

Fragebogen zur Diagnostik einer Elektro-Sensibilität (EHS) / Mikrowellen-Syndrom, Elektro-Allergie

2. Teil: Lebensumgebung und Ereignisse

von Gesundheitsschäden durch hochfrequente elektromagnetische Felder

Mobilfunk-Belastung zu Hause

☐

1. WLAN in der Wohnung: ja nein

Seit wann nutzen Sie WLAN?

Monat/Jahr: damaliges Lebensalter:

Ich nutze kein WLAN mehr seit

Wie lange ist Ihr WLAN zur Zeit in Betrieb? Rund um die Uhr? ☐ Ja ☐ Nein

Ich schalte es ab in der Zeit zwischen Uhr und Uhr

Entfernung Router–Schlafplatz in Metern:

Wie viele aktive WLAN-Nachbarn sehen Sie auf Ihrem mobilen Gerät beim Aktivieren bzw. Einwählen?

2. Mobiltelefon: Besitzen Sie eines? ja ☐ nein ☐

Seit welchem Jahr nutzen Sie ein Mobiltelefon/Smartphone?

Nutzungsdauer des Geräts/Tag (und Internet) in Minuten aktuell: früher:

Wie viele Minuten davon über WLAN:

Davon ca. wie viele Minuten Empfang über „Mobile Daten“? aktuell: früher:

Davon ca. wie viele Minuten mit Hilfe via bluetooth: aktuell: früher:

Telefonieren mit Mobiltelefon/Smartphone ...

am Ohr ☐ mit Lautsprecher-Funktion ☐ mit kabelgebundenem Headset ☐
mit bluetooth-Kopfhörer bzw. bluetooth-'Knopf' im Ohr ☐

An welcher Kopfseite halten Sie meist Ihr Mobiltelefon:

links ☐ rechts ☐ nie direkt am Kopf ☐

Kennen Sie den technischen Unterschied zwischen Empfang über WLAN und Empfang über „Mobile Daten“? ja ☐ nein ☐

3. DECT (Schnurlos-)Telefon: Nutzen Sie ein solches? ja ☐ nein ☐

Falls ja: seit welchem Jahr nutzen Sie das DECT-Telefon (bzw. nutzten es früher im Zeitraum)
von bis

Geschätzte Gesamtdauer Ihrer Telefonate in Min./Tag? Aktuell früher:

direkt am Ohr mit eingeschalteter Lautsprecher-Funktion mit Kopfhörer („head-set“)

4. Drucker im WLAN-Betrieb: Betreiben Sie einen solchen? ja ☐ nein ☐

Seit welchem Jahr?

Wie viele Meter ist der Drucker vom Router entfernt?

Befindet sich Ihr Arbeitsplatz in Luftlinie zwischen Router und Drucker? ja ☐ nein ☐

5. Energiesparlampen im Nahbereich (Schreibtisch, Leselampe, Nachttisch) ja ☐ nein ☐

Wenn ja, seit welchem Jahr?

Befinden sich Energiesparlampen in dem Raum, in dem Sie sich tagsüber am längsten aufhalten? ja ☐ nein ☐

6. Mobilfunk-Sendemasten in der Umgebung Ihrer Wohnung (bis ca. 1.000 m Entfernung)
ja ☐ nein ☐

Anzahl der Mobilfunk-Sendemasten (auf Häusern, Pfählen) innerhalb ca. 1 km von Ihrer Wohnung?

Entfernungen in m:

Sie können das herausfinden durch die [Karte der Bundesnetzagentur](#). Klicken Sie dort auf die nächstliegende Antennenmarkierung – sie bekommen dann die Info über die Anzahl der Antennen. Mit Google-maps können Sie den ungefähren Abstand zur eigenen Wohnung ermitteln. Unter 1 km gilt grundsätzlich als erhöhte Strahlungsbelastung, insbesondere bei Sichtkontakt zum Sendemasten. Eine weitere gute Funktion zur Ermittlung der Netzabdeckung gibt es unter [bietet auch nperf](#). (unter 'carrier' zuerst einen der 3 Mobilfunk-Betreiber auswählen).

Mobilfunk-Belastung am Arbeitsplatz

1. Ist dort WLAN-Strahlung installiert ? ja ☐ nein ☐

Seit wann an diesem Arbeitsplatz / Arbeitsumfeld (Monat/Jahr)?

Besteht WLAN-Dauerbetrieb ? ja ☐ nein ☐

2. Nutzen Sie ein dienstliches Mobiltelefon? ja ☐ nein ☐

Gesamtdauer der Telefonate pro Tag in Minuten: aktuell früher

direkt am Ohr ☐ mit Lautsprecher-Funktion ☐ mit Schnur-head-set ☐

mit bluetooth headset oder -Knopf im Ohr ☐

Wo halten Sie meistens Ihr Mobiltelefon am Kopf ?

Links ☐ rechts ☐ nie direkt am Kopf ☐

Wie viele Kollegen nutzen ihr Mobiltelefon im online-Modus in der Nähe Ihres Arbeitsplatzes?

Schätzungsweise Kollegen

3. Befinden sich Drucker im WLAN-Betrieb ? ja ☐ nein ☐

Seit welchem Jahr?

Wie viele Meter ist der Drucker vom Router entfernt?

Befindet sich Ihr Arbeitsplatz in Luftlinie zwischen Router und Drucker? ja ☐ nein ☐

4. Mobilfunk-Sendemasten in der Umgebung Ihres Arbeitsplatzes

Anzahl der Mobilfunk-Sendemasten (auf Häusern, Pfählen) innerhalb ca. 1 km von Ihrem Arbeitsplatz?

Entfernungen in m

Berechnung siehe oben.

