

Drahtlos surfen: So sinkt die Strahlung

Stichprobe bei 30 WLAN- Routern: Elektromog lässt sich mit keinem Gerät einfach verhindern

Drahtloses Internet erzeugt Elektromog: Der K-Tipp zeigt, mit welchen Geräten und Massnahmen sich die Strahlenbelastung deutlich reduzieren lässt.

Drahtloses Internet via Funk (WLAN) ist an sich praktisch. Damit kann man auch auf dem Balkon ins Internet, ohne ein Kabel verlegen zu müssen. Doch was viele nicht wissen: Mit WLAN entsteht Elektromog. Das kann gesundheitsschädigend sein – nicht nur für elektrosensible Personen.

Experte Peter Schlegel: «Elektromog kann Kopfwereh, Schwindel, Übelkeit, aber auch Konzentrationsprobleme und Herzrhythmusstörungen bis hin zu einem Burnout-ähnlichen Zustand verursachen.»

Auch Recherchen des Magazins «Gesundheitstipp» belegen: Mindestens jeder Zwanzigste in der Schweiz leidet an den Folgen elektromagnetischer Strahlung (Ausgabe 3/13:

«Der hausgemachte Elektromog»).

Mieter in Mehrfamilienhäusern sind von Elektromog durch WLAN-Strahlen besonders stark betroffen. Denn häufig verfügen mehrere Wohnungen über private WLAN-Sender (Router), die durch Wände und Böden strahlen. So steigt die Belastung um ein Vielfaches. Zudem erhöhen die Geräte den Stromverbrauch.

WLAN-Sendeleistung bestenfalls reduziert

Dabei gibt es wirksame Lösungen, die einfach zu realisieren sind: Wird der drahtlose Netzzugang nicht gebraucht, sollte er sich automatisch abschalten. Diese Technik gibts schon bei vielen drahtlosen



WLAN-Router: Für kabelloses Surfen mit möglichst geringer Strahlenbelastung gibts zwei Möglichkeiten:



1. Manuell abschalten: Zehn der geprüften Router haben einen speziellen Schalter, um das WLAN zu deaktivieren



2. Zeitschaltuhr: Damit lässt sich einstellen, wann und wie lange der WLAN-Router eingeschaltet sein soll

BUCHTIPP

Gesundheitsrisiko Elektromog
Wie man Elektromog-Quellen erkennt und was man gegen starke Belastungen tun kann, lesen Sie im «Gesundheitstipp»-Ratgeber «Gesundheitsrisiko Elektromog» (2. Auflage, 148 Seiten). Zu bestellen mit der Karte auf Seite 32.

Telefonen – Stichwort: Eco-Mode Plus.

Ärgerlich: Kein einziger Hersteller baut diese Technik bei seinen Geräten ein.

Bei einigen wird die Sendeleistung zwar reduziert, wenn das WLAN nicht benutzt wird. Damit wird der Elektromog jedoch selten ganz verhindert. Dies macht eine K-Tipp-Stichprobe deutlich. Untersucht wurden 30 häufig verkaufte WLAN-Router.

Praktisch: Gerät per Schalter ausschalten

In der Stichprobe vertreten waren Geräte von Apple, Asus, AVM, D-Link, Linksys/Cisco, Netgear, Western Digital, ZyXel sowie Swisscom, Sunrise und Cablecom. Einziges Kriterium: Wie einfach kann man Elektromog reduzie-

ren oder verhindern? Grundlage der Stichprobe waren die Handbücher der Geräte sowie die Erfahrungen von Peter Schlegel.

Resultat: Bei allen Routern ist der WLAN-Sender standardmässig eingeschaltet. Die wenig überzeugende Rechtfertigung der Hersteller: Wer einen WLAN-Router kauft, wolle ja schliesslich drahtloses Internet.

Zwei Möglichkeiten, WLAN-Elektromog zu reduzieren:

● **Manuell ausschalten:** Praktisch ist ein Schalter, über den sich das WLAN deaktivieren lässt. Darüber verfügen immerhin zehn der untersuchten Geräte.

● **Per Zeitschaltuhr ausschalten:** Mit Wochentag und Tageszeit programmiert man, wann das Gerät eingeschaltet sein soll. Ausserhalb der definierten Zeiten strahlt der Router nicht. 7 der Geräte kann man so programmieren.

Nur: Bei den meisten dieser Router ist die Zeitschaltuhr auf eine Website ausgelagert, die Bedienung kompliziert. Am einfachsten ist sie bei Swisscom: Bei Swisscom.ch/login unter «Swisscom Login» Benutzernamen und Passwort eingeben. Auf «Internet» klicken. Die Zeitschaltuhr finden Sie unter «WLAN-Betriebszeit festlegen». Christian Birmele

Das kann man im Haushalt gegen Elektromog tun

Internet

● Benutzen Sie für den Internetanschluss Kabel. Hat Ihr Router keinen Schaltknopf für WLAN? Fordern Sie den Internetanbieter auf, dieses auszuschalten.
● Meiden Sie die sogenannte Powerline-Technik. Dabei wird das Internet-Signal über die Steck-

dose geleitet. Laut Experte Peter Schlegel entsteht bei dieser Technik genauso viel Elektromog wie bei WLAN.

Telefon

● Setzen Sie auf die Kabelverbindung.
● Schnurlose Telefone: Kaufen Sie Modelle mit sogenanntem DECT Eco-

Mode Plus. Sie strahlen nur dann, wenn man telefoniert.

Computer und Handy

● Verzichten Sie auf kabellose Tastatur und Maus.
● Bluetooth ausschalten. Gut zu wissen: Damit hält auch der Akku des Handys bzw. Laptops länger.

Sieben gute WLAN-Router zur Vermeidung von Elektromog

Diese Geräte strahlen zwar auch dann, wenn niemand das Internet benutzt. Sie haben aber eine eingebaute Zeitschaltuhr und einen manuellen WLAN-Schalter:

- NBG-416N von ZyXel (Fr. 37.90 bei Steg.ch, Bild)
- WNR3500L von Netgear (Fr. 76.–, Digitec.ch)
- NBG4615 v2 von ZyXel (Fr. 89.90, Steg.ch)
- NBG5615 von ZyXel (Fr. 103.–, Digitec.ch)
- Fritz!Box 3370 von AVM (Fr. 159.95, Conrad.ch)
- Fritz!Box 7390 von AVM (Fr. 248.–, PCP.ch).

Bei Sunrise ist dieser Router je nach Internet-Abo kostenlos.

- Centro Grande von Swisscom (meist im Internet-Abo enthalten, Listenpreis: Fr. 249.–)

Preiserhebung: 24. 4. 2013 beim jeweils günstigsten Internethändler, der den Artikel an Lager hat