

十個電磁波安全措施

建議 #1: 當你不在使用手機通話的時候，別讓手機發出訊號。

當我們開啟手機或平板電腦的「行動數據」或 Wi-Fi 時，這能使我們不斷地接觸無線電磁波。為了減少電磁波對健康的危害，平時可以關掉「行動數據」和 Wi-Fi，只使用一般有待機狀態的電話和簡訊(SMS)。若要使用「行動數據」或 Wi-Fi，建議只短暫地用來下載新訊息，接受之後，馬上關掉「行動數據」或 Wi-Fi，在離線的情況下繼續閱讀剛下載的訊息。

睡覺時，建議開飛航模式或者置於遠處。

當訊號很弱，手機通常會提高輻射。建議在這時，也應切換成飛航模式，只偶爾關閉飛航模式，跟身體保持一公尺以上的距離，使用耳機或擴音機。

圖 1. 安卓設定選單



安卓智慧型手機的步驟

先到設定主選單(從上面向下滑動，再點選齒輪圖示)。若只需要通話和 SMS 簡訊，不需要網路，先確定沒有開「飛航模式」(設定 > 「飛航模式」)再取消勾選「行動數據」(設定 > 測量監控 > 行動數據)。我們也可以關閉「Wi-Fi」(設定 > Wi-Fi)，只偶爾開一下看有沒有新的訊息或下載訊息然後再關閉。若要開啟「飛航模式」，先到設定 > 飛航模式 然後開啟飛航模式。

圖 2. 蘋果手機設定選單



蘋果手機的步驟

不需要網路，只需要通話和 SMS 簡訊的時候，建議關閉「Wi-Fi」、「藍牙」及「行動網路」。為了通話和 SMS 簡訊的功能，也要關閉「飛航模式」。

11:00pm 以後直到清晨，不需要所有通訊的時候，建議開啟「飛航模式」。

為何要對高頻電磁波謹慎:

- 美國國立衛生研究院(NIH) [NTP 大規模的研究](#) 指出，兩年上老鼠每天接觸九小時的非熱(nonthermal)高頻電磁波之後，腦瘤及心臟瘤的發生率顯著提高了。
- 2011 年 2 月，研究人員 [Volkow](#) 在美國醫學會期刊(JAMA)發表了美國 NIH 進行的研究，指出 50 分鐘的手機使用會影響頭部的葡萄糖代謝。
- 根據 Interphone 研究，十年中每天使用大約 30 分鐘手機的人會增高癌症罹患率。

其他有趣的事實:

- **癌症潛伏期:** 癌症常常需要幾十年的潛伏期才會出現。例如，抽菸造成的肺癌平均潛伏期大約 20 年。多半的研究，觀察十年以上，會觀察到癌症風險的提高。(例外是一項產業贊助的丹麥研究，但那項研究排除了較容易受到影響的族群，如手機使用率高的商業人及較容易受到影響的少年。)
- **年輕人的風險較大:** 瑞典研究人員 [Leonnart Hardell](#) 發現 20 歲以下的孩子的腦瘤罹患率比 20 歲以上的成人多。 [Ronald Herberman](#) 也發現年輕人(**young adult**)的腦癌罹患率在增加。現在已有很多 [公共衛生機構](#) 建議年輕人完全不用手機。

建議 #2: 別將手機放在靠近耳朵或口袋的位置!

除了(a) 限制手機使用時間以外，(b) 延伸身體與手機的距離是我們最好的降低高頻電磁波的辦法。避免將手機放在靠近耳朵的位置、襯衫口袋、褲袋或其他貼身的位置。很多[手機手冊](#)也提醒，要跟手機保持一點距離才能避免超過現行安全標準。該[標準](#)已經太寬鬆，所以即使廠商提出距離建議，其建議不見得足以避免電磁波的危害。

雖然些微距離可以降低高頻電磁波，但在某些情況下，高頻電磁波強度仍然可觀。



圖 3. 為訊號弱處的強度(391 mW/m²)



圖 4. 距離手機 22 公分時，強度縮減了大約 11 倍到 36 mW/m²，但仍然有紅色的預警燈。

擴音機、耳機和簡訊可以讓我們增加與手機的距離，降低高頻電磁波強度，但根據上方的圖片，強度還高於某些組織的[安全標準建議值](#)(強度應低於 1 mW/m²)。(建議最好不要使用藍牙耳機。)

