

# Ben je zwanger, wil je zwanger worden of heb je een baby? Pas op voor straling!



Als je zwanger bent of zwanger wilt worden krijg je allerlei adviezen over gezond leven met het oog op de zwangerschap. Allemaal prima. Maar wist je dat ook blootstelling aan straling en elektriciteit van invloed is op het ongeboren kind? En dat het daarom heel belangrijk is om kritisch om te gaan met je smartphone, je tablet, wifi en met elektrische apparatuur?

## Artsen waarschuwen voor straling

Van de verloskundige zal je waarschijnlijk niet te horen krijgen dat die straling schadelijk kan zijn voor je ongeboren kind. Maar veel artsen en wetenschappers roepen op de foetus te beschermen tegen straling van draadloze communicatie. De effecten van draadloze technologieën zijn niet goed onderzocht. Diverse onderzoeken tonen aan dat blootstelling aan straling tijdens de zwangerschap risicovol is. Straling kan neurologische effecten en ontwikkelingsstoornissen als autisme en ADHD veroorzaken. De weefsels en organen van het ongeboren kind zijn immers nog volledig in ontwikkeling. Verstoring in dit vroege stadium kan gevolgen hebben voor later. En omdat bij meisjes de eicellen al vroeg gevormd worden, kan zelfs de volgende generatie worden beschadigd.

## Ook elektrische apparatuur kan gevaarlijk zijn

Er zijn aanwijzingen dat ook de blootstelling aan elektromagnetische velden van apparatuur als de kookplaat, oven, magnetron, verstelbaar bed, wekkerradio, de elektrische auto en gereedschap risicovol is. Er is een aanmerkelijke kans dat dit leidt tot miskramen en ontwikkelingsstoornissen als ADHD en autisme.

## Het effect van straling op de vruchtbaarheid

Zwanger worden blijkt steeds vaker een probleem. Wist je dat het sperma sterk achteruitgaat door straling? Er is minder sperma en het is minder vitaal. Straling vermindert de vruchtbaarheid. Ook de man kan dus beter voorzichtig zijn.

## Straling hoort niet in de babykamer!

De consultatiebureaus houden zich er meestal nog niet mee bezig dat straling en stroom voor de baby belastend kunnen zijn. In de babykamer is vaak meer straling aanwezig door extra draadloze apparatuur. Bijvoorbeeld de draadloze babyfoon. Of nieuwe 'slimme' producten als luiers met sensoren en rompertjes die de temperatuur meten. Maar al deze 'slimme' producten zenden straling uit. En dat is niet goed voor baby's. Baby's zijn kwetsbaarder omdat ze volop in de groei zijn en omdat de straling dieper doordringt. Dat geldt ook voor de velden van elektriciteit, zoals bijvoorbeeld van een lampje vlakbij de wieg.

*The fetus is perhaps the most vulnerable to these types of environmental insults. When the brain is just forming, when all of the organ systems are just beginning to develop, that's when we are perhaps at our most vulnerable stage.*

*- Dr. Hugh Taylor, Chair of Obstetrics, Gynecology & Reproductive Sciences, Yale*

## De overheid beschermt ons niet

Veel mensen denken dat de overheid ons toch wel zal beschermen. Nee, naar de mening van onze eigen overheid zijn de huidige niveaus van blootstelling aan straling en elektriciteit niet schadelijk voor de mens. Onze Gezondheidsraad neemt een zeer conservatief standpunt in en adviseert normen voor straling die de hoogste ter wereld zijn. Dat terwijl in 2011 het Europees Parlement en de Raad van Europa opriepen voorzichtig te zijn met straling. En de WHO noemde straling zelfs mogelijk kankerverwekkend. De gebruikte (achterhaalde) normen voor straling houden alleen rekening met de opwarming van het weefsel en niet met de effecten op biologische processen. Allerlei schadelijke effecten (zoals mogelijke DNA schade) zijn inmiddels ruimschoots aangetoond. De noodzaak van voorzorg geldt natuurlijk des te meer voor kwetsbare groepen als zwangeren en baby's. Andere landen gaan hier vaak anders mee om. Zo is in Frankrijk Wifi verboden op crèches. Wel neemt onze Gezondheidsraad de steeds duidelijker wordende signalen dat elektromagnetische velden oorzaak kunnen zijn van kinderleukemie serieus.

