

Liebe Alle! :)

Während der Dreharbeiten konnte ich auf einige Dinge nicht eingehen, weil mir die hierfür unvermeidbare Technik trotz aller Bemühungen, wenigstens die Strahlung zu unterbinden, mit der Zeit zusetzte und man letztlich nur noch da weg will aus diesem elektromagnetischen Feld. Von den zunehmenden Konzentrationsproblemen ganz zu schweigen.

Dennoch möchte ich die Menschen, sei es von Elektrohypersensibilität Betroffene oder solche, die noch gar nicht wissen, dass ihre oder die Gesundheitsprobleme in ihrer Familie, bei Freunden oder Bekannten mit elektromagnetischen Feldern oder Strahlung zu tun haben könnten, ermutigen und ermuntern, das nicht einfach alles passiv hinzunehmen, sondern aktiv zu werden und hinzuschauen. Sprechenden Menschen kann geholfen werden, dafür muss man aber zu dem Problem stehen und nicht versuchen, es zu vertuschen, weil Vergesslichkeit oder Zappeligkeit, Kopfschmerzen oder dauernde Übelkeit peinlich seien oder andere das ganze für Spinnerei halten. Deren mangelnde Bildung ist nicht Euer Problem. Heute GIBT es Ärzte, die sich mit Strahlung befassen, ihr steht nicht mehr allein damit, wie ich früher.

Wenn Ihr Erklärungen, Nachweise, Belege oder ärztliche Hilfe benötigt, können Euch vielleicht solche Ärzte oder Wissenschaftler weiterhelfen, wie ich sie zu Rate gezogen habe bzw. auf deren Wissen und Untersuchungen ich meine weitere Selbstbehandlung aufgebaut habe:

- Umweltmediziner, die sich mit EHS auskennen (trifft nicht auf alle Umweltmediziner zu),
- Genetiker bzw. pharmakologische Institute (zur Feststellung, ob und inwiefern eine Entgiftungsfunktion der Leber, Nieren usw. gegeben ist; 50% der Kaukasier haben da genetisch bedingt massive Einschränkungen, was bei der Entgiftung berücksichtigt werden muss, will man sich dabei nicht noch weiter vergiften)
- Toxikologen (zwecks Entgiftung),
- Allergologen (für den Nachweis einer Amalgam- bzw. Quecksilberunverträglichkeit, was die Voraussetzung dafür ist, dass Kassen die Kosten für die Gebissanierung übernehmen) und die Testung nach der Entfernung und Entgiftung, welche neuen Füllmaterialien man evtl. vertragen würde
- Homöopathen oder traditionell chinesisches arbeitende Ärzte, die helfen können, die Entgiftungsorgane zu stärken oder die möglichen neuen Materialien zu testen.
- auf JEDEN Fall sollten Eure Ärzte EHS als ernsthafte Erkrankung (und nicht als angeblichen Spleen) kennen und behandeln. Tun sie es nicht, sind es die falschen Ärzte.

Leider sind die meisten Leistungen bei diesen Ärzten selbst zu bezahlen. Kassenärzte mit EHS-Kenntnissen, die ich kenne, haben ihre umweltmedizinische Tätigkeit deshalb entweder aufgegeben, weil die Leistungen mit der Kasse nicht verrechnet werden können, oder sind deshalb gezwungenermaßen auf den Privatzahlersektor gewechselt. Ihnen deshalb Geldgier vorzuhalten, wie schon mehrfach beobachtet, ist vielfach unfair. Manche nehmen einfach ihren Hippokratischen Eid ernst und sehen als Kassenarzt unter den ihnen hier gegebenen Umständen einfach keine Möglichkeit, Patienten wirklich zu helfen, obwohl sie es könnten, und wollen sich an ihrer Berufung einfach nicht länger hindern lassen.