Subjektive Einschätzungen

1. Beschwerden

Welche Veränderungen beobachten Sie an Ihrem Körper, wenn Sie mit dem DECT- oder Mobiltelefon telefoniert oder am PC / Notebook-PC / Tablett-PC über WLAN gearbeitet haben ?

Nach ca. wie vielen Minuten beginnen bei Ihnen die Beschwerden?

Nehmen Sie einen Zusammenhang wahr zwischen den von Ihnen geschilderten Beschwerden und der Mobilfunkstrahlung? ja ☐ nein ☐

Gibt es Umstände, unter denen sich Ihre Beschwerden verringern oder verschwinden?

Gibt es Orte, an denen die Beschwerden spürbar zunehmen?

Gibt es Orte, an denen die Beschwerden spürbar abnehmen ?

Würden Sie sich aufgrund Ihrer Erfahrungen als besonders elektrosensibel bezeichnen?

ja ☐ nein ☐

Wenn ja, seit wann (Monat/Jahr)? Seit welchem Lebensalter?

Vermuten Sie ein auslösendes Ereignis?

Können Sie das Auftreten bestimmter Beschwerden zweifelsfrei in Zusammenhang mit Mobilfunkstrahlung bringen? ja ☐ nein ☐

2. Soziale Ebene

Leiden Familienmitglieder, Hausbewohner oder Arbeitskollegen an ähnlichen Beschwerden durch Mobilfunkstrahlung? ja ☐ nein ☐

Mussten Sie wegen Beschwerden durch Mobilfunkstrahlung schon einmal ihren Wohnort wechseln?

ja ☐ nein ☐

Mussten Sie wegen Beschwerden durch Mobilfunkstrahlung schon einmal Ihren Arbeitsplatz wechseln/aufgeben? ja ☐ nein ☐

3. Weitere mögliche Auslöser Ihrer Beschwerden oder Auffälligkeiten

Wurden bei Ihnen Amalgam- (oder Gold- oder Titan-) Füllungen entfernt ? ja ☐ nein ☐

Wieviele?

Wann?

Falls ja: Wurde Ihre Mundschleimhaut während des Ausfräsens vor dem Eindringen des Metalls geschützt? ja ☐ nein ☐

Erfolgte danach Amalgam-Ausleitung (z.B. durch naturheilk. Verfahren)? ja ☐ nein ☐

Sind Ihre Beschwerden nach Amalgam-Entfernung/-Ausleitung abgeklungen ? ja ☐ nein ☐

Sind Sie beruflich oder privat Schwermetallen, chemischen Dämpfen, Pestiziden, anderen chemischen Stoffen, Schimmelpilzen ausgesetzt ? ja ☐ nein ☐

Verwenden Sie Deos, Sonnencreme oder Kosmetika, die Aluminiumoxid enthalten – oder Titanoxid in Sonnen- bzw. Zahncreme? ja ☐ nein ☐

Liegt Ihnen eine laborchemische Messung zur Quecksilber-Belastung im Blut vor (Blut-/Urin-Untersuchung, Haaranalyse)? ja ☐ nein ☐

Leiden Sie unter Gluten- oder Histamin-Unverträglichkeit? Ja ☐ nein ☐

Ist Ihnen eine Mitochondriopathie bekannt? ja ☐ nein ☐

Ist ein Melatonin-Mangel per Laboruntersuchung bekannt? ja ☐ nein ☐

Wurde jemals die Herzraten-Variabilität gemessen? ja ☐ nein ☐

Wenn ja, gab es Auffälligkeiten im Zusammenhang mit Mobilfunkbelastung? ja ☐ nein ☐

4. Auftreten von Beschwerden im Lebenslauf (7-Jahres-Abschnitte)

In der nun folgenden Tabelle können Sie, wenn gewünscht, das erstmalige Auftreten von Beschwerden angeben, die – im Rückblick – Ihrer Einschätzung nach mit Mobilfunkbelastung zusammenhängen. Als Auslöser können z. B. tiefgreifende Lebensereignisse in Frage kommen. Solche Ereignisse könnten z. B. Sein:

- Umwelt: Beginn d. Mobilfunkgeräte-Nutzung; Aufstellung v. Mobilfunk-Sendemasten/Überland-Stromleitungen, Trafo-Stationen; Bau von Bahnlinien u. a.
- Häusliches Umfeld: Umzüge, Renovierungen; neue Möbel; andere Raumfarben; neues Auto mit bluetooth- oder Navigations-Einrichtung u. a.
- Erfahrungen: Besondere emotionale Belastungen; einschneidende, schockartige oder traumatische Erlebnisse. Gefragt ist Ihre Einschätzung nach eigener Empfindung. Ihre Angaben, da personenbezogen, dürfen gegebenenfalls ungenau sein, zumal die Beschwerden ja erst im Nachhinein mit Lebensereignissen in Verbindung gebracht werden können.

Ihre persönliche Zeitachse

Kalender-jahre	Zeit-Spanne	Aufgetretene Beschwerden	Lebensereignisse
	1. - 7. Lebens-jahr		
	8. - 14. Lebens-jahr		
	15. - 21. Lebens-jahr		
	22. - 28. Lebens-jahr		

	29. - 35. Lebens- jahr		
	36. - 42. Lebens- jahr		
	43. - 49. Lebens- jahr		
	50. - 56. Lebens- jahr		
	57. - 63. Lebens- jahr		
	64. - 70. Lebens- jahr		
	71. - 77. Lebens- jahr		
	78. - 84. Lebens- jahr		

Geprüft und empfohlen von Dr. med. Dr. med. habil. Karl Hecht
Professor für Neurophysiologie und emeritierter Professor für experimentelle und klinische
pathologische Physiologie der Humboldt-Universität (Charité) zu Berlin