

Wie schädlich sind Mobiltelefone wirklich? Expertenrat von Prof. Dr. Diehm

12.01.2018 16:13 Uhr **Das Smartphone ist aus unserem Alltag nicht wegzudenken. Neuere Erkenntnisse legen jedoch nahe, dass die Strahlung, die von Mobilgeräten ausgeht, schwere gesundheitliche Risiken birgt. Leider verdrängen wir das Problem.**

Ständiger Begleiter - Bei manch einem scheint das Smartphone schon zum Körper gehören. Als Handys vor 20 Jahren zum Massenprodukt wurden, löste die damals neue Form der Telefontonie rasch eine medizinische Debatte aus. Sind die Mikrowellenstrahlen des Mobiltelefons gesundheitlich unbedenklich oder setzen wir uns damit hohen Risiken aus? Inzwischen tragen wir das Gerät fast rund um die Uhr am Körper, legen es auf den Nachtschisch oder halten es ans Ohr. Die wissenschaftlichen Stimmen waren vielfältig, jeder konnte sich die Studie herauspicken, die ihm persönlich gefiel. Langzeituntersuchungen über die Folgen des mobilen Telefonierens gab es damals nicht, wie auch?

Mittlerweile ist es – für mich unverständlich – um das Thema eher ruhig geworden. Dabei wissen wir heute: Die Studien, die einst Entwarnung gaben, waren formal schwach geplant und durchgeführt und ausschließlich von der Handy-Industrie gesponsert. Und wir wissen auch: Die Strahlung, die von Mobiltelefonen ausgeht, ist gefährlich, sogar sehr gefährlich! Seit vielen Jahren predigen Experten des öffentlichen Gesundheitswesens, dass bei langfristiger Nutzung die abstrahlende Energie Krebs erzeugen kann. Eben erst hat wieder die kalifornische Gesundheitsbehörde vor Krebs durch die Mikrowellenstrahlung unserer Smartphones gewarnt. Mir scheint, wir wollen diese Botschaft gar nicht hören, zu sehr sind die Geräte Teil unseres Lebens geworden. Doch Verdrängung schützt nicht vor gesundheitlichen Schäden. Wie viele Stunden am Tag nutzen Sie Ihr Smartphone aktiv? Zwei, drei, vier Stunden oder sogar länger?

Internationale Studien sprechen eine deutliche Sprache. Nur ein paar Beispiele:

- Amerikanische Forscher berichten von mehreren Fällen von Brustkrebs bei jungen Frauen, die ihre Handys in Brustnähe, beispielsweise in der Tasche der Bluse, getragen haben.
- Deutsche Augenärzte führten eine Studie durch bei Personen, die regelmäßig Handys benutzen und sahen eine Vervierfachung des Risikos für Aderhautmelanome, einer Krebserkrankung des Auges.
- Australische Ärzte fanden eine Häufung von Lymphomen, wenn Probanden über längere Zeit Handystrahlung ausgesetzt waren.
- Israelische Studien belegen, dass die Strahlung von Mobiltelefonen Tumore der Ohrspeicheldrüse auslösen können.
- Namhafte Krebsforscher haben immer wieder darauf hingewiesen, dass Handystrahlung das Krebsrisiko ganz allgemein, insbesondere jedoch das Risiko für Gehirntumore, vor allem aggressiv bösartige Gliome, und Leukämie erhöhen kann.
- Englische Forscher konnten in einer Studie an fast 800.000 britischen Frauen zeigen, dass nach zehn Jahren Handynutzung das Risiko für ein Akustikusneurom (Tumor des Hör- und Gleichgewichtsnervs) offenbar um 250 Prozent steigt. Interessanterweise sind die Tumoren im Kopf meist auf der Seite zu finden, auf der die Patienten ihr Mobiltelefon halten.

- Eine kritische Durchsicht der vorhandenen Literatur legt den Verdacht nahe, dass auch psychische und neurologische Krankheiten sowie Immunschwäche und Herzkreislauf-Beschwerden durch Handystrahlung mitverursacht sein könnten.

Es scheint mir, die Mobiltelefonie in der heutigen Form könnten in 20 oder 30 Jahren dasselbe Schicksal erleiden wie das Rauchen. Aus gesundheitlicher Perspektive ein No-Go. Doch was tun?

Klar ist, Smartphones sind heute aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Umso wichtiger ist es, zumindest effektive Vorsichtsmaßnahmen zu treffen.

Da es deutliche Hinweise dafür gibt, dass das Krebsrisiko mit der Entfernung des Gerätes abnimmt, sollte das Smartphone bei jeder Gelegenheit so weit entfernt wie möglich aufbewahrt werden. Vergrößern Sie also den Abstand zum Gerät so oft es geht, das elektromagnetische Feld ist dann schwächer. Das Handy hat nachts nichts direkt am Bett verloren. Mobiltelefone gehören ebenfalls nicht in die Hosentasche (Hodenkrebs) oder in die Hemdentasche (Brustkrebs).

Freisprecheinrichtungen sind hilfreich, ebenso Kopfhörer zum Telefonieren. Viele Gespräche mit dem Smartphone kann man auch kurzhalten, nutzen Sie stattdessen häufiger das Festnetz. Übrigens: Bei schwachem Empfangssignal ist die Strahlungsintensität eher höher. Fallen Sie nicht auf Angebote herein, die einen Strahlenschutz für das Smartphone vorgaukeln. US-Behörden warnen ausdrücklich vor solchen Tools, die die Strahlung sogar noch intensivieren können.

Vor allem aber ist es wichtig, unseren Kindern diese Maßnahmen einzupflegen. Deren Lebenszeitfenster, in dem sie mit dem Mobiltelefon hantieren, ist besonders lang. Bei vielen Jugendlichen scheint das Handy ja geradezu Bestandteil des Körpers zu sein – mit bislang noch nicht absehbaren Langzeitschäden.

Curt Diehm, Jahrgang 1949, ist ärztlicher Direktor der auf Führungskräfte spezialisierten [Max-Grundig-Klinik](#) in der Nähe von Baden-Baden. Der Internist lehrt zudem als außerplanmäßiger Professor an der Universität Heidelberg. Er ist Autor von über 200 wissenschaftlichen Originalpublikationen und vielen Sachbüchern.