Eigene Maßnahmen zur Verbesserung der EHS-Anfälligkeit, die jeder - neben der Entfernung von Füllungen und der Entgiftung - selbst treffen kann:

- Ernährungsumstellung auf Bionahrung
- Lebensmittel/ Pflanzen/ Tees, die die Entgiftungsorgane stärken (Sellerie, Petersilie...)
- Detoxgerichte/ -diäten (es gibt ganze Detox-Kochbücher mit leckeren Rezepten)
- lernen, welches Gemüse usw. einem guttut, wenn man zuviel Strahlung abbekommen hat, z.B. Knoblauch roh (öffnet die Bluthirnschranke, erleichtert die Kopfschmerzen), Gingko (hilft der Durchblutung auch im Hirn und drosselt Ohrgeräusche/ Tinnitus/ manchen Schwindel, roher Kurkuma wirkt sich auch gut aufs Gehirn aus, Ingwer gegen Übelkeit, Weißdorn(tee) für die Blutverdünnung bzw. gegen Blutverklumpung usw...)
- Vitalstoffhaushalt in Ordnung halten (Magnesium, Selen Silicium, Vitamine C, B, D, Glutathion)

- Histaminhaltige oder -bildende Lebensmittel möglichst vermeiden
- Basenpulver ins Getränk, Müsli, Essen rühren
- auf säurebildende Lebensmittel öfter mal verzichten, basische Nahrungsmittel essen
- Baden in Basenpulver
- überhaupt oft im – gerne salzhaltigen - Wasser entladen, entgiften, entspannen
- am Strand laufen, besonders auf schwarzem Vulkansand; bewusst erden, dafür gibt es Übungen, aber auch Gartenarbeit, Tierhaltung usw. erden
- Entspannungstechniken / Meditation
- für den Notfall Bachblüten Rescuetropfen und ein Antihistaminikum mitführen, da bei dem von uns auszuhaltenden Stressniveau ein kleines bisschen Zuviel wie ein Insektenbiss extreme Reaktionen hervorrufen kann und Entzündungen schwer abheilen
- eigene Wege finden (Abschirmung, Metalle/Magnete)

Besorgt Euch ein Messgerät für hochfrequente Strahlung und ggf. auch für niederfrequenten Strom.

Wenn man Euch oder Eure Kinder mit AD(H)S diagnostiziert und ohne weitere Überprüfung einfach einen Dopaminüberschuss behauptet und Dopaminblocker verschreibt – gebt Euch damit nicht zufrieden. Überprüft das. Und überprüft das Umfeld der Kinder zu Hause und außerhalb.

Ich weiß aus eigener Erfahrung, dass es manchen Ärzten reicht, wenn man ihnen ein paar Symptome, die durch Handystrahlung oder Computer verursacht werden, schildert, wie z.B. Unkonzentriertheit und Rappeligkeit, und schon werden sämtliche anderen Symptome ignoriert und einfach ein Dopaminüberschuss behauptet. Kein Test, keine Überprüfung, nichts, dafür ein Rezept für Tabletten, die einem das Gehirn eindämmen, so dass man das Gefühl hat, von sich selbst getrennt und nicht mehr man selbst zu sein.

Das ändert natürlich nichts daran, dass der eigene Körper Strahlung oder elektromagnetische Felder nicht verträgt. Und mit falscher und sinnloser Medikation hat man zusätzlich auch noch ganz andere Probleme, die man eigentlich überhaupt nicht brauchen kann.

Überprüft es selbständig, ob die Unruhe und Unkonzentriertheit nicht schon dann nachlässt, wenn man sich einfach wieder ein gesundes Leben angewöhnt, ohne sich WLAN und anderer Strahlung auszusetzen. Verkabelt die Computer und Telefone. Das geht auch mit vielen Handies über einen Ethernet-Adapter. Nutzt Handies wirklich nur in Notfällen und außerhalb der Wohnung und schaltet alles aus, was ihr gerade nicht nutzt, vor allem nachts. Nutzt drinnen Festnetzgeräte.

Reduziert vielleicht auch mal die Zeit am Rechner für eine Weile oder vergrößert die Distanz dazu durch längere USB-Kabel an der Tastatur. Und dann schaut mal, ob sich die Unruhe, die Konzentrationsschwierigkeiten und weitere Probleme wie Kopfschmerzen, Verspannungen, Schlafstörungen, Schläpheit und Übelkeit nicht bessern oder verschwinden.

Dasselbe gilt für Menschen, bei denen sich die Konzentrationsschwierigkeiten so langsam zu einer Demenz ausweiten. Diese braucht immer einen das Gehirn belastenden Auslöser wie z.B. Alkohol, Medikamente, Drogen oder eben Strahlung, und kann sich – früh genug bemerkt und gegengesteuert - wieder zurückentwickeln, WENN die auslösenden Faktoren entfernt werden. Das dauert auch gerne ein halbes Jahr und mehr, aber wenn man dadurch völlige Umnachtung, Siechtum und vorzeitigen Tod, Heimkosten, Verkauf der Immobilien und der Möbel vermeiden kann, und sich oder dem Angehörigen wieder eine normale Lebensqualität verschaffen kann, lohnt sich das allemal.

