

De ongeoorloofde ziekte

Dit boek is ook als gratis en vrije pdf beschikbaar.

- *De ongeoorloofde ziekte*

Uitgave zonder winstoogmerk voor onafhankelijke informatie over door-de-mens-gemaakte elektromagnetische velden (EMV's). Eventuele opbrengst is voor bevordering van geïnformeerdeheid en bewustheid.

© 2022/25 Renate Haidlauf, diagnose:funk

DIAGNOSE-FUNK.ORG

All rights reserved – alle rechten voorbehouden

© 2025 vertaling: J. Vissers

CEHAOHE@GMAIL.COM

Omslag: Benedikt Adler

ISBN 978 94 0378 522 6

NUR 740

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, mechanical or electrical or digital, without written permission by the author and/or translator. Niets uit dit boek mag worden gereproduceerd of overgedragen in welke vorm of op welke manier dan ook, mechanisch of elektrisch of digitaal, zonder schriftelijke toestemming van de auteur en/of vertaler.

***De
ongeoorloofde
ziekte***

**als
zenderstraling
het leven schaadt**

Renate Haidlauf



Oorspronkelijke titel: *Die unerlaubte Krankheit – Wenn Funk das Leben beeinträchtigt* (Duitsland, 2022). De Nederlandse versie is gebaseerd op de tweede, verbeterde en vermeerderde oplage (2025).

De informatie in dit boek is alleen bedoeld voor educatieve en informatieve doeleinden en bevat geen medische raad of advies. Naar voren gebrachte inzichten zijn voor rekening van de respectieve bevrageden, de interpretatie ervan is voor rekening van de lezer.

Niet bij de oorspronkelijke teksten behorende opmerkingen staan tussen rechte haken. Voetnoten zijn van de auteur, tenzij anders aangegeven.

Verantwoording

Wie één voet over de grens zet, staat in het buitenland. Het is niet realistisch te denken dat alles daar anders is. Dat vormt zeker voor een deel de reden voor vertaling van dit oorspronkelijk Duitse boek. Want hoeveel verschillen wij van de buren?

De menselijkheid van een samenleving laat zich afmeten aan haar houding tegenover minderheden. De moderne samenleving bedient zich alsmaar meer van digitalisering en draadloze overdracht. Dat verloopt via technisch opgewekte straling. Een minderheid van mensen echter ondervindt daar last van en bij hen ontwikkelt zich wat we elektrohypersensitiviteit (EHS) noemen. Ze zien zich niet beschermd worden, hun ziekte is niet geoorloofd. Zo vormen hun verhalen in dit boek ongewild een verslag van hoe menselijk onze samenleving is.

Het misschien onbewuste idee is: wat winst oplevert, kan je niet ziek maken, want het dient de economie. Dat is een illusie, blijkens de vele mensen die zich melden met symptomen van EHS. De bewering dat hun ziekte ingebeeld zou zijn, komt de industrie niet ongelegen. Maar naast geldelijk gewin en naïviteit en bv. onwil of onkunde, zijn het ook verschillende nationale instanties die hierin een deuntje mee fluiten. En de media lopen niet vooraan wat betreft het bestrijden van deze misvatting, zodat er helaas door velen waarheid in wordt gezien. Het strookt immers niet met de onbegrensde mobiele hype, dat we veeleer voorzichtig zouden moeten zijn.

We zijn allemaal elektrogevoelig

Al in de begintijd van de telegrafie deed zich gevoeligheid voor elektromagnetische velden (EMV's) voor, maar het werd nooit goed begrepen. Niettemin bestond er tot aan het civiele gebruik van draadloze techniek geen twijfel dat er zo'n gevoeligheid bij mensen was. Het heette toen radiogolfziekte, elektroallergie of microgolfsyndroom en kwam vooral voor bij soldaten en industriewerkers die aan de toegepaste straling waren blootgesteld. In de voormalige Sovjet-Unie bestudeerden arbeidsgeneeskundige diensten het verschijnsel uitgebreid. Dat gebeurde niet in de Westerse samenlevingen, zij het wel in geheime documenten bij het militaire apparaat, zelfs bij de NASA.

De reden waarom alle mensen elektrogevoelig zijn, staat beschreven in het tijdschrift *umwelt•medizin•gesellschaft* 2022/2:

'In ons organisme vinden miljarden keren per seconde elektrische interacties plaats. Cellen hebben een elektrische potentiaal. Door zenuwbanen vloeien meetbare stromen.

In de geneeskunde wordt het tijdstip van overlijden vastgesteld op grond van de afwezigheid van elektrische energie in de hersenen. Het ECG meet de elektrische processen van het hart, het EEG die van de hersenen in het nog gevoeliger microvolt-bereik. Pacemakers gebruiken één millivolt om het onomstotelijk biologische effect van de samen-trekking van de hartspier te versterken. Zonder elektrische spanning is er geen leven, alleen dood. Elke van onze tientallen miljarden cellen vervult meer dan 100.000 biofy-sische werkingen per seconde. De zenuwcellen van onze hersenen gaan iedere seconde een biljard elektrische verbindingen aan.'

Het is daarom ook logisch dat een externe factor als technisch opgewekte straling invloed heeft op deze elektrische processen, in het laagfrequente en hoogfrequente gebied (d.w.z. elektriciteit resp. draadloze techniek). We zijn allemaal elektrosen-sitief en kunnen dus ook elektrohypersensitief worden. Statistieken geven aan: steeds meer mensen hebben last van bv. hoofdpijn, slaapstoornissen en uitputting, of ze hebben een verzwakt immuunsysteem. Dat kan met deze 'nieuwe' belasting in onze leefomgeving te maken hebben.

Op de jaarlijkse Wereld-EHS-dag in de zomer vragen burgerinitiatieven aandacht voor de ziekte. Hun activiteiten blijven niet ongehoord. Politici en wetenschappers reageren, zoals o.a. blijkt uit verklaringen van het Economisch en Sociaal Comité van de Europese Unie (EESC) of de STOA-studie *Health Impact of 5G* [impact van 5G op de gezondheid] van het Europees Parlement.

Het is te hopen dat de verhalen over EHS-ervaringen in dit boek artsen, politici en burens aan het denken zetten, zodat de feitelijke achterstelling van de elektrohyper-sensitieve medemens stopt. Sterker nog: zodat het gevaar van de altijd en overal aanwezige *elektrosmog* voor de gezondheid door iedereen wordt erkend. Of het nu om 2 of 5 of 10 procent van de bevolking gaat, of zelfs een nog groter deel dat ge-troffen wordt, er is in elk geval een aanzienlijke groep waar de samenleving als ge-heel rekening mee moet houden.

Er valt hoop te putten uit recente ontwikkelingen. Frans onderzoek door L. Son-zogni et al. (mei 2025) ziet verstoring van celprocessen bij zelfgemelde EHS-geval-len. Er is het pilotonderzoek van R. Brown over het zgn. rouleaux-effect, en de sys-tematische overzichtsstudie van een door de WHO aangewezen team over kanker bij knaagdieren (z. Verwijzingen). Ook zijn er intussen directe effecten op het ECG en EEG naast ongunstige invloed op de reproductiviteit bekend. Maar vooral de be-weging van onderaf mag niet worden vergeten. Want steeds luider klinkt de kritiek op het gebruik van draadloze technologie door kinderen en de oproep aan volwas-senen om het gebruik van sociale media te verminderen.

diagnose:funk/JV

Renate Haidlauf

is een Duitse orthopedagoog die werkzaam is bij een sociale instelling. Daarnaast is ze voor een kwart van de tijd als EHS-specialist in dienst bij de actieve milieu- en consumentenorganisatie voor bescherming tegen elektromagnetische straling *diagnose:funk* [diagnose: straling].

Taken

Tot de taken bij *diagnose:funk* behoort onder meer het ontwikkelen van voorlichtingsmateriaal. Dat kan worden ingezet om bijvoorbeeld inclusieambtenaren, de *Ergänzende unabhängige Teilnameberatung* EUTB [aanvullende onafhankelijke participatieraad] dan wel maatschappelijke verenigingen te informeren. Verder beantwoordt Renate e-mailvragen over EHS en bemenst ze op een vaste weekdag enkele uren de telefonische hulplijn.

Behalve het samenstellen van specialistisch materiaal om meer gedetailleerde informatie over EHS aan te kunnen bieden, zijn er ook altijd 'tussendoortjes'. Zoals het schrijven van artikelen voor bijvoorbeeld *Kompakt*, het zeer verzorgde en informatieve kwartaalblad van *diagnose:funk*. Ook houdt Renate zich intensief bezig met de uitbouw van een netwerk van stralingsbewuste artsen en zorgverleners.

Motivatie

Renate werkte ooit een tijd parttime bij een winkel voor biologische voeding. Er was daar een jonge collega die last van de WiFi had, waarop een van de klanten uitgebreid vertelde over ervaringen met straling. Dat Renate op die wijze al gehoord had over de risico's van elektromagnetische velden, betekende een hele steun toen haar tweelingzus vanwege EHS ernstig ziek werd en zichzelf het leven benam. Ze begon zich meer in het onderwerp te verdiepen en de complexiteit van het probleem te zien.