除了高頻電磁波以外，智慧型手機也有一些來自 LCD 螢幕和其他電子功能的極低頻/中頻(kHz 範圍)電磁波，有些[調幅\(AM\)收音機](#)可以偵測得到。只要與手機螢幕保持幾英吋的距離就可以降低極低頻/中頻電磁波。

為何要謹慎:

- 專家不僅擔心手機與腦癌的關係。根據美國 Environmental Health Trust 組織，有些女生將他們的手機放在胸罩裡，後來那裡就出現腫瘤。此外，手機也能增加其他疾病的風險，如[唾液腺腫瘤](#)、[耳鳴](#)、[不孕症](#)、記憶力減退和很多其他生物效應。
- 根據腦外科醫師 Russell Blaylock，多半的神經系統疾病不會馬上出現。因為我們的頭腦相當強韌，等到大約四分之三的神經細胞在某一個頭腦區域都死了之後，我們才會察覺到出現了問題。到那時，很難恢復神經系統的健康。即使現在我們還沒有顯著的症狀，最好也要早一點開始預防。
- 請參考 [25 項研究: 在低於 1.6W/Kg 的 SAR 值仍然有不良的生物效應](#)。甚至在 0.0004 W/kg SAR 值的電磁波之下，防止毒性化合物進入頭腦的血腦屏障(blood-brain barrier)也會開始滲漏。
- 若我們以[平方反比定律](#)來計算電磁波強度和對照[健康效應表](#)，我們會發現若手機在使用尖峰強度，距離手機一公尺之後，仍然會有生物效應。

其他有趣的事實:

- [SAR 標準](#)只顧及熱效應，但我們現在有很多科學研究報告指出高頻電磁波也會有非熱效應。(譬如，上述提及了最近透露出來的 NIH NTP (National Toxicology Program) 研究消息，顯示的確有非熱效應。) 其實，SAR 的標準是將一個比一般人大頭的腦模型當作基準。此外，SAR 標準也提供時間和空間的平均數值，但這樣容易忽略身體上的「熱點」(hot spots) 和較危險的脈衝電磁波。因為廠商可以在距離身體跟頭腦不同的距離來測量 SAR 值，沒辦法真正使用 SAR 值來比較不同廠商的手機。
- 不同的電訊調制(modulation)有不同的性質。有研究比較 UMTS/WCDMA，GSM 和 CDMA 對生物的不同危害，就發現有些調制對身體危險較高。我們需要獨立的研究才能知道不同頻率、調制(modulation)和科技世代(譬如，新的 4G 和 5G 科技)會對人體健康有什麼差別。

建議 #3: 以乙太電線(Ethernet cables)取代無線網路。



圖 5. 無線 IP 分享器

許多國家的公共衛生機構提醒我們，無線網路可能對身體有危害。即使沒有人上網，無線 IP 分享器(路由器)也會不斷地發送訊號，讓我們長期接觸高頻電磁波。若必須有 Wi-Fi，儘量選擇強度較弱的 IP 分享器-- 有的非常強，有的非常弱，甚至也有些讓我們從設定選單中調整強度。可以選一個較弱的無線 IP 分享器，再與它保持一到三公尺以上的距離。在晚間，若沒有人在使用無線 IP 分享器，可以試試拔掉無線 IP 分享器的電線。

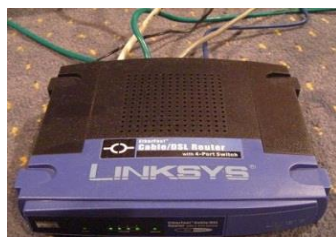


圖 6. 有線 IP 分享器

以有線網路取代無線網路。 若有選擇，儘量使用有線網路。有些無線 IP 分享器的設定選單中有關掉無線網路的選項，否則可以換成有線 IP 分享器。之後用乙太(Ethernet/RJ45)電線來連接電腦和 IP 分享器。在電腦設定中選擇停用無線網卡。(電磁波過敏症患者也必須留意 IP 分享器和乙太電線會提高身體電壓(身體和接地線的電壓差距)和中頻(kHz)電磁波的接觸。請參考怎麼將 IP 分享器或交換器接到地線。)

