

Schadet 5G Gesundheit und Körper? Soviel ist bekannt (Bild: yingyaipumi - stock.adobe.com)

Tipps und Tricks

Schadet 5G Gesundheit und

Körper? Soviel ist bekannt

Das Smartphone ist unser stetiger Begleiter. Egal in welcher Lebenslage, das Handy ist immer dabei. Neben Schlüssel und Portemonnaie gehört es zu unseren täglichen Gebrauchsgegenständen – und das nicht ohne Grund. Anrufe machen, Nachrichten versenden oder Einkäufe tätigen – per Handy ist alles mit nur einem Handgriff möglich. Das ist äußerst praktisch. Bei so vielen Annehmlichkeiten vergessen wir leicht, dass ein Handy nicht nur Vorteile bringt, sondern auch Risiken bergen kann. Seit Jahren wird regelmäßig über Smartphone-Strahlung berichtet, die sich negativ auf unsere Gesundheit auswirken kann. Ob telefonieren oder surfen, wann immer Sie mit Ihrem Gerät eine Verbindung aufbauen, wird Strahlung abgegeben. Wie gefährlich ist sie für Sie und was ändert sich, wenn das neue 5G Netz kommt? Schadet 5G Gesundheit und Körper? Schließlich ist dieses noch stärker als das bisherige LTE Netz. Wir geben Ihnen Antworten.

Beeinflusst 5G Gesundheit und Wohlbefinden?

Eine Entwarnung gleich zu Beginn: Es gibt aktuell keine Anzeichen dafür, dass 5G Gesundheit und Körper schadet. Zwar liegen noch **keine Langzeitstudien** vor, da das Smartphone, wie wir es kennen, erst gut zehn Jahre alt ist, bisherige Untersuchungen geben aber Entwarnung. Die Befürchtung, dass Smartphone-Nutzung krebserregend ist, hat sich bislang nicht bestätigt. Dass 5G Gesundheit und Wohlbefinden negativ beeinflusst, ist damit aktuell zu verneinen. Es empfiehlt sich dennoch ein **vorsichtiger Umgang mit dem Handy**. Erstens ist nicht ausgeschlossen, dass es Langzeitfolgen gibt, die sich erst in einigen Jahren wissenschaftlich belegen lassen. Zweitens existieren viele Menschen, die besonders empfindlich auf elektromagnetische Strahlung, zu der auch Smartphone-Strahlung zählt, reagieren.

So können Sie das 5G Risiko minimieren

Auch wenn nicht eindeutig geklärt ist, dass 5G Gesundheit und Körper schädigen kann, ist es ratsam darauf zu achten, dass Sie ein mögliches 5G Risiko so klein wie möglich halten. Auch in Bezug auf die Smartphone-Nutzung im Allgemeinen empfiehlt es sich, Ihr Handy mit Bedacht zu verwenden. Dadurch, dass das Gerät **permanent Strahlung abgibt**, kommen Sie konstant damit in Kontakt, wenn Sie das Handy in der Hosentasche tragen. Achten Sie darauf, dass Sie sich der elektromagnetischen Strahlung nicht übermäßig aussetzen. Hierbei helfen Ihnen drei einfache Tipps:

1. Gerät nicht am Körper aufbewahren

Da Strahlung per LTE oder 5G Gesundheit und Körper negativ beeinflussen können, ist es ratsam, Ihr Smartphone nicht direkt am Körper zu tragen. Das mag auf den ersten Blick schwer umsetzbar sein. Viele von Ihnen bewahren das Handy in der Hosentasche auf. Versuchen Sie trotzdem, einen anderen Ort dafür zu finden, wie z.B. eine Handtasche oder einen Rucksack. Im Prinzip ist dies **keine große Umstellung**, solange das Gerät weiterhin griffbereit bleibt. Um durch 5G Gesundheit und Wohlbefinden zu schonen, empfiehlt sich diese Maßnahme in jedem Fall.

2. Handy nicht im Schlafzimmer

Achten Sie nach Möglichkeit darauf, dass Sie Ihr Smartphone nicht neben Ihrem Bett aufbewahren. Auf diese Weise minimiert Sie das 5G Risiko. Je weiter das Gerät von Ihrem Körper entfernt ist, desto besser. In der Regel brauchen Sie **kein Telefon während der Schlafenszeit**. Es ist sinnvoll, nachts auf Ihr Smartphone zu verzichten. Benötigen Sie das Handy nicht unbedingt als Wecker bzw. Uhr, empfiehlt es sich, das Gerät in ein anderes Zimmer zu legen als in das, worin Sie schlafen. Auf jeden Fall sollten Sie nachts den [Flugmodus](#) aktivieren.