Burgerinitiatief

In 2019 werd Renate woordvoerder van een stralingsbewust burgerinitiatief in haar eigen gemeente. De groep bestond uit zeven deelnemers, die waren samengekomen toen er in hun woonplaats een nieuwe zendmast zou worden neergezet. Het doel was de mensen in de regio voor te lichten en te informeren, maar ook om te waarschuwen voor de effecten van mobiele-telecomstraling. Het burgerinitiatief verzamelde handtekeningen voor een petitie aan de gemeenteraad ten behoeve

van een voorzorgsconcept betreffende straling in het eigen gebied. Er zou gekeken moeten worden welke opstellingslocatie efficiënt en draaglijk kon zijn.

Renate zelf bezat alleen een oud mobieltje, om beschikbaar te zijn voor haar kinderen, niet om anderen te bellen. Thuis verliep alle internet via een kabel. Binnen het gezin was de WiFi zo weinig mogelijk in gebruik en stond daarom bij voorkeur uit.

'De ongeoorloofde ziekte'

Een telefoontje in de zomer van 2019 met een medewerker van diagnose:funk [motto: 'zinnig gebruik van techniek'] vormde de aanleiding voor het maken van het boek *De ongeoorloofde ziekte*. Deze organisatie had al heel lang de wens om een brochure of boek uit te geven met recente ervaringsverhalen van door-EHS-getroffenen. 'Ik hoorde mezelf zeggen dat ik me wel kon voorstellen dat ik het op me zou nemen,' zegt Renate, 'zonder echt te bedenken wat het inhield. Het is waarschijnlijk maar goed dat ik er zo ben ingerold, anders had ik het niet durven doen. Intussen ben ik blij aan dit boek te hebben mogen werken en heb ik er veel van geleerd.'

Privé

Met haar huis en tuin heeft Renate een goed tegenwicht voor haar beroepsmatige bezigheden. Men kan haar aantreffen met zowel een snoeischaar als een bezem, een decoupeerzaag, boormachine en keukengerei. Er is geen televisie in haar huis, liever zit ze met een tijdschrift of een boek. Renate zingt in een koor en geniet erg van de momenten dat haar volwassen kinderen er weer eens zijn.

•

Naar gegevens uit de *Südkurier* van 22-1-20 en een interview in *Kompakt* 2023/4 door Michaela Thiele.

Stemmen van lezers

Een heel aantal lezers van de eerste oplage van het Duitse origineel van *De ongeoorloofde ziekte* naast leden van diagnose:funk reageerden met een e-mail aan de auteur. Hieronder een greep:

'Het is een erg aangrijpende verzameling van ervaringen geworden.'

'Ik heb het boek net uitgelezen; ik ben er in alle opzichten helemaal door verpletterd.'

'Het is een mijlpaal, een aangrijpend superbelangrijk document van deze tijd! Geschreven in mooie, duidelijke taal, goed gestructureerd en *to the point* – chapeau!'

'Ik vind mezelf op de een of andere manier terug in ieder verhaal van elk van de getroffen personen. Ik hoop dat het bij wat artsen onder de kerstboom komt te liggen. Ik heb in ieder geval voor mijn artsen twee exemplaren gekocht en zal ze die ook geven.'

'Het is een heel goed boek geworden, het zou een *must-read* moeten zijn voor alle artsen en beleidsmakers.'

'Ik was vooraf erg sceptisch, omdat eerdere ervaringsverhalen van elektrogevoeligen (bv. in *Een prachtige gevangenis* van Gunilla Ladberg) meestal ALLEEN deprimerend waren. Wat ze in die gecomprimeerde vorm ook vaak zijn. Maar ik moet je een compliment maken, want ondanks het vaak tragische van de verhalen, zit er in bijna elk verhaal wel iets dat nuttig en behulpzaam is voor getroffenen. Dat motiveert om te blijven zoeken naar oplossingen, te blijven uitleggen en te blijven hopen dat er snel erkenning komt.'

'Door mijn opleiding tot bouwbioloog ben ik natuurlijk bekend met EHS. Maar ik was nog niet eens half in de buurt gekomen van een idee van de volledige reikwijdte van het hele drama.'

'Je bent er heel goed in geslaagd om over te brengen wat het betekent om elektrogevoelig te zijn. We kunnen dit goed gebruiken in gesprekken met artsen, politici en andere invloedrijke mensen. Daar zijn we dan ook mee begonnen.'

'Het vult een leemte en helpt beslist veel mensen, omdat ze zo kunnen ervaren er niet helemaal alleen voor te staan, en meer hoop zullen hebben dat er breder begrip voor het probleem kan komen.'

'Met je boekproject heb je ons een stem gegeven die hopelijk eindelijk breed gehoord zal worden. Want dat is ons grootste probleem: het doodzwijgen en "niet gezien worden".'

Voorwoord

Dit boek vertelt over het lot van een grote verscheidenheid aan mensen die ziek werden wegens belasting door radiofrequente straling. [Kunstmatige] elektromagnetische velden (EMV's) zijn tegenwoordig alom aanwezig, bv. door het gebruik van smartphones, tablets, WiFi, Bluetooth, snoerloze telefoons (DECT), en de zendmasten voor draadloze communicatie en radio of overheidsdiensten. Renate Haidlauf zet zich met dit boek in voor het openbaar maken van een dramatische situatie. Ze vestigt de aandacht op het veelvoudige lijden in de schaduw van onze in toenemende mate gedigitaliseerde samenleving.

Mensen die last hebben van elektrohypersensitiviteit en met bv. pijn en uitputting reageren op de straling, kunnen zich niet vrij in de openbare ruimte bewegen. De overall normaal geworden straling dwingt hen om zich in eigen schuilplekken terug te trekken. Wie zo afgezonderd leeft, wordt door het algemene publiek niet opgemerkt en zijn/haar lijden blijft onzichtbaar. Dit boek heeft tot doel mensen met elektrohypersensitiviteit voor het algemene publiek in het daglicht te stellen – hen zichtbaar te laten zijn.

Mobiele telecom is een techniek waarmee machtige ondernemingen veel geld verdienen. Dit maakt het moeilijk voor getroffen mensen om bij de autoriteiten gehoor en steun te vinden. Ik zet me al jaren in voor het helpen van mensen die last hebben van verontreiniging die uit de leefomgeving afkomstig is. Op het internetplatform WWW.ANSTAGESLICHT.DE geef ik met een toegewijd team informatie over dioxine, houtverduurzamingsmiddelen, verf en spuitbussen, pesticiden, nanodeeltjes uit toner, en over belasting door asbest en mobiele communicatie. We berichten over achtergronden, de vaak onredelijke omgang van onze rechtspraak met getroffen mensen en het onrecht dat in naam van het recht plaatsvindt.

Waar de rechterlijke macht faalt, is de macht van de media nodig. Helaas ben ik ook hier vaak tegen desinteresse of mislukking aangelopen. De media oriënteren zich bij hun berichtgeving op datgene waarvoor ze instemming en interesse bij het lezerspubliek vermoeden. Ze geven er de voorkeur aan om inhoud over te brengen die op een ongecompliceerde manier gepresenteerd kan worden. Het medialandschap is in handen van enkele grote concerns. Onze belangrijkste media zijn afhankelijk van reclame-opdrachtgevers en worden beïnvloed door geldgevers. Tot de grootste adverteerders behoren fabrikanten van mobiele telefoons en aanbieders van internet. Welke uitgeverij wil met kritische informatie over mobiele telecom

haar adverteerders afschrikken? De Berlijnse *Tagesspiegel* had evenwel de moed om op 15 januari 2019 een gedetailleerd rapport te publiceren over de vraag 'Hoe schadelijk voor de gezondheid is 5G eigenlijk?' De journalisten stuitten op verbijsterende tegenstrijdigheden.

Naarmate de digitalisering voortschrijdt, vinden steeds meer produkten die straling afgeven hun weg in ons leven, er wordt intensief reclame voor gemaakt en ons wordt verteld dat er geen risico voor de gezondheid is. Maar steeds meer mensen ervaren dat geheel anders.

Ieder mens verzamelt lichamelijke ervaringen in zijn/haar leven en komt te weten hoe hij of zij op invloeden van buitenaf reageert. Deze ervaringen bieden ons door de jaren heen richting, zekerheid, vertrouwen in onszelf en onze waarnemingen. Maar wat gebeurt er als de oorzaak van lichamelijke reacties in eerste instantie niet duidelijk is en vervolgens nauwelijks te geloven valt? Nauwelijks te geloven: omdat je jarenlang met de straling geleefd hebt en de technologie wellicht een belangrijke plaats in je leven had. Wat als zich herhaaldelijk oorzakelijke verbanden voordoen, die ook bewezen kunnen worden? Wat als het ongelooflijke tot zekerheid wordt en deze nieuwe ervaringen het leven op zijn kop zetten?