很多電子電器提供選擇讓我們開啟或停用 Wi-Fi 和「行動數據」(平板電腦、iPads、iPods、Kindles、影印機、照相機、電動遊戲機器、等等)。建議只在下載訊息、影片、遊戲、等等，時，開啟 Wi-Fi，在離線時繼續閱讀或觀看影片。其他的時間，可以關掉 Wi-Fi 和「行動數據」，開啟飛航模式或者完全關機。否則，有些電子電器，一插進插座之後就會不斷地發送訊號。若非用 Wi-Fi 不可，可以買一個 USB Wi-Fi 網卡和 USB 延長線來遠離 Wi-Fi 發射機，之後停用本來內建的 Wi-Fi 網卡，改用新的 USB Wi-Fi 網卡。

如何停止或啟用無線網卡(Microsoft Windows 7): (開始 > 設定 > 控制台 > 網路和網際網路 > 檢視網路狀態及工作 > 變更介面卡設定。將滑鼠移至無線網路連線的項目上，然後從滑鼠的右鍵選單選擇「停用」或「啟用」。

Windows 8: 從右面向左滑動，再點選齒輪圖示(設定)。選擇 **Wireless**，關閉 Wi-Fi。

找到筆記型電腦的 Wi-Fi 開關: 有的筆記型電腦的外殼有 Wi-Fi 開關，有的有按鍵組合，如 Fn+F2，可以用來停用或啟用 Wi-Fi。

建議 #4: 小心 DECT 無線電話基座和 DECT 嬰兒監視器



圖 7. 無線電話

幾個國家的公共衛生機構提醒我們要小心無線電話基座及嬰兒監視器(參考附錄)。這種基座不斷地發送高強度的訊號。因為有一些高強度的短暫脈衝和脈衝之間沒有訊號，平均的強度看來很低，但實際上每一個脈衝的強度很高。看廠牌，有的無線電話話筒也不斷地發送訊號，甚至要將電池取出，高頻電磁波才會停掉。最好以有線電話取代無線電話。或者，尋找提供待機狀態的舊式類比(analog)無線電話，至少它不會不斷地發送訊號。



圖 8. 無線嬰兒監視器

DECT 嬰兒監視器也不斷地在發送訊號，這對嬰兒健康不好。有的 DECT 嬰兒監視器有相當強的高頻電磁波，甚至一公尺的距離也不夠降低電磁波強度。若一定要用無線嬰兒監視器，建議使用舊式類比嬰兒監視器。有些國家提供聲音激活(voice-activated)的嬰兒監視器(只有室內發出聲音的時候才會發送電磁波)。

為何要留意無線電話及無線嬰兒監視器的危害:

- 瑞典研究人員 Leonnart Hardell 的研究報告指出，無線電話的風險跟手機相似。
- 在家庭裡，無線基座的強度跟附近行動電話基地台相似。請參考距離建議表。

建議 #5: 認出室外高頻電磁波發射機(如圖 9)，不要常停留在離行動電話基地台 400 公尺以內。



圖 9. 行動電話基地台

在廣播塔、電視塔、行動電話基地台和高壓電塔附近，癌症和其他症狀的發生率較高(包括梵蒂岡廣播塔、舊金山的 Sutro 電視塔和許多行動電話基地台。)

廣播塔和電視塔的管理較嚴格，所以不是那麼普遍。行動電話基地台的管理較寬鬆。自從 1996 的美國電信政策(Telecommunications Act of 1996)，行動電話基地台愈來愈普遍。最好不要常停留在離行動電話基地台 400 公尺以內的地方。

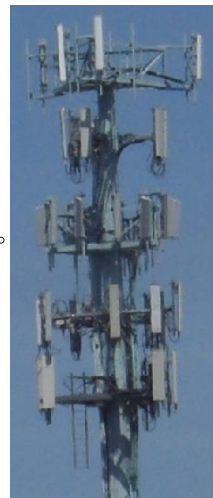


圖 10. 行動電話基地台

為何要關心行動電話基地台:

- 許多研究報告指出在離行動電話基地台 300 到 400 公尺的半徑，癌症和其他的症狀發生率較高(Santini、Wolf 及 Wolf、Eger、等的研究。)
- 行動電話基地台的強度，雖然比手機低，但是發射機不斷地在發送訊號，強度也仍然超過能造成不良效應的強度。作者 Levitt 和 Lai 在 *Environmental Reviews* 期刊發表研究報告，列出很多有關低強度電磁波的研究。

相關的預防措施:

