



Immer online

Ständige Alarmbereitschaft erzeugt Stress | *Patricia Lüning-Klemm*

Musikanlage, Schnurlos-Telefon, Mikrowelle, Handy-Netze, Internetzugang über SMARTPHONE, WLAN, PowerLAN, FRITZ-box, Funklesegeräte, digitales Radio und Fernsehen funktionieren drahtlos. Diese Funktionsweise ist dank digitaler, meist gepulster Funkdienste wie UMTS, LTE und Bluetooth möglich. Mit diesen Funkdiensten entsteht hochfrequente Strahlung, die als disharmonische Störfrequenz auf uns einwirkt. Langfristig beeinträchtigen diese Störfrequenzen unser Wohlbefinden und können u.a. zu Überreizung, Ängsten, mangelnder Energie und Lebensfreude, Schlafstörungen und in der Folge weiteren Erkrankungen führen.

Seit etwa 1990 werden drahtlose Funk-Technologien in unsere Lebenswelt eingeführt. Diese Funk-Techniken überlagern die biophysikalische Organisation des Lebens mit einer wachsenden Dichte und Vielfalt elektromagnetischer Felder, die sich störend auf die normalen Regulationsmechanismen biologischer Organismen auswirken. Könnte die rasant zunehmende Anzahl von Krankenschreibungen aufgrund psychischer Erkrankungen auch damit zusammenhängen?

Das Bundesamt für Strahlenschutz empfiehlt, die persönliche Strahlenbelastung im Sinne der **Summenbelastung durch hochfrequente elektromagnetische Felder** zu reduzieren, um etwaige gesundheitliche Risiken möglichst gering zu halten.

Auch der Europarat hat am 27. Mai 2011 in der Resolution 1815 auf eine zunehmende Gefährdung durch Elektromog hingewiesen.¹

Im Gegensatz zum Handy, das sich „nur“ ins Telefonnetz einwählt, ist ein SMART-

PHONE/IPHONE permanent aktiv, um einem Nutzer Informationen zur Verfügung zu stellen – und das fast immer in unmittelbarer Körpernähe!

Neurovegetative Alarmbereitschaft

Informationen, die von verschiedenen Funkfrequenzen übertragen werden, halten das Regulationssystem des Körpers in **Alarmbereitschaft** und führen zu einer permanenten neurovegetativen Aktivierung. Das Problem liegt darin, dass wir mit technischen Störfrequenzen wie WLAN, Handy, Schnurlos-Telefon und anderen drahtlosen Geräten in eine ursprünglich harmonische Struktur des uns umgebenden Lebensraums hinein senden und dort Missklänge erzeugen, die ein biologischer Organismus als Gefahrensignal deutet. Aufgrund der fehlenden Sinneswahrnehmung für die Störfrequenzen zahlreicher drahtlos funktionierender Geräte bleibt der Mensch im alarmierten Zustand, ohne sich mit der Gefahr auseinanderzusetzen, sich dieser zu entziehen oder sie zu beseitigen.

In der Regel führt die Vernachlässigung des Gleichgewichtes von Anspannung und Entspannung zu Gereiztheit und Erschöpfung bis hin zu ernsthafteren psychischen und körperlichen Erkrankungen. Lang anhaltende Erschöpfung kann zu Burnout, Herz-Kreislauf-Problemen und anderen Symptomen führen.

Sichtbarmachen durch HRV

Dank neuer Technologien im Medizinbereich sind wir heute in der Lage, Einflussfaktoren auf den Körper über die Messung der Herzra-

Patricia Lüning-Klemm

studierte Psychologie, Germanistik und Romanistik in Münster, Paris und Gießen (1. und 2. Staatsexamen). Ein wesentliches Element im Rahmen ihrer ganzheitlichen Präventionsberatung sind Messungen der Herzfrequenzvariabilität, die dazu beitragen, den tieferen Hintergrund von neurovegetativem Stress zu erkennen.

Kontakt:

Tel.: 089 / 79199531
p.luening-klemm@web.de
www.patricia-luening.de

tenvariabilität (Heart-rate-variability, abgekürzt HRV) sichtbar zu machen. So kann man mit der Messung der HRV zeigen, wie sich ein Handytelefonat auf den Sinusknoten des Herzens auswirkt.

Fallbeispiel

Die HRV wurde bei einer älteren Dame gemessen, die während der zweiten Messung ein Handy benutzt. Die Messungen wurden mit dem TimeWaver Cardio-Gerät durchgeführt. Eine gute Regulation zeichnet sich ab, wenn die Balken nicht rechts oder links in den orangenen oder roten Bereich zeigen.

Die Ausgangsmessung um 14:10 Uhr (Abb. 1) zeigt auf der linken Seite zwei rote Balken, die auf ein Bedürfnis nach Regenerati-on hindeuten.