Lees in dit boek over mensen die de zekerheid verkregen dat het elektromagnetische straling was die hun schade toebracht.

Prof. dr. Johannes Ludwig

•

Johannes Ludwig was tot 2014 professor aan de *Hochschule für Angewandte Wissenschaften* HAW [hogeschool voor toegepaste wetenschappen] in Hamburg en is nog steeds als docent aan de Faculteit Design, Media en Informatie verantwoordelijk voor de vakken Management, Media-economie, Gevolgen van techniek en Journalistiek. Zijn aandachtspunten zijn onder meer de onderzoeksjournalistiek en de studie naar de effecten van journalistieke berichtgeving.

Inhoud

Voorwoord	11
Inhoudsopgave	13
Inleiding	17
<i>1. Inleidende ervaringen</i>	
Martina Spiegler, 57, kantoorinkoper:	
Ik kon me niet ontspannen en in slaap komen	19
Thomas Kuhn,* ¹ 53, reisfotograaf:	
In mijn stadsappartement takelde ik lichamelijk af	22
Carolin Lange,* journalist:	
Werken nabij een WiFi-hotspot op kantoor	26
Lothar Horst, 67, pedagogisch begeleider:	
Ik ervaar mezelf als overlevingskunstenaar	27
Magdalena Weber,* 66, goudsmid, ergotherapeut:	
In het bos stopte het tintelen in mijn hoofd	31
Melanie Kern,* 53, verkoper:	
Zonder DECT-telefoon hield mijn hoofdpijn op	36
<i>2. Elektromagnetische velden</i>	
Dr. Stefan Böhme,* 59, wetenschapper:	
Ik weet dat elektromagnetische velden de oorzaak zijn	41
Bernd Schneider,* 66, werktuigbouwkundig ingenieur:	
In mijn woning lag de waarde boven 1000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$	45
Dr. Norman Boiner,* 80, natuurkundige, fysisch chemicus:	
De keuring wist van problemen met elektromagnetische velden	49
<i>3. Ziektebeeld</i>	
Dr. Ulrike Schmidt,* 58, architect:	
Symptomen schriftelijk en met foto's vastgelegd	54
Silvia Peters,* sociaal wetenschapper:	
In de vrije natuur kwam ik weer op krachten	60
H.C. Fricke, elektrotechnisch ingenieur, informaticus:	
Niet de mens maar de omgeving moet geheeld worden	64

1 Namen met een sterretje zijn veranderd.

Werner Lorenz, * 58, ambtenaar:	
Als het vat overstroomt	69
Ute Thamm, 53, juridisch en notarieel medewerker, voettherapeut:	
In mijn schuilplek wordt mijn hoofd helder	75

4. *Partner, gezin, samenleving*

Claudia Lotte, 49, kinderverzorger, verpleegkundige:	
De zorgeloosheid van vroeger ontbreekt	81
Anja Bischof, * 42, huishoudkundige:	
De straling maakt me kapot	86
Ursula Hartmann, 68, lerares, schooladministrateur:	
Vriendschappen zijn verbroken	91
Peter Möller, * 70, bankier:	
We missen het samen plezier hebben	97
Gabriela Roesner, 43, schoonmaker:	
Al onze dromen zijn ons afgenomen	99
Gudrun Kaiser, 47, natuurwetenschapper:	
Mijn zoon mist degene die ik was in een stralingsvrije omgeving	103
Dr. Christoph-B. Poschen, 73, orthodontist:	
Deelname aan het openbare leven is te ingewikkeld geworden	109

5. *Jonge mensen*

Sebastian Koch, * 29:	
Leven zonder elektriciteit zou ideaal voor me zijn	113
Friedrich, * 16:	
Wat gebeurt er met de stralingsenergie in mijn lichaam?	116
Julia, * 16:	
Ik wil er graag bij horen	118

6. *Afscherming*

Burkard Straub, 72, gepensioneerd bibliotheekdirecteur:	
Ik zou heel snel erg ziek zijn geworden	121
Dr. Dietrich Moldan, 63, bouwbioloog:	
Van getroffen tot bouwbioloog	124
Sarah Vogt, * 36, pedagogisch therapeut:	
Dank zij afscherming heb ik nu een veilige plek	127

7. *Langdurig getroffen*

Erika Haas, * 76, bouwkundig tekenaar:	
Na tien jaar kwamen er eindelijk antwoorden	133

Kathrin Fischer,* 70, sociaal en religieus pedagoog:	
Kijken naar de toekomst houdt onzekerheid in	138
Annerose Barth, 77, lerares, muziekdocent:	
Het onberekenbare van de straling blijft een uitdaging	143
 <i>8. Woningnood</i>	
Silke Eckert,* 61, natuurwetenschapper, kinderleidster:	
Een vluchteling in eigen land	150
Andrea Meyer,* 58, maatschappelijk werker:	
Ik zou graag een plek vinden waar ik kan blijven	154
 <i>9. Psychiatrisering</i>	
Daniël Keller,* 35, begeleider:	
Jarenlang had ik het stigma van een persoonlijkheidsstoornis	160
Maria Schuster,* 34, studie politiek, kunstpedagogiek, Duits:	
Als iedereen jouw ervaring tegenspreekt, knapt er iets	165
 <i>10. Moderne techniek</i>	
Dr. Maike Hofmann,* 38, natuurwetenschapper:	
Ik was blij met de nieuwe router met supersnel internet	175
Julek Wojtski,* 48, projectmanager IT:	
Het is mogelijk nieuwe techniek zonder gevaar te gebruiken	181
Thomas Warmbold, 47, pastor:	
Men verweet me een technofoob te zijn	187
 <i>11. Extreme situaties</i>	
Suzanne Sohmer, 62, chemisch-technisch assistent:	
Ik ben gedwongen om in het bos te leven	193
Dr. Monika Krout, 55, huisarts:	
Ik ben overgeleverd aan de straling	199
Carl Beck,* 58, elektrotechnicus, softwareontwikkelaar:	
Ik ervaar een gebrek aan toekomst	205
 <i>12. De levenskracht neemt af</i>	
Karin Schäfer,* 73, doktersassistent:	
Het is gewoon te veel voor me	215
Birgit Ziegler,* 63, secretaresse:	
Ik heb vrijwel geen kracht meer	218
Dhr. en mevr. Zimmermann,* 84 en 75, ouders van suïcideslachtoffer:	
Onze dochter had een vrolijke aard	224

13. Oplossingen

Michael Wegner, * 68, elektrotechnicus, monteur, industrieel verkoper:	
Een afgeschermd container als vluchtplek	227
Eide Dücker, 53, bedrijfseconoom en managementconsultant:	
Een omgeving zonder elektrosmog maar wel verbonden	230
Ingrid Kling, 65, verpleegkundige, bankemployé, makelaar:	
Ik wil graag hoop en moed houden	234
Olivia Wagner, * 38, natuurgeneeskundige:	
Een gezinsleven zonder elektrostress	241
Dr. Jan Harders, 61, tandarts:	
Stralingsreductie en effectieve ontgiftiging helpen	244
Christina Wilkens, 53, hoofdinspecteur:	
De dienst kan op me blijven rekenen	249
Lydia, * bureaumedewerker:	
Ik wil bijdragen aan verandering	252

14. Politiek en media

Barbara Domberger, 52, gepensioneerd kantonrechter:	
Jaren zonder enige waardigheid	255
Marion Roth, * 62, zelfstandige:	
Politiek en media bagatelliseren de effecten van straling	259
Carsten Frank, * 56, chemicus:	
De instantie voor stralingsbescherming beschermt ons niet	265
Erika Gabriel, 81, verzekeringsemployé:	
Mijn vertrouwen in de media is gering	270

Bijlagen

In gesprek met dr. Cornelia Mästle	277
De medische milieukunde verdeeld	283
Nawoord	285
Technische aanwijzingen	294
Begrippen	297
Bronnen en verwijzingen	310
Dankwoord en vrijwaring	317
•	
Afkortingen	318

Inleiding

Beste lezer,

In dit boek stellen meer dan vijftig mensen die lijden aan elektrohypersensitiviteit (EHS) zich aan u voor. EHS is een weinig bekende ziekte. Straling van zenders is alomtegenwoordig in de maatschappij en EHS-patiënten moeten zich terugtrekken op stralingsarme plekken. Velen hebben het opgegeven om anderen over hun ziekte te informeren. Te vaak hebben ze ondervonden dat ze niet serieus werden genomen en gekleineerd en belachelijk werden gemaakt.

