektrotechniekbosman.nl

tel. 0317 - 315251

www.elektrotechniekbosman.nl



ERKEND
INSTALLATEUR

Lid van

UNETO-VNI



Onze storingsdienst is dag en nacht en zeven dagen per week bereikbaar



Voor metingen en advies bij gevoeligheid
voor **E**lektro**M**agnetische straling

Gruterstraat 21
6981KB
Doesburg

Tel. 06-23 72 76 29
Informatie: www.emstraling.nl
Email: info@emstraling.nl



ESI 24 3-in-1 detector
eenvoudig te bedienen
Handig voor onderweg



Afgeschermde armaturen
nu met halogeenlampen
en E14/E27 adapters!



www.vitalitools.nl

024 3773155

info@vitalitools.nl



ElectroSense

De snelle innovatie van de alledaagse elektrotechniek heeft ongemerkt onze leefomgeving vervuild. Dit heeft een groter effect dan verwacht op onze gezondheid en ons algemeen welzijn. ElectroSense heeft als doel om de energie van mensen weer op peil te brengen. Dat doen we door het meten en saneren van elektromagnetische velden in woonhuizen en op werkplekken.

Voor meer informatie:
www.electrosense.nl
info@electrosense.nl
0521 383686



"Ik voel mij weer lekker!"