## Belangrijke tips als je zwanger bent (of wilt worden)

Straling is overal, er lijkt geen ontkomen aan. Maar je kunt er wel iets aan doen. Je kunt om te beginnen je eigen bronnen zoveel mogelijk beperken.

- De veldsterkte neemt af naarmate de bron verder van je vandaan is. Houd dus zoveel mogelijk afstand, ook van andermans apparatuur en ook op het werk.
- Gebruik zelf zo weinig mogelijk draadloze apparatuur, zet die alleen aan wanneer dat echt nodig is en werk in het algemeen zoveel mogelijk bekabeld.
- Gebruik je toch een mobiel? Doe het verstandig. Zet je mobiel het liefst uit. Zeker in de slaapkamer. Draag hem niet op je lichaam. Beter eerst berichten downloaden, dan op vliegtuigstand zetten en je mails lezen.
- Moet je toch iets op je draadloze laptop of tablet bekijken? Eerst downloaden en daarna op vliegtuigstand kijken. En plaats laptop of tablet nooit op je buik.
- Kun je niet zonder Wifi? Hij kan meestal op een lagere sterkte. Zet 's nachts altijd je wifi uit: op je modem, maar ook op apparatuur als de smart TV.
- Vermijd DECT telefoons en draadloze babyfoons.
- Heb je weinig bereik? Gebruik dan geen mobiel. Je eigen apparatuur straalt dan heel sterk. Denk aan de lift, auto, trein. Reis daarom in de trein zo mogelijk buiten de spits.
- Beperk gebruik van elektrische apparaten. Houd afstand. Stand-by is niet uit.
- Stralingswerende kleding is geen betrouwbare oplossing om de foetus te beschermen. Er is geen onderzoek naar gedaan. Het schermt niet volledig af, waardoor er juist negatieve effecten kunnen ontstaan.
- En als de baby er eenmaal is: Gebruik een babyfoon aan een draadje. Gebruik een mobiele telefoon of tablet niet als speelgoed.
- Lees ook de andere tips van Eerlijk over Straling, [www.eerlijkoverstraling.nl](http://www.eerlijkoverstraling.nl).
- Laat het stralingsniveau thuis beoordelen door een meetspecialist, zodat je de juiste maatregelen kunt nemen, zie bijvoorbeeld [www.vemes.nl](http://www.vemes.nl).

## Wanneer heb je genoeg gedaan met de tips?

Het is niet goed aan te geven wat een veilige grens is voor deze onnatuurlijke velden. Het advies is dan ook om deze invloeden zoveel mogelijk en zoveel als haalbaar te beperken. Mocht je vragen hebben stel ze dan gerust via [eerlijkoverstraling.nl](http://eerlijkoverstraling.nl) of bel de Infolijn.

## Meer informatie

- Eerlijk Over Straling:

[www.eerlijkoverstraling.nl](http://www.eerlijkoverstraling.nl)

- The Babysafe Project:

[www.babysafeproject.org](http://www.babysafeproject.org)

- Stralingsarme babyfoon:

[www.vitalitools.nl](http://www.vitalitools.nl)

- Eco-wifi-router:

[www.irseco.com](http://www.irseco.com)

- (o.a.) Vereniging Meetspecialisten

Elektromagnetische Straling:

[www.vemes.nl](http://www.vemes.nl)



**Infolijn 0900 – 9266**

(9 cent/minuut plus uw gebruikelijke belkosten)

**Eerlijk over Straling is een initiatief van de Nederlandse stralingsbewuste organisaties. Meer weten? Begin bij [www.EerlijkoverStraling.nl](http://www.EerlijkoverStraling.nl)**

**Zie ook onze andere flyers!**