De mensen die hier over zichzelf spreken, laten ons deelnemen aan hun levens. Sommige verslagen zijn feitelijk gehouden, andere zijn heel persoonlijk. De leeftijden van de bevroagden variëren van 16 tot 84 jaar, ze horen tot de meest verschillende beroepsgroepen. Sommige getroffen worden gesteund door hun sociale omgeving, andere staan er alleen voor. Ik nodig je/u uit om de levensverhalen met openheid te lezen, ook al klinkt het een of ander mogelijk vreemd in de oren van wie niet tot de getroffen behoort. Laten we gewoon eens kijken; dat het ons moge raken; laten we oplossingen een kans geven.

Het doel van dit boek is bekendheid te geven aan de risico's van zenderstraling voor de gezondheid en om de marginalisatie van EHS-patiënten te verminderen. Zelfs artsen zijn zich vaak niet van de ziekte elektrohypersensitiviteit bewust. Een positieve ontwikkeling is dat diagnose:funk een netwerk heeft kunnen opzetten van artsen, die EHS zoals veroorzaakt door zenderstraling herkennen. Het netwerk van artsen is een nuttig contactpunt voor EHS-patiënten en is te vinden op:

DIAGNOSE-EHS.ORG/BEHANDLUNG/ARZTENETZ.

Dit netwerk van artsen is opgezet zonder overheidsfinanciering. Zwitserland daarentegen toont hoe een artsennetwerk met overheidsfinanciering kan worden opgezet, en wel met het *Medizinisches Beratungsnetz für nichtionisierende Strahlung* MedNIS [medisch adviesnet voor niet-ioniserende straling]: MEDNIS.CH. Ook Italië boekt vooruitgang; wat EHS maatschappelijk betekent, wordt daar steeds meer erkend. De regio Calabrië voert campagne voor de eerste poliklinieken voor EHS-patiënten.

Met veel genoegen presenteer ik deze tweede oplage van het boek. Sommige links en inhouden zijn bijgewerkt en er zijn verbeteringen doorgevoerd. Er zijn ook en-

kele bemoedigende getuigenissen toegevoegd aan het hoofdstuk 'Oplossingen'. Het doet me plezier deze Nederlandse vertaling te zien. Er is tevens belangstelling voor een Engelse vertaling.

De leeftijden in de verslagen verwijzen naar het tijdstip van de gehouden interviews. Voor minder bekende woorden, afkortingen en technische termen is er een verklarende woordenlijst opgenomen in de bijlage. Op verschillende plaatsen in de verslagen staan kaders met aanvullende informatie. Deze zijn gebaseerd op mijn onderzoek.

Renate Haidlauf
EHS-specialist diagnose:funk

1. Inleidende ervaringen

Ik kon me niet ontspannen en in slaap komen



Martina Spiegler, 57, kantoorinkoper met drie kinderen, was zelf een enthousiaste smartphonegebruiker voordat ze er lijfelijk een enorme reactie van kreeg. Wat ze vooral als erg ervoer, was de onwetendheid en afwijzing bij artsen en medemensen. Door veel eigen initiatief kon ze weer een evenwicht voor zichzelf vinden.

Het begon allemaal met de smartphone. Ik vond hem geweldig en gebruikte hem heel actief. Mijn hobby was alternatieve geneeswijzen. Daarom was ik ook vaak in verschillende Facebookgroepen bezig. Alle details die belangrijk voor me zijn, bewaarde ik als notities op mijn smartphone, zo kon ik altijd snel toegang hebben als ik voor een specifiek onderwerp iets nodig had. Ik was gezond, had nog nooit van elektrohypersensitiviteit gehoord en het interesseerde me ook niet. Draadloos, WiFi, Bluetooth enz. waren een normaal onderdeel van het leven en ik had daar ook niets op tegen.

Op een dag merkte ik een vreemd soort trekken als ik met mijn vinger toetste op mijn telefoon, vooral bij de rechter wijsvinger. Het was er niet aldoor en ik negeerde het. Maar het kwam steeds vaker en werd sterker. Mijn dochter zei dat ik het me verbeeldde. Dus bleef ik het negeren en toetste met een andere vinger. Toen ook de andere vingers pijn begonnen te doen, maakte ik me toch zorgen en dacht dat het aan de telefoon lag. Maar met andere mobiels was het hetzelfde. De verslaving was sterker dan de pijn, dus ik bleef vrolijk verder toetsen, tot ik op een dag begin december 2016 zo'n heftige, pijnlijke schok van mijn smartphone kreeg dat ik het uitschreeuwde van de pijn en het apparaat liet vallen. De pijn verbreidde zich in mijn rechterhand en vervolgens naar de hele arm, tot aan de linkerhand. Het voelde alsof ik met die hand tussen de deur had gezeten en daarna de deur open had gedaan. De huisarts lachte me uit en zei dat je geen schok kunt krijgen van een mobiel. Na weken vol pijn stelde de neuroloog een zenuwaandoening vast en schreef me het antidepressivum Pregabaline voor, dat bij angststoornissen wordt gebruikt. Het is gebleken dat Pregabaline ook zenuwpijnen onderdrukt. Met de eerste tablet ging de hevige pijn weg en verdween ten slotte geleidelijk helemaal. Maar het was bedrieglijk, want de aandoening was er nog steeds, maar ik kon hem ten minste niet meer voelen.

Dat was het begin. Toen kreeg ik onverwachts een continue druk in het oor, alsof ik onder water zat. Mijn oren begonnen te steken van de pijn. Ik merkte al snel dat het met de mobiele telefoons van de mensen om me heen verband hield. Ik heb zelf nooit meer een mobiele telefoon aangeraakt! Zodra iemand met een mobiel de kamer binnenkwam – meestal waren er dan WiFi, Bluetooth en GPS actief – begon de pijn. Buiten voelde ik de zendmasten en ik kon niet meer gaan wandelen. Binnenshuis kon ik precies aangeven of de WiFi aan of uit stond. Ik werd er echt beroerd van, er was een hevige druk op mijn hart en mijn gezicht begon volkomen ongecontroleerd te trillen. Zo kon ik niet meer naar mijn werk. Mijn huisarts tekende aan dat ik ziek was door angstaanvallen, want wat ik hem over mobiele telefoons en nu die overgevoeligheid voor zenderstraling vertelde, dat had hij nog nooit eerder gehoord. Bovendien had de neuroloog me tabletten tegen angst voorgeschreven. Dat die ook tegen zenuwpijn helpen, wist de huisarts niet.

Ik werd steeds gevoeliger. Natuurlijk was de WiFi thuis nu uit den boze en tot ergernis van mijn kinderen bleef die altijd uitgeschakeld. Maar de WiFi van de burens om ons heen zorgde voor de rest. Mijn partner versleepte meerdere nachten onze matrassen naar telkens een andere kamer om te kijken of ik toch niet ergens kon slapen. Maar ik sliep geen nacht meer en het leek of ik vanbinnen onder stroom stond. Ik was totaal moe, maar kon me niet ontspannen en in slaap vallen. Dat ging vele maanden zo. Ik werd alsmaar zieker en kon het huis niet meer uit. Ik zat met alleen een stralingwerende muts en bescherming voor mijn hart in onze eigen woonkamer. Boodschappen doen in de supermarkt of drinken halen was niet meer mogelijk. Overal was er sterke WiFi. Als ik wel eens mee moest met een ritje op de snelweg, voelde ik de zendmasten nog voor ik ze zag. Ik kreeg het dan erg te kwaad, had hartritmestoornissen en moest onder het rijden voortdurend met beide handen op de plek van mijn hart drukken, omdat ik zo veel pijn had. Die reisjes waren een hel. Bluetooth was ook echt erg. Als onze buurman thuis kwam, merkte ik de Bluetooth van zijn auto al op de inrit.

Bovendien werd de hele rechterkant van mijn lichaam nu steeds vaker gevoelloos en lam, ik kon nauwelijks een kopje vasthouden, laat staan schrijven met een pen. Ik had ernstige problemen met concentratie en het vinden van woorden en kon vaak geen hele zinnen meer maken. Hoge bloeddruk en steeds vaker last van migraine maakten het moeilijk. Daar mijn oren bijzonder sterk op straling reageren, kocht ik een afschermende hoofddoek van Ecologa. Ik had de ervaring dat sommige afschermende produkten niet helpen, maar deze hoofddoek was goed. Ik vouwde hem tot een haarband en droeg hem zo over mijn oren. Zonder die doek kon ik helemaal het huis niet meer uit.

Maar daar bleef het niet bij, het werd zelfs nog erger. Plotseling bespeurde ik ook niet enkel het fotovoltaïsche systeem van onze burens [zonnepanelen], maar ook windmolens in de buurt en die dunne lange antennes op de daken van woonhuizen, zogeheten hotspotversterkers. Door de verschillende soorten pijn kon ik zelfs de netten onderscheiden. Mobiele telefoons met E-net [z. begrippenlijst achterin] waren het ergst. Tot overmaat van ramp begon ik ook nog te reageren op normale huishoudelijke elektriciteit. Tot nu toe was het alleen gegaan om hoogfrequent, maar nu had ook laagfrequent effect. Als ik achter de pc zat, tintelden mijn benen vanaf mijn voeten tot mijn knieën. De vingers begonnen gevoelloos te worden en pijn te doen. Ik meed de computer. Als de vloerverwarming aan was, werd het pas echt erg. Mijn benen tintelden de hele tijd, heel onaangenaam. Opeens kon ik niet meer aan de eettafel zitten omdat ik de lamp erboven voelde. Druk in mijn hoofd, steken in het oor en onrust waren het gevolg. Ik was totaal uitgeput, maar eerst hadden we nog een nieuw appartement gekocht. Als bescherming tegen de straling hadden we de wanden voorzien van afschermende verf. Dat we ook afgeschermd lampen konden gebruiken, was iets waar we niet aan hadden gedacht.

