



BUNDESMINISTERIUM
FÜR GESUNDHEIT

Handy- Empfehlungen

Informationen zur Vermeidung unnötiger
Belastungen mit elektromagnetischen
Feldern bei Mobiltelefonen





Vorwort

Liebe Handy-
NutzerInnen!

Inwieweit die durch Mobiltelefone erzeugten elektromagnetischen Felder schädlich für die Gesundheit sein können, ist derzeit wissenschaftlich nicht zweifelsfrei geklärt.

Darum ist ein umsichtiger Umgang mit Handys vor allem bei Kindern, die sich noch in der Entwicklung befinden, wichtig.

Sie finden in diesem Folder Empfehlungen, wie Sie die Einwirkung elektromagnetischer Felder beim Telefonieren mit dem Handy so gering wie möglich halten, ohne auf die Vorteile eines Handys verzichten zu müssen.

Diese Broschüre soll Eltern bei der Entscheidung, ab wann ein Handy für ihr Kind notwendig und sinnvoll ist, unterstützen und Ihnen eine Hilfestellung für einen sorgfältigen Gebrauch des Mobiltelefons geben.

Dr.ⁱⁿ Sabine Oberhauser, MAS
Bundesministerin für Gesundheit

Achten Sie beim Kauf eines Handys auf niedrige SAR-Werte

Der SAR-Wert (Spezifische Absorptions-Rate) kann als Vergleichsgröße zwischen unterschiedlichen Mobiltelefontypen bezüglich der maximal im Kopf oder Körper auftretenden Strahlungsabsorption herangezogen werden. Er wird für jedes Mobiltelefon unter genau festgelegten Bedingungen ermittelt. Je niedriger der SAR-Wert (der in Watt pro Kilogramm Gewebe – W/kg – angegeben wird), umso geringer ist die Feldstärke im Kopf/Körper. Alle Handys müssen einen SAR-Wert unter 2 W/kg aufweisen. In der Praxis wird die beim bestimmungsgemäßen Mobiltelefongebrauch im Kopf/Körper auftretende SAR aufgrund der Sendeleistungsregelung deutlich unterhalb des in der Bedienungsanleitung angegebenen SAR-Wertes liegen. Über die SAR-Werte kann man sich in den technischen Unterlagen des Handys informieren. Auskunft zu den am Markt befindlichen Handys geben auch die Internetseiten des Forums Mobilkommunikation: www.fmk.at/SAR

In Situationen, wo Sie zwischen Handy und Festnetz wählen können, nutzen Sie das Festnetz

Dies vermeidet unnötige Exposition gegenüber den elektromagnetischen Feldern des Handys. Beachten Sie aber, dass auch Schnurlostelefone eine Exposition des Kopfes verursachen.

Fassen Sie sich kurz

Dies vermeidet unnötige Exposition gegenüber elektromagnetischen Feldern des Handys.

Bei GSM Handys warten Sie ein wenig beim Verbindungsaufbau, bevor Sie das Handy an den Kopf führen

Beim Verbindungsaufbau regeln GSM Handys zunächst ihre Leistung hoch, um Kontakt zur Basisstation herzustellen. Nach Herstellen der Verbindung wird die Leistungsabgabe dieser Handys je nach Empfangsqualität auf den aktuellen Bedarf zurück geregelt. Bei UMTS Handys ist es umgekehrt: diese beginnen bei der niedrigsten Leistung und regeln diese so lange hoch, bis die Verbindungsqualität ausreichend ist. Die Exposition durch UMTS Handys ist meist deutlich geringer. Stellen Sie daher bei GSM/UMTS-Mehrband-Handys auf Verbindung vorzugsweise über UMTS ein.

Wenn möglich, nicht bei schlechtem Empfang telefonieren

Bei schlechtem Empfang (z.B. hinter Mauern, in oder hinter Stahlbeton-Gebäuden, im Auto ohne Außenantenne) regelt das Handy automatisch seine Leistung hoch, um die Übertragungsqualität zu gewährleisten. Suchen Sie beim Telefonieren soweit wie möglich Stellen auf, wo der Empfang besser ist und das Handy die Leistung daher herunter regelt. Die jeweilige Empfangsqualität wird vom Handy angezeigt.

Benutzen Sie Headsets oder Freisprechanlagen

Durch Headsets oder Freisprechanlagen wird die Einwirkung der Felder auf den Kopf stark reduziert.

Tragen Sie das Handy möglichst nicht unmittelbar am Körper

Da auch kurze Funkimpulse, wie sie im Standby-Modus des Handys immer wieder auftreten, biologische Wirkungen haben könnten, sollten Sie das Handy nicht in der Hosentasche oder sonst sehr nahe am Körper tragen. Das sollten Sie auch beim Telefonieren mit Headset berücksichtigen. Benutzen Sie z.B. einen Gürtelclip oder andere angebotene Abstandshalter. Beachten Sie, dass die Feldstärke sehr stark mit der Entfernung abnimmt.

Schicken Sie eine SMS statt zu telefonieren

Beim Versenden einer SMS ist das Handy weit vom Kopf entfernt und das Versenden selbst ist ein Vorgang von sehr kurzer Dauer.

Telefonieren Sie möglichst wenig im Auto

Diese Empfehlung hat zwei Hintergründe:

- 1) Beim Telefonieren während des Lenkens ist die Unfallhäufigkeit erhöht. Grund ist nicht die Strahlung des Handys, sondern die Ablenkung durch das Telefonat und die verminderte Konzentration auf das Verkehrsgeschehen.
- 2) Die Autokarosserie wirkt abschirmend und veranlasst das Handy, die Sendeleistung hoch zu regeln.

Die Verwendung einer Freisprecheinrichtung mit Außenantenne (das Telefonieren ist dem Fahrer ohnehin nur mit Freisprecheinrichtung erlaubt) kann das Hochregeln verhindern.

In der vorliegenden Broschüre
finden Sie Tipps und fachliche
Hintergrundinformationen zum
vernünftigen Gebrauch von
Mobiltelefonen, die vom Obersten
Sanitätsrat erstellt wurden.

Diese Empfehlungen sind für Kinder
ganz besonders wichtig!

Liebe Eltern, sprechen Sie mit
Ihren Kindern darüber!

Impressum: Herausgeber, Medieninhaber und Hersteller:
Bundesministerium für Gesundheit, Sektion III;
Radetzkystraße 2, 1030 Wien. Für den Inhalt
verantwortlich: Priv.Doz.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Pamela Rendi-Wagner

Stand der Information: Mai 2015