- **智慧型電表** 是一種新的無線電科技，可以讓電力公司節省抄表人力。然而，此科技也帶來很多風險。加州曾經有逾 57 個縣市都反對此電表安裝計畫，擔心對健康的危害、隱私權、電費計費問題及失火風險等。有些智慧型電表模型的訊號比手機強而且頻繁，整天發送訊號。若住在集中發射器(collector)附近，要特別注意。
- 水表和瓦斯表也開始有無線的模型，有些有近距離無線抄表系統或車載無線抄表系統(drive-by)，讓抄表人從房子外面方便抄表。跟智慧型電表比起來，有的車載無線抄表系統的強度較小。儘量保持距離但不必過度擔心。
- **高壓電塔及高壓電纜線**附近的交流磁場很高，建議要保持 150 公尺以上的距離。除此之外也有其他交流磁場的發生源。比方說，有些高交流磁場的案件也是因為**錯誤的電線裝設**造成的。加州電磁波方案派 Karl Riley 去調查該錯誤。有的錯誤，如「ganged neutrals」和「neutral to ground connections outside the main service panel」，是可以修改的。
- 一般電子電器，如插電式鬧鐘也有交流磁場，但通常只需要保持一公尺的距離就會降低交流磁場的強度到建議的一毫高斯以下。然而，除了高頻電磁波和極低頻電磁波以外，電子電器也會發出別種電磁波。之後也會提及交流電場和中頻電磁波。



圖 11. 智慧型電表



圖 12. 高壓電塔

建議 #6: 避免使用調光器，也以 LCD 電視取代等離子 (Plasma) 電視



圖 13. 調光器

避免使用調光器，因為發送的電磁波包括很廣泛的頻率頻譜範圍(broad-spectrum ELF/LF/MF kHz frequencies)，是 50/60 赫茲的倍數。一個較敏感的傳統調幅收音機 (AM radio) 可以偵測到這些電磁波的干擾。在某些情況下，這些電磁波會傳導到家裡的電線上，使整個家庭環境受到該電磁波污染。建議以一般的電燈開關(on-off

dipole switches) 取代調光器。一般的開關只有 50/60 赫茲的頻率。

許多有關電磁波預防措施的書都提及要避免調光器，如《*Overpowered*》、《*Zapped*》、《*Prescriptions for a Healthy House*》、《*Radiation Rescue*》("Experts' Action Plans") 和《*The Powerwatch Handbook*》。

等離子電視(Plasma TV)也發送非常強的中頻電磁波。強度比 LCD TV 高好幾倍。根據 Grundig G8 Traveler 收音機的測量值，距離 LCD 電視大約 2 公尺的強度等同於距離 Plasma 電視 12 公尺的強度。牆壁的電線可能會傳導該電磁波。因此，當我們開啟 Plasma 電視時，整個屋子裡可能會有電磁波的污染。若無法以 LCD 或 LED 電視取代 Plasma 電視，請限制使用時間，看完之後要切記關掉電視。

為何要對心調光器及 Plasma 電視的中頻電磁波特別注意:

- 一個廣播台只占一個小頻率範圍，但 Plasma 電視和調光器有很廣泛的頻譜範圍，甚至沒有廣播台的頻道也會受到干擾。有一位業餘無線電設備(ham/amateur radio)操作人員稱 Plasma 電視為射頻干擾之母 ("mother of all RFI producers") 因為它的強度實在非常高，可以覆蓋 0.25 英里的距離，干擾到無線電設備。

相關預防措施:

- 投影機也有中頻電磁波，應保持一公尺以上的距離。

建議 #7: 以白熾燈(incandescent light bulb)取代節能日光燈(CFL)。

節能日光燈 (右方)，會造成較高的 [中頻電磁波\(kHz range\)](#)、UV 紫外線和藍光。此外，摔破的燈泡會漏出一點毒性的汞(Hg)。若沒有其他的選擇，建議保持兩、三公尺以上。

鹵素燈(halogen) 可能會有較高的交流磁場，但只要保持一公尺就會降低該交流磁場。

- 最好以**白熾燈(Incandescent)** 取代節能日光燈(CFL)。即使它既過時又不節能，仍然比節能日光燈安全。
- 次等的選擇是 LED 燈或**鹵素燈(halogen)**。LED 燈也有些中頻電磁波及藍光，所以建議還是保持一公尺以上的距離。至於藍光危害，暖光燈泡可能會比清爽白色光燈泡安全。)



圖 14. 節能日光燈

買電燈時，也要避免建議#6 提及的有**調光器**的電燈，因為有中頻電磁波。

提醒: 電磁波過敏症患者也必須注意電燈電線的交流電場。電燈一插電時，電線就會有交流電場。可以使用屏蔽的電線或[將電燈接到地](#)，要不然跟電線保持適當距離。

建議 #8: 使用筆記型電腦時，最好 (a)跟電腦和螢幕保持一點距離、(b)拔掉電線，直接使用電池和(c)以有線 USB 鍵盤和滑鼠取代無線鍵盤和滑鼠和!