In alle slechte tijden heeft mijn partner me altijd enorm gesteund en aan mijn zijde gestaan. Mijn kinderen waren in het begin erg sceptisch en geloofden me pas toen ik zeker en zeker werd en met de muts en bescherming voor mijn hart in de woonkamer zat. Bij mijn partner heeft de zenderstraling invloed op zijn oren, zijn tinnitus verergert erdoor.

Natuurlijk kwam ik bij veel verschillende artsen en stuk voor stuk voelden ze zich erdoor overvraagd en veel van hen geloofden me niet. Ik zou het me allemaal maar inbeelden, of ik was bang voor zendmasten en zou tegen nieuwe technologie zijn, een gesprekstherapie zou me beslist helpen. Wat een onzin! Het ergste waren de onwetendheid en de afwijzing die ik bij artsen en medemensen tegenkwam.

Verbazingwekkend was dat het ziekenfonds mijn stralingsprobleem geloofde, elektrohypersensitiviteit was er waarschijnlijk niet onbekend. De medewerkster hielp me bij het zoeken naar een kuurkliniek; maar waar we ook naartoe belden, overal hadden ze WiFi. Een kuurverblijf was dus uitgesloten.

Uiteindelijk heb ik mezelf geholpen. Onvermoeibaar informeerde ik mezelf over deze hypersensitiviteit, ik heb boeken en ervaringen van getroffenen gelezen. Ik ben bij veel alternatieve behandelaars geweest en heb veel geld uitgegeven aan voedingssupplementen en therapieën. Het ging merkbaar de goede kant op na een ontgiftiging met melkzuurdruppels en Derivatio-tabletten. Duidelijk beter werd het ten slotte pas na een darmreiniging, het laten verwijderen van amalgaam en verstandskiezen, en met veel vitamine B12 – ook intraveneus [geïnjecteerd]. Ook

aderlatingen en ozontherapie hebben me geholpen. Ozontherapie vernietigt virus-
sen en bacteriën in het bloed en moet helpen om zware metalen kwijt te raken. De
overstap naar een basisch dieet en van tarwe afzien hielpen ook. Vanwege de hoge
bloeddruk schreef de huisarts een bètablokker voor, sindsdien zijn ook de pijn en
druk in het hart merkbaar verbeterd. Als extra maatregel is een afschermend bal-
dakijn om het bed nuttig gebleken, waar ik eindelijk weer goed onder kan slapen.
Ik heb mijn metalen bril vervangen door een montuur van kunststof en draag geen
sieraden van metaal meer. Beide kunnen de elektrohypersensitiviteit versterken.

Tegenwoordig gaat het weer goed met me, ik ben blij dat ik de WiFi nauwelijks
meer voel en heb slechts af en toe pijn en een stekend gevoel in mijn oren. Het is
pas echt goed als er helemaal geen straling is en mijn oren opengaan. Dan voel ik
me zorgeloos, licht. Mijn zenuwen hebben zich voor negentig procent hersteld. Ik
kan merendeels weer een normaal leven leiden en ook weer aan het werk gaan.

Natuurlijk kan ik het begrijpen als mensen niet willen toegeven dat straling van in-
vloed is op de gezondheid en daarmee de kwaliteit van leven. Smartphones zijn erg
verleidelijk en praktisch en ze vormen voor velen een constante metgezel. Sommi-
ge mensen ervaren de gevolgen van de straling al, maar kunnen of willen dat geen
plek geven. Elektrohypersensitiviteit heeft vele gezichten.

In mijn stadsappartement takelde ik lichamelijk af

*Thomas Kuhn, * 53, ervaart als reisfotograaf de stralingsbelasting in het buitenland
voor zichzelf vaak als minder stressvol. Hij heeft niet alleen last van straling, maar
ook van de invloed van chemicaliën en milieuverontreinigende stoffen. Hij deed goede
ervaringen op in een speciale kliniek.*

Ik zie de oorzaken van mijn elektrohypersensitiviteit vooral in mijn jeugd. Ik ben
onder goede gezinsomstandigheden opgegroeid in een dorp, mocht mijn eigen in-
teresses volgen. Zo was ik als tienjarige heel erg bezig met modelbouw. Bij het in-
elkaar zetten van voertuigen en vliegtuigen kwam het erop aan die zo getrouw mo-
gelijk aan het origineel te beschilderen. Daardoor zat ik steeds met mijn neus bo-
ven op verf die oplosmiddelen bevat. Ik ging daar zo in op, dat ik het niet merkte.
Mijn moeder heeft me vaak op de slechte lucht in mijn kamer gewezen en zei me
een raam open te zetten. Een andere toxische stof in mijn omgeving was formalde-
hyde, dat voor de houten beplating en bouwelementen in het huis was gebruikt.
Bovendien had ik als kind veel amalgaamvullingen. Na de basisschool werden mijn

prestaties zonder aanwijsbare reden beduidend minder. Tot dan toe ging wiskunde me erg makkelijk af, ook zonder te leren haalde ik heel goede cijfers. Maar nu kreeg ik geheugen- en concentratieproblemen, na schooltijd was ik vaak moe.

Mijn vader was elektrotechnicus en werkte onder meer op van die grote hoogspanningsmasten. Vermoedelijk werden tijdens deze werkzaamheden niet alle stroomleidingen uitgeschakeld, wat betekende dat hij extreem aan sterkstroom stond blootgesteld. Met ongeveer 40 jaar kon hij niet meer werken, volkomen uitgeput. Artsen gaven mijn vader een hele koffer vol farmaceutische middelen, omdat ze zijn uitputting als psychosomatisch beschouwden. Pas via een bevriende natuurgeëneeskundige, die voor een algehele verandering van dieet zorgde, en meditatie en yoga aanbeval, verbeterde zijn gezondheidstoestand aanzienlijk.

In ons eigen huis installeerde mijn vader alle zekeringen zo dat ze makkelijk uit te schakelen waren. Daardoor konden zo veel mogelijk apparaten uit blijven als ze niet in gebruik waren, en ook zo veel mogelijk stroom en laagfrequente elektrische en magnetische wisselvelden gereduceerd worden. Hij wilde geen mobiele telefoon of magnetron in zijn buurt hebben; bij ons in huis gold een verbod op mobiele telefoons. Tot 2002 heb ik nog gelachen om zijn zorgen en ze niet serieus genomen. Mijn vader is op 70-jarige leeftijd overleden aan een hersentumor. Zijn arts, een specialist in neurologie, psychiatrie en toxicologie, zag een verband tussen zijn beroep en de hersentumor. Dat een elektrotechnicus sterft aan een hersentumor, was voor hem geen ongewone zaak.

Bij mij begonnen de klachten vanwege zenderstraling in de lente van 2002. Ik heb toen negen maanden deelgenomen aan een vervolgopleiding voor mijn beroep. Ik verhuisde naar een gemeubileerd eenkamerappartement in een grote stad. Al na een paar dagen merkte ik slaapproblemen te hebben. Ik kon het in het begin niet voor mezelf verklaren, vooral omdat het appartement zich in een heel rustige buurt bevond. Eigenlijk ben ik meer een notoire langslaper. Des te merkwaardiger vond ik het al om vijf uur 's ochtends wakker te worden en het dan warm te hebben. Tegelijkertijd kon ik maar betrekkelijk gauw in slaap komen als ik na middernacht hartstikke slaperig naar bed ging. Ging ik eerder liggen, dan was ik de halve of hele nacht alleen maar aan het dommelen en kon ik geen diepe, rustgevende slaap vinden. Na een cursusdag kwam ik vervolgens uitgeput terug en wilde ik eerst een beetje slaap inhalen. Maar als ik op bed ging liggen, kon ik ondanks de grote vermoeidheid niet in slaap komen.

Op een gegeven moment herinnerde ik me de incidentele tirades van mijn vader tegen mobiele telefoons, die ik nooit echt serieus had genomen. Door het grote raam bij mijn bed zag ik op een afstand van zo'n 50 meter op een huis aan de over-

kant van de straat een zender. Er bevonden zich ook nog twee zendmasten in de directe omgeving. Ongeveer om de twee weken ging ik naar mijn ouders op het platteland en sliep daar tot twaalf uren lang als een beer in winterslaap. Twee tot drie nachten thuis volstonden om genoeg te slapen en weer fit te zijn voor de verdere opleiding. Hoe langer ik echter in het appartement in de stad bleef, hoe meer ik lichamelijk aftakelde. Slaperigheid en gebrek aan concentratievermogen namen toe. De maximale hoeveelheid tijd die ik aan één stuk door in het appartement kon doorbrengen, was drie weken. Aan het eind van de opleiding verhuisde ik terug naar mijn ouders op het platteland, omdat ik het niet uithield in de grote stad. Ik woon nog steeds hier op het platteland.

