

# Strahlungsarm unterwegs

---

## Das richtige Handy wählen

Wer beim mobilen Telefonieren vorsorglich die Strahlung reduzieren möchte, kann ein strahlungsarmes Handy wählen und sein Telefonverhalten anpassen.


## Welches Handy ist geeignet?

Wichtig ist die vom Körper absorbierte Strahlung, der sogenannte SAR-Wert. Dieser Wert wird für jeden Handytyp bei maximaler Sendeleistung sowie ungünstigsten Bedingungen geprüft. Er darf den Grenzwert von 2 Watt pro Kilogramm Körpergewebe nicht überschreiten, den die Internationale Kommission für den Schutz vor nichtionisierender Strahlung vorgeschlagen hat.

Die Strahlungsbelastung beim mobilen Telefonieren liegt im Alltag aber deutlich tiefer als der SAR-Wert. Denn ein Handy sendet immer nur mit der unbedingt notwendigen Leistung und nicht immer mit voller Leistung.

## UMTS reduziert Strahlung

Moderne UMTS-Handys sind 100- bis 1000-fach strahlungsärmer als ältere GSM-Geräte. Sie können die Strahlung also stark reduzieren, wenn Sie auf dem UMTS-Netz telefonieren! Darum bezeichnet Swisscom nur UMTS-Geräte mit einem tiefen SAR-Wert als strahlungsarm.





## Tipps für strahlungsarmes Telefonieren

Die folgenden Tipps helfen Ihnen, die Strahlung beim mobilen Telefonieren vorsorglich zu reduzieren.

- Nutzen Sie ein UMTS-Handy, denn diese Geräte arbeiten mit erheblich tieferen mittleren Sendeleistungen als GSM-Geräte.
- Telefonieren Sie vorzugsweise an Orten mit gutem Empfang: Das Handy arbeitet hier mit weniger Sendeleistung.
- Führen Sie längere Gespräche mit Freisprecheinrichtung: Die Strahlung wird so deutlich reduziert.
- Telefonieren Sie im Zug in einem modernen Bahnwagen. Diese Wagen sind mit «Repeatern» versehen: Sie nehmen schwache Signale mit geringer Sendeleistung auf und leiten sie optimal weiter.
- Verwenden Sie keine Produkte, die als Strahlenblocker oder -harmonisierer angepriesen werden und aufs Handy aufgeklebt werden können. Im besten Fall bewirken sie zwar nichts, im ungünstigen Fall schirmen sie aber Wellen ab und erhöhen dadurch die Sendeleistung des Handys.

# Kontakt für Ihre Fragen

---

## **Fragen zu drahtloser Telekommunikation, Umwelt und Gesundheit?**

Swisscom AG  
Community Affairs  
3050 Bern  
E-Mail: [mobile.umwelt@swisscom.com](mailto:mobile.umwelt@swisscom.com)

## **Fragen zu Umweltprodukten und Nachhaltigkeit?**

Swisscom AG  
Corporate Responsibility  
3050 Bern  
E-Mail: [corporate.responsibility@swisscom.com](mailto:corporate.responsibility@swisscom.com)

## **Weitere Informationen**

[www.swisscom.ch/verantwortung](http://www.swisscom.ch/verantwortung)