Im Fall von Strahlung ist das prinzipiell sogar leichter, weil diese im Außen einfach abgeschaltet werden kann, anders als Alkohol oder Medikamente, die sich ja in Körper und Gehirn einlagern. Experimentiert damit. Manchmal reicht das Ausschalten des WLANs am Router, das Verkabeln von Geräten, manchmal ist ein Umzug nötig, wenn man dem Sendemasten hinterm Haus nicht anders beikommen kann.

Ja, der Prä-Demente wird sich vielleicht sträuben, bocken und vielleicht auch aggressiv, weil alles für ihn störend wirkt. Aber das ist nicht er, das ist die Störung im Gehirn durch Fremdeinflüsse. Probiert, was möglich ist und beobachtet, ob Besserung eintritt, z.B. wenn Ihr ALLES Strahlende

mal eine Woche oder länger ausschaltet, Abschirmgardinen anbringt und Telefon, Rechner, TV und Musik nur verkabelt nutzt, statt schnurlos. Die paar Tage werden nicht alles wieder rückgängig machen, das Gehirn braucht Zeit zur Regeneration. Aber vielleicht stellt man eine Tendenz fest und der Betroffene selbst merkt ja auch, ob er im Kopf klarer ist und weniger Schmerzen hat.

Wenn die dementen Züge über die nächsten Monate zurückgehen und ihr Eure Maßnahmen dann nochmal erklärt, wenn der Betroffene wieder klarer ist, wird er glücklich sein, wenn ihm das Dahinsiechen erspart geblieben ist. Und nehmt jeden Ernst, der sagt, er müsse sich von Strahlung fernhalten, weil er da unkonzentriert oder krank werde, und deshalb etwas ändern möchte. Blockiert sie dabei nicht, nur weil ihr selbst es NOCH nicht wahrnehmt. Sie könnten Euch mit ihren Schutzmaßnahmen sogar davor bewahren, selbst elektrohypersensitiv zu werden.

Achtet auch auf Strahlung von den Nachbarn. Meidet verstrahlte Räume in Eurer Wohnung, stellt vor allem das Bett und die meistgenutzten Sitz- und Arbeitsplätze an einen unverstrahlten Platz. Hier hilft ein Messgerät schon ungemein, gerade wenn man selbst nicht betroffen ist oder die Belastung so stark, dass man bald nicht mehr unterscheiden kann, wo was herrührt.

Ich erlebe leider immer wieder, dass Menschen sich nicht trauen, gegenüber Verwandten, die Strahlensymptomatik zeigen, mögliche einfache Veränderungen bei der Handhabung technischer Geräte anzusprechen oder anzubringen, und sei es testweise, weil diese dafür einfach nicht offen sind. (Unmöglich, wenn man bestrahlt wird und nicht mehr klar denken kann, dezidierte Analysen anzustellen und abzuwägen!) Sie empfinden es als übergriffig, z.B. bei der Tante ein anderes Telefon anzubringen, wenn das vorhandene extrem abstrahlt, und wollen sich keinen Debatten aussetzen.

Ich halte Euch mal die Alternative dagegen, die ich leider schon mehrfach mitansehen musste, und die ist für die Betroffenen wesentlich übergriffiger, für sie selbst und die Familie eine immense Belastung und für die Erben ein Riesenverlust:

- zunehmende Schmerzen, Kranksein und Dahinsiechen und/oder Demenz und Unselbständigkeit
- Verlust der Lebensqualität Betroffener und Belastung der Familie durch Zeit- und Geldaufwand
- intimste 24h-Pflege Betroffener, kein selbstbestimmtes Leben mehr, sowie keine Freizeit und kaum noch Schlaf für pflegende Familienmitglieder, Überlastung, Überforderung
- Heimunterbringung, Betreuung, Entmündigung des Betroffenen, Räumung und Verkauf der Immobilien und Inventar zum Schleuderpreis für die Aufwendung der Heimkosten mit allen Konsequenzen für den Rest der Familie, die von nun an Vorschriften vom Amtsgericht gemacht bekommt und neben ihrem Erbe ihre Selbstbestimmtheit ebenfalls ein Stück weit verliert
- jahrelanges Siechtum und vorzeitiger Tod des Betroffenen durch Demenz bzw. Verhungern

Falls der Auslöser lediglich Strahlung im eigenen Haushalt war, die man mit Kleinigkeiten selber reduzieren könnte, und nicht etwa mit großem Verzicht, sondern lediglich durch Verkabelung der Geräte, so dass die Symptome des Erkrankten sich zurückbilden können und wieder ein normales Leben möglich ist – ist es das wert, stattdessen so das Leben, Eigentum und die eigene bzw. die Lebensqualität Erkrankter auf viele Jahre bis hin zum Tod zu verjubeln? Denkt drüber nach!