Na de vervolgopleiding ben ik van beroep zelfstandig fotograaf geworden. Het komt me goed uit, dat ik door middel van het zelfstandig ondernemerschap mijn eigen slaapritme kan bepalen. Als klanten heb ik verschillende uitgeverijen waar ik voor werk, speciaal één van toeristische uitgaven, die reisgidsen, ansichtkaarten en kalenders verkoopt. Tijdens mijn reizen als fotograaf door heel Duitsland en delen van Europa heb ik vaak in mijn auto geslapen en liefst een plek in het bos opgezocht, zo ver mogelijk van zendmasten vandaan. Soms sliep ik desondanks slecht; dan ontdekte ik de volgende dag in de buurt toch weer een zendmast. Het is makkelijker om in rotsachtig gebied in de nabijheid van de zee een stralingsvrije plek te vinden. Vanuit zee komt geen straling en met rotsen in de rug heb ik afscherming ten opzichte van het land. Op Mallorca in het Tramuntanagebergte heb ik heerlijk kunnen slapen in een rotsige baai. De hotels op Mallorca zijn ook allemaal uitgerust met WiFi. Ik kan daar niet slapen.

Interessant is, dat ik de zenderstraling in het buitenland niet zo erg vind. Mijn indruk is dat het daar minder is. Misschien wordt er in het buitenland gebruik gemaakt van straling met andere frequenties, die in mijn lichaam nog geen irritatie veroorzaakt.

In 2011 liet ik mijn tandamalgaam verwijderen en reageerde daarop met huiduitslag. Ik zat van mijn nek tot mijn hielen onder de netelroos, alleen mijn handen en voeten bleven gespaard. Overdag verdween de uitslag. Negen maanden bleef de huiduitslag opspelen, toen werd het minder. Vervolgens ondervond ik een sterk gevoel van vermoeidheid. Ik ben begonnen met me te informeren over behandelingsmogelijkheden, een neuroloog beval opname in een psychosomatische kliniek aan. Erg goed was toen een gesprek met een vrouwelijke arts van het ziekenfonds. Zij raadde psychosomatische behandeling af en stelde uitleiding met chelaatvormers voor. Bij een natuurgeneeskundige liet ik de eerste drainages met DMPS en DMSA uitvoeren.

Tussen 2013 en 2017 ben ik zes keer in een speciale kliniek in Neukirchen geweest. De behandelingen daar hielpen me, het ging per keer beter met me. De voeding met biologische, natuurlijke en slechts licht gekruide maaltijden daar is rond uit voorbeeldig, net als de vele laboratoriumanalyses en alternatieve behandelmethoden, vergeleken met de conventionele geneeskunde. De behandelingsopties behelsden ook chelatietherapie. Op mijn zoektocht naar een poliklinische chelatiebehandeling stelde ik vast dat deze kliniek als enige in Duitsland de mogelijkheid biedt om de behandeling via de wettelijke ziektekostenverzekering vergoed te krijgen.

Als diagnose werd chronisch vermoeidheidssyndroom (CVS), dus chronische uitputting, vastgesteld. Vroeger kon ik goed twaalf uur per dag werken. Als ik tegenwoordig één hele dag heb gewerkt, heb ik soms twee dagen nodig om bij te komen. Een verdere diagnose is meervoudige chemische sensitiviteit (MCS). De MCS manifesteert zich bij mij door duizeligheid en een onvermogen om helder te denken. Voor een deel moest ik meubels wegdoen vanwege de daarin toegepaste lijm. Massief hout kan de eerste jaren vanwege afbraakstoffen onverdraaglijk zijn. Ook boeken verdenk ik ervan een schadelijk effect op me te hebben. Dus deed ik al mijn boeken weg. Tapijten koop ik onder het voorbehoud dat als ze onverdraaglijk blijken, ik ze terug kan geven. Ik moet ook voorzichtig met laserprinters zijn. Het fijnstof dat bij het printen vrijkomt, bevat zware metalen. Als fotograaf kan ik niet om het gebruik van een laserprinter heen en ik reageer dan met problemen bij het vinden van woorden. Inmiddels heb ik een filter op mijn printer geïnstalleerd, die de belasting door fijnstof wel vermindert, maar niet geheel kan tegengaan. Als ik met de laserprinter werk, draag ik een FFP3-masker.²

Ik zorg er ook voor dat ik 's avonds niet veel tijd voor het raam doorbreng. Wanneer er veel mensen thuis zijn en gebruik maken van hun technische apparaten, neemt het vermogen van zendinstallaties toe. Ik heb achter een muur dan minder last van de straling dan achter mijn glazen ruit zonder thermische isolatie. Ik probeer mezelf wat mijn elektrohypersensitiviteit betreft vooral te helpen door de zenderstraling uit de weg te gaan. Jaren geleden reisde ik met de trein. Door de straling van de WiFi en mobiele telefoons kreeg ik het er heel erg warm. Sindsdien reis ik niet meer met een Intercity. Zolang er in de Interregio [bovenregionale snel-trein] nog geen WiFi wordt aangeboden, kan ik daar in beperkte mate gebruik van maken. Er moeten echter niet te veel medereizigers met mobiele telefoons zijn.

Helaas zijn er intussen hier in de stad straalzenders en vier kilometer verder op de heuvel boven de naburige stad nog een andere zendmast opgesteld voor snel inter-

2 FFP3: mond-neusmasker (*Filtering Face Piece*) van de meest filterende categorie. (jv)

net, waarvan ik weiger gebruik te maken, ook al zou ik het wat mijn beroep betreft nodig hebben. Sindsdien heb ik verschillende pogingen ondernomen om mijn bed tegen de zenderstraling af te schermen. Aan het hoofdeind heb ik er nu aluminium platen van de bouwmarkt omheen. Ik wil het bed niet helemaal afschermen en probeer rekening te houden met eventuele reflecties en die te voorkomen. Dat betekent veel uitproberen; met aarding heb ik nauwelijks ervaring. Afhankelijk van welke gelegenheid zich voordoet, breng ik het stralingsprobleem in mijn kringen ter sprake. Ook in mijn buurt vertel ik over de effecten van zenderstraling. Eén buurman was vaak tot drie uur 's ochtends wakker en had dan zijn WiFi aan. Hoewel hij een huis aan de andere kant van de straat heeft, was de straling bij mij in de slaapkamer te meten. Na een gesprek bleek hij bereid de WiFi om 23.00 uur uit te zetten.

Werken nabij een WiFi-hotspot op kantoor



*Carolyn Lange, *journalist, klampt zich vast aan de hoop haar beroep te kunnen blijven uitoefenen zonder lichamelijk te moeten lijden. Dat ze elektrohypersensitief is, blijft haar geheim op de redactie. Bij een vorige baan werd ze erom buitengesloten en gepest.*

Ik ben een jonge journalist en werk bij een bekende Duitse uitgever. Ik hou van mijn werk. En blijkbaar doe ik het mijne best goed, want mijn baas is tevreden met mijn prestaties. Maar ik vraag me af, hoe lang nog? Omdat ik lijd. Elke dag die ik op de redactie doorbreng, lijd ik. Ik doe er alles aan om niets te laten merken. Wat niemand daar weet: ik ben elektrohypersensitief. Mijn werkplek bevindt zich in de directe nabijheid van één van de vele WiFi-hotspots in onze kantoortuin. De zoekfunctie van de WiFi geeft voor ongeveer tien van de talloze netwerken permanent volledige ontvangst aan. Als ik aan mijn bureau ga zitten, krijg ik al na korte tijd hoofdpijn. Mijn spieren verkrampen, ik klem mijn tanden op elkaar. Maar allereerst voel ik dan een prikkelig gevoel in mijn linkerborst en voor aan de hals, waar de schildklier zich bevindt. Ik begin te zweten. En ik word zenuwachtig en lijk naarmate de dag vordert steeds geïrriteerder te worden. Daarbij ben ik niet de enige: de algehele stemming op de redactie is gespannen. En het ligt niet aan het feit dat journalistiek stressvol kan zijn. We hebben allemaal voldoende tijd om onze teksten te schrijven. Desalniettemin staat iedereen toch voortdurend onder spanning. Het meeste van mijn teksten probeer ik thuis te schrijven. Als ik ze dan op de redactie ter correctie doorlees, kan ik me moeilijk concentreren. Ik heb daar voor alles veel meer tijd nodig. Opdat mijn baas zich vrij door het kantoor kan bewegen

en altijd bereikbaar is, telefoneert hij vrijwel uitsluitend via een draadloze hoofdset. Hij heeft de plug de hele dag in zijn oor, van 's ochtends tot 's avonds. Mijn collega's gebruiken ook draadloze koptelefoons, om zich met muziek af te sluiten voor de gesprekken en telefoontjes van anderen. Alleen helpt dat niet echt, de mensen blijven gespannen. We hebben een paar ziektegevallen op de redactie gehad: kanker, burn-out, en in het verleden hartaanvallen en beroertes.

