

Wer persönliche
Hygiene ernst nimmt, ...



Panik-Attak

Induktionskochherd: S

**Studien belegen:
Magnetfelder können
schädlich sein. Das
Bundesamt für Gesund-
heit sieht das anders –
und gibt trotzdem
Tipps zur Reduktion der
Strahlung.**

Ob diese Magnetfelder ein Gesundheitsrisiko darstellen, ist nicht bekannt», hält das Bundesamt für Gesundheit (BAG) im neuesten Bulletin fest. Trotzdem listet das BAG konkrete Tipps auf, wie beim Kochen mit einem Induktionsherd Magnetfelder reduziert werden können: Man solle keine Metallkochlöffel verwenden, «damit keine Ableitströme durch den Körper fliessen». Und Personen mit Herzschrittmacher sollten erst mit ihrem Arzt sprechen. «Da die Forschung nicht abgeschlossen ist, empfehlen wir als Vorsorge, die Magnetfelder so gering wie möglich zu halten», sagt Angela Scalese vom BAG. «Wir warnen aber nicht vor dem Gebrauch.»

Zahlreiche internationale Studien belegen aber seit Jahren einen Zusammenhang zwischen Magnetfeldern und gesundheitlichen Problemen (siehe auch Buchtipp im Kasten). So kam etwa die Internationale Krebsforschungsagentur (IARC) im Juni 2001 aufgrund mehrerer Studien zum Schluss, dass zwischen magnetischen Feldern und einem erhöhten Leukämie-Risiko ab einer Feldstärke von 0,2 Mikrottesla ein Zusammenhang be-



Grenzwertüberschreitung: Mö gl

stehe. «Es gibt keinen Zweifel mehr, dass magnetische Felder das Krebsrisiko erhöhen können», sagt auch Messfachmann und Elektrosmog-Experte Peter Schlegel.

Der Grenzwert für Hochspannungsleitungen wurde deshalb gesenkt, er liegt neu bei 1 Mikrottesla. Für Induktionsherde gilt die Grenzwertempfehlung der internationalen Strahlenschutzkommission (ICNIRP) von 6,25 Mikrottesla. Gemäss Schlegel ist dieser Wert «unverantwortlich hoch».

«Von Kopf bis Fuss elektrisch geladen»

Selbst das BAG schreibt: «Es können direkt vor dem Herd relativ grosse Magnetfelder auftreten.» Aus dem Bulletin

Stoß am Herd

: Sogar die Hersteller warnen vor der Strahlung



DOMINIQUE SCHÜTZ

ö glich, wenn die Pfanne nicht sauber auf der Kochzone liegt

gilt: Schwangere und Kinder sollten sich nicht in der Nähe aufhalten. Elektro-sensible Personen halten es ohnehin nur kurz an einem Induktionskochherd aus. Eine Frau aus dem Kanton Zürich bekam eine Panik-attacke und hatte das Gefühl, «von Kopf bis Fuss elektrisch geladen zu sein», kaum hatte sie den Herd in Betrieb genommen.

«Unter Umständen negativ beeinflusst»

Auch Herzschrittmacher-Träger müssen aufpassen. Wie eine Studie der Uni Giessen (D) zeigt, können Schrittmacher gestört werden. Selbst Herd-Hersteller wie etwa V-Zug warnen: «Bei unmittelbarer Annäherung an die Kochzonen können Hörgeräte, Herzschrittmacher oder auch metallische Implantate negativ beeinflusst werden», steht in der Bedienungsanleitung. Isabelle Meier

wird deutlich, dass das Magnetfeld diesen ohnehin hohen Grenzwert übersteigen kann, wenn man beim Kochen nahe an die Herdkante tritt oder

die Kochtöpfe nicht sauber auf der Kochzone liegen.

Im Alltag ist man diesem Magnetfeld nur kurz ausgesetzt, es sei denn, man kocht beruflich. Trotzdem

TIPPS

So verringern Sie das Magnetfeld

Magnetische Wechsel-felder entstehen überall dort, wo Wechselstrom durch Leitungen fließt. Beim Induktionskochherd befindet sich unter jeder Kochzone eine Spule, durch die ein mittelfrequenter Wechselstrom fließt. Dieser erzeugt unter der Pfanne ein Magnetfeld. Ein Teil des Feldes

wird durch die Pfanne nicht aufgefangen. Tipps:

- Keine kleinen Pfannen auf grosse Kochzonen stellen.
- Verwenden Sie spezielle Pfannen, am besten jene, die mit dem Kochherd mitgeliefert werden.
- Verwenden Sie keine defekten Pfannen mit gewölbten Böden.

- Schon wenige Zentimeter neben dem Kochherd ist das Magnetfeld viel schwächer.

Buchtipps: Der Ratgeber «Gesundheitsrisiko Elektromog» informiert und gibt weitere Tipps. Sie können das Buch bestellen auf Seite 9 oder unter www.gesundheitstipp.ch.

AUFGESPIESST

Computerspiele

Altersgrenze taugt nichts

«Der Zugang zu den Spielen ist völlig unproblematisch», heisst es in einer repräsentativen Studie der Frankfurter Universität zur Altersbeschränkung für Online-Computergames. Die Bilanz ist ernüchternd: Rund 250 der 600 befragten 13- bis 16-jährigen Online-Spieler nannten ein Lieblingsspiel, das für ihr Alter nicht freigegeben ist. «Die Altersgrenzen schaffen gerade die Anreize», folgern die Soziologen. Gemäss der Studie spielen 60 Prozent der Jugendlichen unter 16 Jahren mehr als vier Stunden pro Tag am Computer – knapp vier Prozent sogar täglich rund 10 Stunden! (arb)

Weitere Infos über Spiele und Spielsucht (für Eltern und Jugendliche): www.glueck-im-unglueck.ch, www.spielsucht-therapie.de

Auto-Kopfstützen

So schützt man Hals und Kopf

Mehr als die Hälfte der Autofahrer sind laut Beratungsstelle für Unfallverhütung (BfU) mit falsch eingestellten Kopfstützen unterwegs. Wenige Handgriffe genügen, um die Sicherheit massiv zu verbessern:



- Die richtige Höhe: Die Oberkante der Kopfstütze befindet sich auf gleicher Höhe wie die Oberkante des Kopfes.

- Der richtige Abstand: Kopfstütze bei Lenker und Mitfahrenden so einstellen, dass der Hinterkopf die Stütze immer leicht berührt. (arb)

Weitere Infos unter www.kopfstuetzen.ch

Neue Chupa-Chups-Lutscher

Für Raucher oder Kinder?

Die neuen Lutscher von Chupa Chups sehen einer Schachtel Marlboro zum Verwechseln ähnlich. Auch die schwarz umrahmte Krebswarnung fehlt nicht, allerdings heisst es auf der Lutscher-Packung «Der Lolli-Minister rät: Leck mich!» (siehe Bild). Ob das Produkt Raucher auf Entzug oder doch eher Kinder ansprechen soll, bleibt offen: «Die Zielgruppe sind junge Erwachsene und Erwachsene, die anstatt einer Zigarette einen erfrischenden Lolli konsumieren möchten», erklärt der Hersteller. (ime)