3. Kein Verbindungsaufbau bei schlechtem Netz

Dass die Nutzung von 5G Gesundheit und Wohlergehen in Mitleidenschaft ziehen kann, ist zwar nicht einwandfrei bewiesen, gilt aber als möglich. Ein besonders hohes Strahlungs- bzw. 5G Risiko besteht dann, wenn die Verbindung schlecht ist. Befinden Sie

sich z.B. in einem Kaufhaus oder im Kino, sollten Sie darauf verzichten zu telefonieren oder im Internet zu surfen. In diesen Situationen arbeitet Ihr Gerät nämlich verstärkt daran, eine aktive Verbindung herzustellen. Dies hat eine **erhöhte Strahlung zur Folge**. Wenn Sie an einem Ort seid, an dem die Verbindung nicht optimal ist, versuchen Sie lieber die Location zu wechseln, anstatt erneut eine Verbindung aufzubauen.

Gibt Ihr Gerät auch Strahlung im Flugmodus ab?



5G Gesundheit (Bild: Галина Сандалова - stock.adobe.com)

Jedes Smartphone, egal ob iOS- oder Android-Gerät, gibt eine kleine Menge Strahlung ab. Auch wenn Sie Ihr Handy in den Flugmodus versetzen, sendet es einen gewissen Anteil Strahlung aus. Ein minimales LTE oder 5G Risiko besteht also immer. Das Risiko ist aber weitaus geringer, wenn der Flugmodus eingeschaltet ist. Um sich vor Handystrahlung während des [Schlafens](#) zu schützen, bietet es sich in jedem Fall an, Ihr Gerät auf [Flightmode](#) zu stellen. Wenn Sie sichergehen wollen, dass Sie überhaupt keiner Strahlung ausgesetzt werden, sollten Sie Ihr Gerät komplett ausschalten oder gar

kein Handy benutzen. Da dies in der Regel aber nur selten funktioniert, empfiehlt sich ein sprichwörtlich **gesunder Umgang mit Ihrem Smartphone**, sodass Ihr Handy mit 5G der Gesundheit und dem Körper nichts anhaben kann.

Wie wird der Strahlenwert gemessen?

Wann immer untersucht wird, inwieweit 5G Gesundheit und Wohlbefinden beeinflusst, wird dies mithilfe eines Messwerts ermittelt, der aussagt wie sehr ein Smartphone strahlt. Dieser Messwert wird in SAR angegeben. SAR steht für „Spezifische Absorptionsrate“ und verrät, wie viel Watt pro Kilogramm (W/kg) elektromagnetischer Felder in einem Material aufgenommen werden kann. Je mehr absorbiert werden kann, desto höher ist der SAR-Wert und damit auch das 4G oder 5G Risiko. Das Bundesamt für Strahlenschutz, kurz BfS, hat einen **SAR-Wert** von **2,0 W/kg** festgelegt, der von keinem Smartphone überschritten werden darf. **Glücklicherweise gibt es aktuell kein Gerät, das den festgelegten Wert übertrifft.** Auch die Handys, die etwas mehr Strahlung abgeben, wie z.B. das iPhone 7 oder 8, liegen mit 1,4 W/kg immer noch deutlich darunter.

Was genau ist Handystrahlung?

Wann immer von Smartphone-Strahlung die Rede ist, ist eigentlich **elektromagnetische Strahlung** gemeint. Egal, was Sie mit dem Handy tun, ob Sie Anrufe tätigen oder WLAN bzw. Datenvolumen nutzt, sämtliche Mobilfunk-Strahlung ist elektromagnetisch. Das heißt: Im Prinzip verwendet Ihr Gerät die gleiche Strahlung wie Ihre Mikrowelle, nur in einer weitaus geringeren Menge. In Mikrowellen ist sie dafür da, um Speisen zu erwärmen. Auch Ihr Smartphone wird durch elektromagnetische Strahlung wärmer, wenn auch nur minimal. Da alle Smartphones zum Telefonieren und Surfen genutzt werden können, **besitzt jedes Gerät eine gewisse Strahlung.** Je nach Hersteller und Modell fällt sie unterschiedlich stark aus. Einige Geräte weisen ein relativ geringes **LTE** bzw. 5G Risiko auf, andere ein höheres.

Mehr zum Thema

Smartphone · SIM

SIM-Karte funktioniert nicht: Das ist zu tun

Wir zeigen Ihnen, woran es liegen kann, dass Ihre SIM-Karte nicht geht und was Sie tun können, um das Problem zu beheben....

Smartphone · Android Funktionen

Samsung Homebutton ändern - so funktioniert es

Samsung Homebutton ändern: Wir zeigen Ihnen in diesem Artikel, wie Sie bei einem Samsung Handy die Funktion des Homebuttons ändern können...



Chat

 Live Chat ●

E-Mail

 kunde@wertgarantie.com

Hotline

 0511 71280-123 ●

Login

 Anmelden ▾

WERTGARANTIE 

Rechtliches 

Reparatur-Marktplatz 



Member of  WERTGARANTIE®
Group

© 2022 WERTGARANTIE SE