保持距離: 不要將筆記型電腦放在腿上。筆電的交流磁場、高頻電磁波(若使用無線網路)、交流電場(若插電)和中頻(kHz)電磁波都可能有危害。最好跟電腦和螢幕保持 2 英尺以上的距離，並跟鍵盤和滑鼠保持一英尺以上的距離。(為了放大字體，可以選擇較低的解析度(screen resolution)。)

使用筆電時，建議拔掉電線，使用電池: 筆電的電線上有一個小變壓器，會將交流(AC)電場轉換成直流(DC)電場。因為它產生的中頻電磁波會傳導在電線上，最好買一台有長效電池的筆電，充電之後再拔掉使用。

若無法使用電池，將電腦接到地: 若筆電的電線有兩腳插頭而沒有第三腳的接地線，當我們插電時，我們的身體電壓(身體跟接地線的電壓差距)可能會超過德國建築生物組織的 [SBM 2008 安全標準](#)。可以使用接地線來將 [電腦接到地](#)，把電腦 USB 端口連接到插座的接地孔。(前提是，要先使用相位測試器(outlet tester)來確認插座也接到地，而且也能接受三腳插頭。)

從設定選單中，選擇停止筆電的無線網卡: 不需要無線網路時，最好以有線網路取代無線網路，使用乙太電線。阿根廷研究指出，若男生將筆電放在腿上，電腦的 Wi-Fi 會降低精子活力和增加精子 DNA 斷裂。

為何要對筆電的電磁波謹慎:

- 高頻電磁波和交流磁場都被列為 IARC 2B 組致癌物。
- 中頻電磁波占很廣泛的電磁波頻譜，因此也帶來健康風險。

建議 #9: 注意家用電器的電線和牆壁後面和地底下的隱形電線。

電燈和插電式鬧鐘平常沒有接到地，因為插頭缺乏第三腳的接地線。最好以 [電池式鬧鐘](#) 取代 [插電式鬧鐘](#)。即使電燈是關掉的，它的電線若插進插座裡也會有交流電場。一個有執照的專業電工可以 [將有金屬的電燈接到地](#)。(前提是，要先使用相位測試器(outlet tester)來確認插座也接到地且能接受三腳插頭。)

家裡的電線常常在牆壁後面和地底下。從總開關直到插座或電燈的開關，這些電線也會不斷地產生交流電場。幸好，很多辦公室的建築使用屏蔽的金屬包軟管(metal-clad wiring)，因此幾乎沒有發出交流電場，但很多家庭使用塑膠(PVC、Romex)非屏蔽電線(unshielded cable)。

降低睡眠地區的交流電場特別重要，因為交流電場會使血中的褪黑激素含量減少。最好將床放在較低電壓的區域並且使用 [沒有金屬的床框架\(木頭\)](#)。或者，晚間可以在總開關關掉一些關鍵的斷路器(circuit breaker)，從別的房间拉近屏蔽的延長電線。為了方便，有些較敏感的人甚至裝了 [可遙控](#) 的斷路器。

為何要留意交流電場:

- 晚間接觸電磁波會減少血中的褪黑激素含量，跟燈光相似。
- 神經元藉著非常弱的電場而溝通 (Dr Anastassiou et al)，因此，交流電場略強可能會受到電磁波干擾。
- [交流電場](#) 會干擾身體各方面的恢復，因為我們身體對非常小的電壓梯度(voltage gradients)敏感(參考 Robert Becker，《*The Body Electric*》和 Martin Pall 發表 [關於電壓敏感性離子通道的報告](#))。
- 最近的 [雙盲研究報告](#) 觀察了一位電磁波過敏症患者，結果發現電場的開關轉變 (on-off field transitions) 對健康有危害。