Een tijd geleden zou ik een vrouwelijke politicus interviewen. De plaatsvervangend redactiechef zei tegen me: 'Vraag haar beslist om haar aluminium hoedje te laten zien; zij beweert ook dat 5G schadelijk is.' Daarbij lachte hij. Ik lachte niet. Zijn vrouw heeft kanker. Dat doet me iets. Ze is hoofd op een andere redactie en werkt elke dag met draadloze technologie.

Ik vind het zo ongelooflijk zonde, dat er niet open over dit onderwerp te praten valt. Ik deed het bij een vorige werkgever – en heb dat bitter betreurd. Ik werd buitengesloten, gemeden, gepest. Maar vandaag de dag hebben we al die technische mogelijkheden. Het hoeft niet draadloos te zijn, het kan ook anders. Zelfs de smartphone kun je met een kabeltje aansluiten. Volgend jaar zal er naast de redactie een nieuwe zendmast komen. Dan is mijn droom voorgoed voorbij. Tot aan mijn pensioen heb ik nog zo'n dertig jaar. Ik geef de hoop niet op om mijn beroep te kunnen uitoefenen in een omgeving waar ik niet lichamelijk moet afzien. Ik klamp me aan tenminste die hoop vast. Want voor het andere ben ik gewoon nog te jong.

Ik ervaar mezelf als overlevingskunstenaar



Lothar Horst, 67, getrouwd, gepensioneerd pedagogisch begeleider, reageert gevoelig op bepaalde voedingsmiddelen en chemische stoffen. Maar een groot deel van zijn klachten wordt veroorzaakt door zenderstraling. Hij heeft het opgegeven om zijn stem aan de politiek te laten horen.

Mijn hele leven heb ik een slechte gezondheid gehad. Nog aan de borst gedijde ik prima, toen begon de ziekte. Ik verdroeg de voeding niet. De zorgen van mijn ouders over de vraag of ik het overleven zou, gingen zo ver dat ze een overlijdensverzekering voor me hebben afgesloten. Later kwamen er naast de voedselintoleranties nog allergieën bij. Zo heb ik jarenlang ervaring opgedaan met leefstijlen en voeding die ik verdragen kan.

Op 21-jarige leeftijd, een jaar nadat ik de middelbare school had afgerond, begon ik met de opleiding tot pedagogisch begeleider. Omdat de werkdruk me uitputte en er nog weer ergere voedingsproblemen optraden, moest ik tijdens de opleiding een jaar vrij nemen. Ik was 32 jaar oud toen ik huisverantwoordelijke werd, ik woonde toen in een leefgemeenschap met volwassenen die spirituele zorg nodig hadden. Daar leerde ik ook mijn toekomstige vrouw kennen, onze twee kinderen groeiden samen met de cliënten op. Het was ook heel bevredigend voor me om als verantwoordelijke met de cliënten in een werkplaats samen te werken. De meeste jaren was dat de weverij, later ook de wasserij en het papier- en kruidenatelier.

Vanaf het midden van de jaren '80 reageer ik op drukinkt, uitwaseming van plastic en metaal, verven en oliën. Ik krijg er hoofdpijn van, vergelijkbaar met migraine. Tien jaar later werd er in de speciale kliniek van Neukirchen in het Beierse Woud bij mij de diagnose meervoudige chemische sensitiviteit (MCS) vastgesteld. Een daar uitgevoerde DetoxPlus-test toonde aan dat ik vooral reageer op stoffen die mijn lichaam – met name de lever – niet goed kan omzetten. Zo wist ik wat ik diende te mijden. Dat daarbij ook de favoriete gerechten van mijn vrouw zaten, maakte ons samenleven niet bepaald makkelijker.

In de jaren '90 heb ik de amalgaamvullingen van negentien tanden laten verwijderen en heb toen anderhalve maand niet kunnen werken. Ik was erg verzwakt en kon me niet goed concentreren. Helaas werd bij deze sanering goud toegepast, wat ik ook niet goed verdroeg. Van 2000 tot 2005 liet ik, op advies van een natuurgeneeskundige, geleidelijk de gouden vullingen, bruggen en kronen door keramische alternatieven vervangen. Dat leverde jammer genoeg geen fundamentele verbetering van mijn toestand op.

Vanwege de aanhoudende voedingsproblemen ben ik tussen 2007 en 2013 nog vier keer naar de speciale kliniek geweest en heb daar behandelingen ondergaan voor uitleiding van zware metalen, vooral kwik. Dat verbeterde mijn algemene welbevinden duidelijk; ik voelde me minder vaak duizelig of zwak. In de kliniek raakte ik bekend met het *rotatiedieet*, dat mijn verteringsmetabolisme rustiger maakte. Ik volg momenteel nog altijd dit behulpzame eetpatroon. Ongeveer een dozijn voedingsmiddelen bleek in de loop der jaren goed te verdragen, wat inhoudt dat ik altijd de tekorten met voedingssupplementen tegen moet gaan. Dat zenderstraling een impact op de gezondheid kan hebben en dat daarom voorzichtigheid geboden is, weet ik al een tijdje. In de kliniek hoorde ik er ook weer over, maar ik achtte dat probleem ten aanzien van mijn gezondheid in eerste instantie niet zo van belang.

Thuis deed mijn arts een uitleidingsbehandeling met oor-acupunctuur, chlorella en selenium. Met de medische kennis uit o.a. de speciale kliniek heb ik mijn vroegste voedingsproblemen kunnen begrijpen. Mijn moeder heeft een jaar voordat ik geboren werd haar amalgaamvullingen laten vernieuwen en zo onbedoeld met de moedermelk veel kwik meegegeven. Dit verzwakte onder meer het ontgiftingsvermogen van de lever en daarmee begonnen mijn problemen.

Ik bleef hartproblemen houden en ervoer steken en druk in de hartstreek, ik was kortademig en erg verzwakt. Ongeveer acht jaar geleden heb ik met een hart-specialist afgesproken direct naar hem toe te komen, als me dat nog eens zou overkomen. Bij de volgende signalen ben ik dus naar die specialist toe gegaan, ik liet me onderzoeken en werd meteen wegens het vermoeden van een hartinfarct met zwaailicht en al naar het dichtstbijzijnde ziekenhuis gebracht – om 's avonds alweer ontslagen te worden.

Van 2006 tot 2013 woonden we op de eerste verdieping van een oud pand. In de kamer onder onze slaapkamer stond een hoge kast waarop een router was gezet, wat ik een aantal jaren niet wist. Mijn slaapplek bevond zich vlak erboven. Een goede nachtrust is altijd moeilijk voor me geweest, maar innerlijke agitatie en rusteloze benen verstoorden nu steeds meer mijn slaap. Gedurende de dag waren er afwisselend fasen van overmatige onrust en een toestand van uitputting. Na deze situatie bijna drie jaar te hebben aangezien, moest ik ten slotte toegeven dat ik erg elektrogevoelig ben en dat daar veel van mijn problemen vandaan komen.

In de laatste zeven jaar dat ik werkte, was ik werkzaam in de sociale dienst van de werkplaatsen en gebruikte ik alleen een kantoor waar alle technische apparaten via kabels waren aangesloten. Ook in de ondersteunings- en begeleidingsgroepen hadden we bekabeld internet. De collega's waren meestal bereid om rekening te houden door hun mobiele telefoons uit te zetten. Zo heb ik zonder hoge stralingsbelasting kunnen werken. De laatste jaren vóór mijn pensionering hielp het om ook het aantal werkuren te verminderen. Tegenwoordig heb ik nog maar een klein minibaantje.

Toen we nog werkten, hebben mijn vrouw en ik in een naburig dorp een mooi en ruim appartement op de begane grond betrokken. Boven ons op de eerste verdieping woont een jong gezin dat veel gebruik van mobiele telefoons maakt. De ouders en de oudste dochter hebben smartphones, die in onze stralingsarme woonplaats uitsluitend goed via WiFi werken. Tablets en gameconsoles behoren ook tot hun arsenaal. Ik heb dus een mix van straling boven me, die ik met mijn elektro-smogdetector kan peilen, om in onze woning steeds een geschikte verblijfplek voor me te vinden.