Einem Prädementen ist es die meiste Zeit ziemlich egal, wenn sein Telefon neuerdings anders aussieht, so lange es nicht anders zu handhaben ist. Oft genug weiß er ja nicht mal mehr, was das ist und warum das Ding mit so penetrant lauten Tönen stört. Aber er kann – frühzeitig gegengesteuert - auch wieder normal werden und leben.

Und für die von EHS Betroffenen, die ständig bangen, dass in ihrer Wohnung oder ihrem Haus demnächst ein strahlendes Messgerät für Heizung oder Strom oder ein Funkrauchmelder angebracht werden könnte: werdet aktiv, BEVOR es so weit kommt. Überlegt Euch, wer der letztlich Verantwortliche für die Anbringung der Geräte ist und setzt dem Eure Situation auseinander. Konfrontiert z.B. Euren Energieanbieter damit, was ein Smartmeter für Euch bedeuten würde: Obdachlosigkeit, Siechtum, Hotelkosten, Verkauf der Wohnung, Suche nach einer neuen unverstrahl-

ten Bleibe, was ihr schon 20 Jahre erfolglos getan habt, Umzugskosten usw. und weist Ihn darauf hin, dass er Eure Kosten in Rechnung gestellt bekommen wird bzw. verlangt von ihm die Suche nach einer adäquaten Ersatz-Eigentumswohnung / Haus, da IHR ja bislang über Eure aktuelle Behausung hinaus keinen Erfolg hattet.

Ich hab schon erlebt, dass ein Energieanbieter, der vorher noch groß für smarte Geräte geworben hat, kurz darauf „aus Kostengründen“ von diesem Vorhaben abgerückt ist.

Lasst Euch auf alle Fälle vorher von Eurem Arzt, der sich mit EHS auskennt, Eure Symptome attestieren und die Zusammenhänge schriftlich darlegen. Das kann man immer wieder brauchen.

Wenn Ihr eine Wohnung habt, in der ihr es aushalten könnt, und dann neue Nachbarn ins Haus einziehen, könnt Ihr denen - noch bevor sie sich für einen Telefonanbieter usw. entscheiden – mit diesem Attest oder Gutachten und vielleicht mit einem offenen Brief von Ärzten, die sich auskennen und die EHS-Problematik und Lebensumstände Betroffener darlegen, Eure Unverträglichkeiten erklären.

Seid nett zu ihnen, sie können auch nichts dafür, dass die Welt so ist, wie sie ist. Und nicht gleich komplett überfordern, dafür gebt Ihr ihnen ja die Unterlagen zum Nachlesen. Aber freundlich mitteilen, dass es gut wäre, wenn Ihr Euch mal in Ruhe unterhalten könntet, damit alle gesund im Haus koexistieren können. Dann könnt ihr ihnen darlegen, dass es statt Handystrahlung Alternativen wie Ethernet-Adapter für's Smartphone gibt oder Ihnen Kabel für den PC anstelle von WLAN nahelegen und wenn es sein muss einen Wecker, damit ihr nicht nachts neben deren Handies schlafen müsst. Und seid bereit, das gegebenenfalls zu bezahlen. Bei Wecker, Kabel, Adapter und einem alten Schnurtelefon oder einem strahlenarmen DECT-Telefon seid Ihr schon mit 50-100 € dabei.

Fürs erste reicht es auch schon mal, ihnen eine hübsche Blechdose für's Handy zu schenken und sie zu bitten, es möglichst weit entfernt von Eurer Wohnung zu parken. Wenn sie feststellen, dass die Gesundheitsschäden praktisch jeden betreffen können und ihr ihnen gleich die Lösungen frei Haus mitliefern könnt und ggf. sogar die Kosten dafür zu übernehmen bereit seid, habe ich bisher noch keinen neuen Nachbarn erlebt, der sich dem verweigert hätte.

Viel Erfolg und eine tolle Nachbarschaft wünscht Euch

Christine :)