

Die Bildschirmarbeitsplatzverordnung:

“Die Strahlung muss
-mit Ausnahme des sichtbaren Teils
des elektromagnetischen Spektrums-
so niedrig gehalten werden, dass
sie für Sicherheit und Gesundheit
der Benutzer des Bildschirmgerätes
unerheblich ist.“



Büroarbeitsplatz



Büroarbeitsplatz Geballte Elektronik



AutorInnen: Katharina Gustavs, Kanada / Dipl. Med. Frank Mehlis, Bonn

Was kann die Baubiologie leisten?

Die Baubiologinnen und Baubiologen des VERBAND BAUBIOLOGIE sind Fachleute für die Erkennung und Vermeidung von Umweltrisiken in Innenräumen.

Sie messen, analysieren und begutachten neben Funkwellen wie DECT, WLAN und Mobilfunk auch Schimmelpilze, Wohngifte und andere physikalische Feldeinflüsse wie Elektromog, Radioaktivität, die Luftqualität und das Raumklima und sprechen Sanierungsempfehlungen aus.

Baubiologen helfen, die Krankmacher, die sich oft in unseren eigenen vier Wänden oder am Arbeitsplatz verstecken, zu finden und zu reduzieren.

Wir wollen weniger diskutieren und über unsinnige Grenzwerte streiten als zum Handeln auffordern. Es lebt und arbeitet sich besser mit weniger Belastung, vorsorglich und nachsorglich.

Ihr baubiologisches Messbüro in Ihrer Nähe
Mitglied im VERBAND BAUBIOLOGIE e.V

Gedruckt auf 100% Altpapier

VERBAND BAUBIOLOGIE | Maxstr. 59 | 53111 Bonn | Tel. (0228) 963 99 258 | www.verband-baubiologie.de

Der VB arbeitet nach dem Standard der Baubiologischen Messtechnik-SBM in Kooperation mit dem Institut für Baubiologie und Ökologie IBN /Neubeuern.

Umfassende Informationen zum Thema Low-Emission Office Environments (strahlungsarme Büroumwelt) findet man unter <http://www.buildingbiology.ca/healthyoffice.php> und zum Thema Baubiologie in dem Buch von Wolfgang Maes: "Stress durch Strom und Strahlung" (ISBN 3-923531-25-7).



Der vorliegende Flyer ist in Form und Inhalt urheberrechtlich geschützt und Eigentum des VERBAND BAUBIOLOGIE (VB). Erhältlich in der Geschäftsstelle - nur für Mitglieder des VB. Es ist ausdrücklich untersagt, den Flyer oder Teile davon zu kopieren oder anderweitig zu vervielfältigen.

© 2010 (VB)

VERBAND BAUBIOLOGIE (VB)

Büroarbeitsplatz Geballte Elektronik



Gibt es Vorsorgewerte für strahlungsarme Bildschirme und Büroarbeitsplätze?

In den europäischen Ländern trägt mittlerweile zumindest jeder Bildschirm das TCO-Gütesiegel, was auch gleichzeitig für gute Ergonomie, wenig Giftstoffe und Energiesparen steht.

Welche elektromagnetischen Felder treten am Computerarbeitsplatz auf?

Heute gibt es für alles einen elektronischen Helfer. Aber viele elektronische Geräte bedeuten nicht unbedingt eine höhere Strahlenbelastung. Entscheidend sind die verwendeten Technologien, der Abstand und die Größenordnung der Belastung. Wenn in der Vergangenheit vor allem die Magnetfelder der CRT-Bildschirme zu Buche geschlagen haben, sind es heute die Funkwellen der DECT-Telefone und WLAN-Netzwerke.

Welche „Strahlung“ habe ich zu erwarten?

Im Einzelnen sind dies:

- Elektrische Wechselfelder
- Magnetische Wechselfelder
- Hochfrequente Strahlung
- Elektrostatik
- Magnetostatik

(Zu den aufgeführten physikalischen Feldern und Wellen hat der VB jeweils Infobroschüren veröffentlicht)

Elektrische Wechselfelder

Auch wenn der Computer oder andere Bürogeräte gar nicht eingeschaltet sind, der Stecker aber in der Steckdose steckt, stehen sie unter Spannung: Es werden elektrische Wechselfelder abgestrahlt. Diese Felder koppeln an den Menschen an und setzen ihn unter Stress. Und diese Felder sind umso kräftiger, wenn, wie z.B. beim Notebook, der Schutzleiter (Erde) im Anschlusskabel fehlt (erkennbar am Flachstecker).