Daarom heb ik mijn kamer verplaatst naar onder die van hun kleine kinderen, omdat daar de minste straling is. De straling uit de andere kamers bereikt mijn kamer nog wel zwak en ik heb geprobeerd die met verschillende afschermingsmaterialen op het plafond en de muren te verminderen. Enkele maanden lang kon ik prima onder een extra zelfvervaardigd baldakijn slapen. Maar na enige tijd gaf al dat afschermingsmateriaal zo dichtbij het probleem dat mijn lichaam reageerde met onrust en stoornissen. Dat maakte het afschermen erg lastig voor me. Toch werd mijn kamer mijn toevluchtsoord, ik kan er het grootste deel van de dag en de nacht redelijk afgeschermd doorbrengen.

Mijn vrouw voelt de zenderstraling niet, maar staat me wel bij. Onze kinderen, die al lang volwassen zijn, zijn bereid om rekening te houden als ze op bezoek komen. Ze hebben begrepen dat zenderstraling schadelijk kan zijn, maar gebruiken de technologie zonder zich zorgen om zichzelf te maken. Als onze zoon tijdelijk hier bij ons woont, legt hij zijn smartphone aan een kabel en gebruikt hem dan zonder dat die straalt.

Mijn deelname aan het openbare leven is aanzienlijk beperkt. Met de trein reizen kan ik al jaren niet meer vanwege de stralingsbelasting, ook met de bus gaat het niet goed. Als ik auto rijd, voel ik kortstondige belastingen door een druk op mijn hart. In winkels put de straling me na tien minuten uit. Avondvoorstellingen bezoeken ik niet meer. Als ik nog naar de bios ga, ga ik als het even kan ver weg van mensen zitten die een mobiele telefoon gebruiken. Als we uit eten gaan, betaal ik als prijs dat ik erna uit evenwicht ben.

Een vriend heeft een noodoproepsysteem in zijn woning en draagt daarom een zender om zijn pols, die continu met $1000 \mu\text{W}/\text{m}^2$ straalt.³ Ik kan niet lang bij hem op bezoek, omdat mijn limiet bij de $5 \mu\text{W}/\text{m}^2$ ligt.⁴ Ook bezoek aan het ziekenhuis is lastig. Er geldt daar wel een verbod op mobiele telefoons, ter bescherming van medische apparatuur, maar de doktoren maken gebruik van WiFi en stralende apparaten. Al de voorzorgsmaatregelen en beperkingen, waar ik om mezelf te beschermen vanwege de toenemende hoogfrequente straling elke dag mijn toevlucht toe moet nemen, beperken mijn vrijheid aanzienlijk.

In ontspannen leefsituaties, zoals bv. in bad of in de natuur, kan ik de hoogfrequente straling beter verdragen. Mijn vrouw en ik wandelen graag. Als we met de kabelbaan een berg op gaan, verwelkomt ons vaak als eerste een zendmast. Het helpt

3 De bouwbiologie merkt $> 1000 \mu\text{W}/\text{m}^2$ (microwatt per vierkante meter) aan als reden voor 'uiterste zorg'. (jv)

4 De meetwaarden in dit boek zijn over het algemeen bepaald met eenvoudige meetapparatuur. Ze geven een ruwe indicatie van de individuele stralingsbelasting.

dan om in beweging te zijn en te weten dat er straks een bergtop is die me tegen die zender beschermt. Het helpt over het algemeen wel om te bewegen als ik in een stralingsgebied ben. Rustig fietsen, inline-skaten en gymnastiek helpen om me te bevrijden van de dagelijkse benauwing en verzwakking door de straling en weer nieuwe kracht te verzamelen.

In 2019 heb ik naar onze bondspresident geschreven, om hem te wijzen op de situatie van mensen die door EHS getroffen zijn. Hij verwees me naar de minister van Verkeer en Waterstaat, aan wie ik vervolgens ook een brief heb geschreven. De minister van Verkeer en Waterstaat verwees me toen naar de minister van Milieu. Daarna heb ik het schrijven van brieven opgegeven.

In het bos stopte het tintelen in mijn hoofd



*Magdalena Weber, * 66, was in haar jaren als goudsmid blootgesteld aan een verhoogd niveau van verontreiniging door zware metalen, later reageerde ze op WiFi en DECT-telefoons. Op 55-jarige leeftijd moest ze op grond van 'toxische encefalopathie' en 'uitgesproken elektrogevoeligheid' met pensioen.*

Als jonge vrouw liet ik me opleiden tot goudsmid. Op de scholingslocatie was een goud- en zilverraffinaderij voor de verwerking van metalen en het produceren van legeringen. Daardoor was de omgeving sterk belast met zware metalen. Ik heb meerdere jaren als goudsmid gewerkt en nam vervolgens de tijd om diverse landen te leren kennen. In Florence was ik au pair, in Zwitserland stagiair bij een sociale instelling. Ik heb daarop besloten te kiezen voor het beroep van ergotherapeut. Na een aantal jaren gerichte ervaring in loondienst heb ik een eigen ergotherapiepraktijk opgericht. Op 31-jarige leeftijd werd ik moeder; we woonden in een dorp, ik voelde me op mijn gemak met alle omstandigheden en had goede sociale contacten. We hadden ook een hond in ons huishouden, ik en mijn zoon gingen regelmatig naar buiten om met hem te wandelen.

In het tiende jaar dat ik mijn eigen ergotherapiepraktijk had, werd ik alsmaar ongeconcentreerder en nerveuzer. Ik had indertijd voor de praktijk een DECT-telefoon aangeschaft. Mijn computer had een draadloze muis, zodat ook linkshandige kinderen er zonder beperking mee konden werken. Ik hield van het gemak die deze technologie met zich meebracht. Maar tegelijkertijd kon ik steeds minder hebben; ik had vaak hoofdpijn en er deden zich problemen met oriëntatie en het vinden van woorden voor. Bij het telefoneren met artsen of medewerkers van de

kleuterschool werd ik heel ongeduldig, hoewel ik anders een erg evenwichtig iemand ben. Ik had moeite met kijken, kon niet meer bepalen of een object ver of dichtbij was; daarbij kwam ook een tintelend gevoel onder mijn schedeldak, een onaangenaam gevoel dat me heel erg dwars zat. Ik kon nauwelijks nog werken. Om mijn goedlopende praktijk niet zomaar weg te doen, verkocht ik hem met het idee mezelf een langere pauze te gunnen, zodat ik daarna weer met frisse energie aan het werk zou kunnen. Zodoende had ik veel rust en tijd voor ontspanning; wat evenwel nooit zo uitwerkte, het ging me zelfs slechter. Met name het tintelende gevoel onder mijn schedeldak gaf enorme last. Ik kon niet meer helder nadenken.

Een arts die me al lang kende, vroeg of het me nog wel goed ging. Mijn antwoord was, dat na drie uur wandelen in het bos de tintelingen in mijn hoofd soms ophielden. Ik kreeg het advies een bouwbioloog te vragen om de stralingslast in het huis waarin we woonden na te gaan. Uit tests van de bouwbioloog bleek dat de elektriciteitsmast op het dak en de meterkasten niet geaard waren; dat er een stroomkabel onder het huis liep en er vanwege een DECT-telefoon en mobiele telefoons straling in huis was. De bouwbioloog mat ook de spanning op mijn lichaam en zag ongebruikelijk hoge waarden. Op grond hiervan heb ik onze oude vaste telefoon weer te voorschijn gehaald; we beperkten het gebruik van mobiele telefoons drastisch en schakelden de elektriciteit uit. Omdat het toen zonder koelkast moest, sloeg ik minder voorraad in en hadden we kaarsen als verlichting. Er was stroom in de schuur, daar maakte ik ons eten klaar op een kookplaat. We haalden de bedden naar beneden en verbleven enkel nog op de begane grond. Maand na maand ging het langzaam beter met me, de tintelingen namen af en ik kon mijn gedachten weer afmaken. Onze hond, die voordien veel blafte en altijd in beweging was, werd rustig en ontspannen.

Daarna volgde een natuurgeneeskundige behandeling bij een wat verder weg wonende arts. De autoritten waren vermoeiend, vooral na de ontgiftingsbehandelingen. Met het doel om binnen een jaar zoveel te ontgiften, dat een zelf vormgegeven leven zoals vroeger weer mogelijk zou zijn, veranderde ik van woonplaats en verhuisde naar de omgeving van de natuurgeneeskundige. Sommige spullen kon ik bij vrienden opslaan, veel heb ik weggegeven. Mijn zoon was al volwassen en ging zijn eigen weg. Dat ene geplande jaar dijde uit tot drie. Ik woonde op een vakantiepark zonder WiFi en DECT-telefoons. Laboratoriumtests duiden op een aanzienlijke verontreiniging bij mij met goud, zilver, koper, kwik (ik had al vroeg amalgaamvullingen in mijn gebit) en arsenicum – misschien vanwege al het spuiten op de wijngaard waarbij ik opgegroeid ben. Ik kreeg enkele drainage-infusies met DMPS, maar omdat ik door mijn werkloosheid weinig geld over had, kon ik de noodzakelijke voedingssupplementen niet in voldoende hoeveelheden kopen. De infusies lei-