

電磁波の害について(携帯電話の場合)

有害電磁波は常に体に影響を与えています。特に携帯電話は身近に触れる事が多いことから体に与える影響も大きいです。近年では子ども達の発達への影響も懸念されています。

電磁波による人体への影響

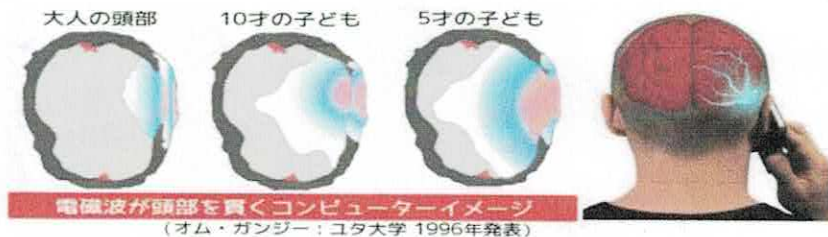
電磁波の特徴として、丸い物に吸収されやすく、頭・目・精巣...etcの中心に集まりやすいです。その集まった所を「**ホットスポット**」といい、より影響が強いと言われています。例えば、携帯電話を耳に当て1分間話すとホットスポットが元に戻るのに約24時間かかると言われています。また

※携帯電話の電磁波は電子レンジと同じ「マイクロ波」の仲間に分類されています。マイクロ波は非常に小さいエリアに高いエネルギーが集中してしまう『**ホットスポット**』という効果もあり、携帯電話を使う場合、電磁波が脳全体でなく、特定の一部分に集中して吸収されているかもしれないというのです。動物実験では携帯電話の電磁波により、細胞のダメージが遺伝子レベルで起こっているという証拠も出てきているそうです。遺伝子が傷つくということは、がんになる可能性を示しています。実際に携帯電話を使用するのが右耳か左耳かによって、脳腫瘍の発生する率が、それぞれ、右側、左側に高くなるという研究結果も出ています

生殖器(卵巣・精巣・子宮・卵子・精子)機能低下・精子、卵子の数の減少、質の低下・男性機能の低下・子宮内膜症・卵巣嚢腫・不妊・月経不順・頭痛・不眠・アレルギー・うつ・静電気・皮膚の乾燥・自律神経の乱れ・不安感や緊張感・腹痛・気分の変動・免疫の低下・酸化ストレスの上昇・糖尿病のリスク・血糖値の上昇・酵素の働きを阻害・腸内細菌叢へのダメージ

電磁波の影響から避けた方が良い行為

- ・携帯電話を耳に当てて話す→脳や目に影響
- ・携帯電話を胸ポケットに入れる→心臓に負担
- ・ズボンのポケット→精子の奇形、機能不全



特に、乳児・幼児・学童は、頭蓋骨の締りがゆるいため、大人よりずっと影響が大きいことが解ります。

電磁波の影響を減らす為には？

- ・ バッグに入れて持ち歩く
- ・ 出来るだけスピーカーホンで話す
- ・ Bluetoothイヤホンは使わない
- ・ 寝るときは機内モード
- ・ 寝るときは少なくとも2 m以上体から離す
- ・ 使わない時はWi-Fiを切る
- ・ 子どもにもたせない
- ・ ゲーム等、時間を決める

～子育てを頑張っている親御さん達へ～

公共の場で周囲への気遣いから、動画を見せて大人しくさせたり...など何とか騒がないように携帯を駆使するご家庭も多いのではないのでしょうか。しかし、脳への害を考えるとその対応ではなく、まずは子どもの体を大事に考え、社会全体で育てていきましょう。

積極的にデジタルデトックスする

日常的にデジタル毒にさらされていると、どんどんその毒が溜まっていきます。たまには、携帯やパソコンを使わない時間や日を作り、電子機器から離れた、体に帯電させない生活を数日作ってみましょう。そうする事によって、体に溜まったデジタル毒の悪影響が少しずつ抜けていきます。

- ・ 生体内アーシング(人に触ってもらったり、さすってもらう事で体内に溜まった電気が流れていく)
- ・ 裸足で土や砂の上を歩く、立つ
- ・ 観葉植物を置く(空間に漂う電磁波を流す)

※携帯を体から離して寝るようにして、しばらくしてから、たまに頭の近くに置いてみると今まで気付かなかった様な圧を感じる事があります。それだけ携帯から発する電磁波の影響が強い事に、一度離れてみる事により分かることがあります。