Magnetische Wechselfelder

Sobald der Computer oder auch andere Bürogeräte eingeschaltet werden, dann fließt Strom, der ein mehr oder weniger starkes Magnetfeld erzeugt. LCD-Flachbildschirme sind von Haus aus strahlungsarm. Röhrenbildschirme, Ladegeräte, Trafos in Niedervoltlampen,

Drucker, selbst der PC bilden dagegen starke Magnetfelder aus, die den Organismus negativ beeinflussen können. PDAs, die Computer im Handyformat, strahlen nicht nur hochfrequent, sondern erzeugen auch noch satte Magnetfelder direkt in Körpernähe - selbst im Stand-by.

Hochfrequente Strahlung

Schluss mit dem Kabelsalat. Drahtlos ist „in“. Das DECT-Schnurlostelefon auf dem Schreibtisch sendet ununterbrochen Mikrowellen, der drahtlose Internetzugang (WLAN) gleich daneben sendet ebenfalls permanent – ob sie gebraucht werden oder nicht. Die Hand auf der drahtlosen Maus (Bluetooth) ist der Strahlung direkt ausgesetzt. Wenn jetzt auch noch das Handy am Ohr den nächsten Sendemast sucht, dann können sogar offizielle Grenzwerte überschritten werden. Vorsorgeempfehlungen internationaler Wissenschaftler werden teilweise um das 10.000-100.000fache überschritten.

Elektrostatik

Die Kathodenstrahlröhren der ersten Computermonitore erzeugten kräftige Elektrostatik. Diese Elektronengewitter kennt der LCD-Flachbildschirm zum Glück nicht. Möbel aus Plexiglas, polierte Oberflächen, synthetische Gardinen und Büroteppiche können sich jedoch extrem elektrostatisch aufladen und so die Qualität der Raumluft erheblich beeinträchtigen.

Magnetostatik

Im Büroalltag verstecken sich Magneten in Telefonhörern, Headsets und Lautsprechern. Schreibtische aus Stahl und der Stahlmechanismus im verstellbaren Bürostuhl verändern das natürliche Erdmagnetfeld und die Regelmechanismen der menschlichen Zellen.

Kann die Büroeinrichtung kritisch sein?

Möbel sollten keine Gifte ausgasen, Einrichtungsgegenstände sollten nicht „riechen“. Lösemittel und Formaldehyd machen ernsthaft krank! Schlechte Büroluft erhöht die Infektanfälligkeit. Die Raumluftfeuchte sollte immer zwischen 40 – 60% liegen. Wasserschäden müssen professionell saniert werden, damit keine versteckten Schimmelpilze mehr übrig bleiben. Ganz wichtig: regelmäßige Lüften!

Wie kann ich mich vor Strahlenbelastungen schützen?

Prinzipiell gilt: Der Arbeitsplatz ist den Bedürfnissen des Menschen anzupassen und nicht umgekehrt. Strahlenarmes Arbeiten am Schreibtisch ist möglich. Mit folgenden Maßnahmen kann man seine tägliche Strahlendosis reduzieren:

- Strahlungsarme Bildschirme und Bürogeräte mit TCO-Gütesiegel
- 60 cm Mindestabstand zum Computermonitor
- Geschirmte Verlängerungs-/ Anschlusskabel, Steckdosenleisten
- Licht mit Vollspektrum, geschirmt
- Abstand zu ungeschirmten Verlängerungs-/ Anschlusskabeln, elekt. Geräten
- Kabelgebundenes Netzwerk, Tastatur, Maus
- Festnetzanschluss mit Piezotelefon
- Antistatische Fußbodenbeläge, Möbel und Oberflächenbehandlungen
- Große Metallteile (z.B. Schreibtisch, Aktenschrank, Lautsprecher) nicht in unmittelbare Körpernähe

Im Zweifelsfall lassen

Sie bitte messen: Gezielte Abschirm- oder Erdungsmaßnahmen sollten immer nur nach einer fachgerechten Messung und nur von qualifizierten Fachkräften durchgeführt werden.