¹ http://www.diagnose-funk.org/assets/df-d_lte_2010.pdf

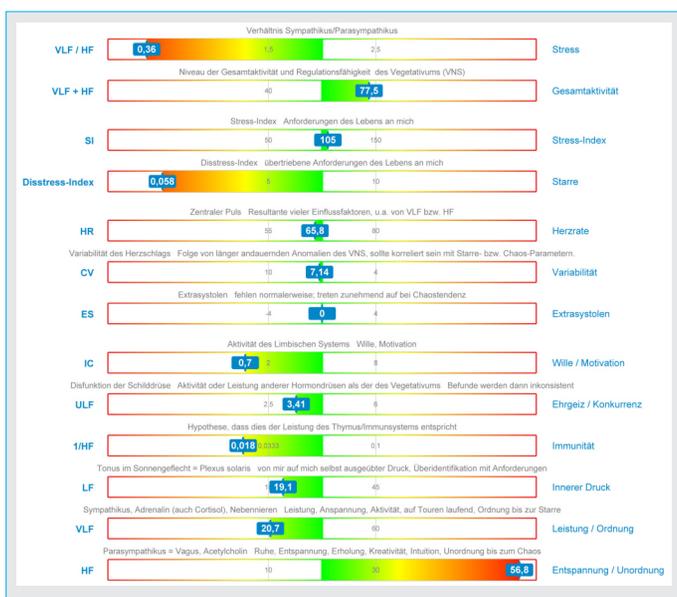


Abb. 1: Messung der Herzratenvariabilität bei einer älteren Dame. Ausgangsmessung um 14:10 Uhr

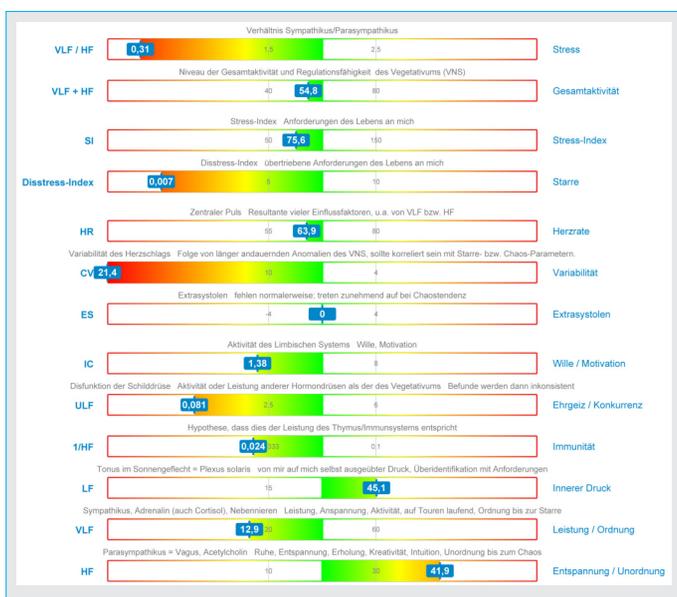


Abb. 2: Die zweite Messung um 14:28 Uhr zeigt die neurovegetative Regulation während eines Handytelefonats: die Variabilität (CV 21,4) ist deutlich reduziert.

Die zweite Messung um 14:28 Uhr (Abb. 2) erfolgt parallel zu vier Handyanrufen ohne Kommunikation: Der Verlauf der Herzfrequenzkurve zeigt im Vergleich zur ersten Messung vier deutliche Abweichungen. Ein dritter Balken ist in den roten Bereich verschoben und zeigt an, dass die Anpassungsleistung des Herzens – die Variabilität – reduziert ist.

Fazit

Im Sinne einer **Verhaltensprävention** könnten folgende Entscheidungen gesundheitsfördernd sein:

- Ich rufe Informationen am schnurgebundenen PC zeitgebunden ab.

Seminar Service



DGEIM



Deutsche Gesellschaft für Energetische und InformationsMedizin e.V. energy medicine

Seminare energy medicine

1 1/2 oder 1-tägige Seminare in Heidelberg und Bad Neustadt

SRH-Zentrum (HD-Wieblingen) und Burganlage „Salzburg“ (bei Bad Neustadt/Franken)

Weitere Informationen unter: www.dgeim.de

Programm 2014

27./28. Sept. **WARNKE, Dr. rer. nat. Ulrich**
Nährstoffe (Umwelteinflüsse, Chronische Krankheiten, Schwermetalle...)

Termin noch offen **OSCHMAN, Prof. PhD James**
Grundlegende Mechanismen der Energie- und Informationsmedizin (Vortrag in englischer Sprache - mit Übersetzung)

15./16. Nov. **WARNKE, Dr. rer. nat. Ulrich**
Interwelt – die Quelle aller Dinge (Wiederholung von 2013 – aktualisiert samt Übungs-Schwerpunkt am Sonntag)

Anmeldung und Information

(auf Anforderung erhalten Sie gerne ausführliche Inhalte zu jedem Seminar)
Dietmar Sieber, Franz-Liszt-Straße 18, 69214 Eppelheim,
Tel.: 06221 / 7595631, Fax: 06221 / 7595632
Mail: d.sieber@t-online.de

Wie wird man Mitglied in der DGEIM?

Die Mitgliedschaft ist für jeden offen. Bitte laden Sie den Beitrittsantrag von unserer Homepage www.dgeim.de herunter.

- Ich stelle Bluetooth zur Nutzung des Navigationssystems im Auto ab (potenter Dauersender im Auto).
- Ich steige auf ein DECT-Telefon um, das alle Funkwellen sofort nach Beendigung des Gesprächs komplett abschaltet.
- Ich schalte „mobile Datenübertragung“ beim Smartphone/iPhone aus, wenn diese Funktion nicht benötigt wird.
- Ich stelle nachts Handy/Smartphone/iPhone aus.

Hinweis: Artikel, die mit Namen oder den Initialen des Verfassers gekennzeichnet sind, stellen die Meinung des Autors / der Autorin und nicht unbedingt die der DGEIM e.V. dar.