建議 #10: 要整體看健康因素，包括電磁波、飲食主張、等等。

因為高頻電磁波能使血腦屏障的滲透率提高，這會讓原本不能進入頭腦的物質進入。因此，我們不僅要減少電磁波的接觸，也應注意我們的飲食習慣。電磁波和毒性化學物質的組合會比電磁波與毒性化學物質單獨的影響更大。根據美國 Environmental Health Trust 組織，[有一項研究報告](#)提出若兒童接觸鉛、又較常使用手機通話，過動兒(ADHD)症狀的風險會提高。除了血腦屏障以外，其他緊密連接的屏障(tight junction barriers)也許也會受到類似的影響。德國建築生物學([building biology/bau-biologie](#))也關心家裡的電磁波和化學物體。

抗氧化劑

幸好，良好的飲食習慣會降低電磁波的危害。有些研究報告指出抗氧化劑，如維生素 C 及 E 可以對抗高頻電磁波產生的自由基。(有多於 20 項研究報告證實高頻電磁波會產生自由基。請參考[對抗電磁波的飲食主張](#)。

太陽光產生的維生素 D3 和在黑暗中產生的褪黑激素 (Melatonin)

- 巴黎笛卡爾大學教授 Dominique Belpomme 發現很多電磁波過敏症患者血中的維生素 D3 含量太低。為了取得維生素 D3，可以多曬太陽或食用維生素 D3。
- 晚間產生的褪黑激素，是我們身體清除自由基最好的化學分子之一。由於燈光和電磁波可以干擾到褪黑激素的產生，應睡在黑暗的房間和電磁波強度低的區域。

其他指導原則:

- 建議每個禮拜有幾天花 30 分鐘到一小時運動，如走路。這樣的適度運動對頭腦損傷有幫助，但要避免過度運動。
- 因為金屬能產生天線的作用，最好減少所有身體上的金屬，包括金屬植入物、有金屬邊的眼鏡框、含金屬的牙套、護齒套和含金屬的首飾和腰帶。¹
- 注意有些食物和維生素會提高身體中的金屬含量。最好避免還原鐵(“reduced iron”)的添加物並且限制「不結合鐵」(Heme iron) 含量高的食物，如紅肉。腦外科醫師 Russell Blaylock 建議不要同時食用維生素 C 和喝茶，否則可能會過度吸收茶中的鋁。若吃含汞的魚，建議同時吃大蒜。
- 若要看牙醫，請留意氟、銀汞合金填充物和其他金屬填充物的可能危害。金屬會增加局部的電磁波能量吸收。電磁波也能導致汞從銀汞合金填充物中進入身體。可以按照 IAOMT (國際口腔醫學及毒物學院)的標準排汞流程，將銀汞合金填充物換成白色填充物(composite fillings)。
- 請注意流感疫苗和其他疫苗是否含有鋁或汞，兩個元素都對頭腦有不良影響。
- 選擇農藥殘留含量較低的食物，尤其是常常有高農藥含量的食物。可以買有機食物，但也要注意有機食物不見得代表真正沒有農藥，也不保證沒有重金屬。)
- 避免興奮性毒素(excitotoxins)，如天冬氨酸 (Aspartic acid)、味精(MSG) (廠商常用其他名稱標示同樣的化合物)。最好也要避免人工甜味劑，如 Splenda、aspartame、erythritol、等等。
- 避免基因改造的食物。很多食物沒有標示出是否基改的。
- 喝過濾、沒有加氟的水。
- 避免會產生促進發炎的 carrageenan 添加物。
- 最好以耐熱的玻璃瓶取代塑膠水瓶，這樣可以減少水中的化學物浸出水中。若需要塑膠產品，#1，2，4，5 較安全，避免 [PVC's \(#3\)](#) 和 #7。最好不要選擇有強味道的塑膠，否則會吸入它排出的化學氣體。
- 避免人工色素染料。

¹ Kane,33-34

附錄: 參考資料

政府和公共衛生建議:

1. 2011年5月, 世界衛生組織將高頻電磁波定為 IARC 2B 組致癌物 (possibly carcinogenic), 如同鉛和 DDT。(2002年, 交流磁場早就被定為 2B 組致癌物)。 <http://well.blogs.nytimes.com/2011/05/31/cellphone-radiation-may-cause-cancer-advisory-panel-says/>
2. 2011年5月, 歐洲議會(European Council) 提醒我們要小心來自手機、Wi-Fi、WLAN、WiMAX、DECT 無線電話和無線嬰兒監視器的電磁波。歐洲議會也建議在學校禁止安裝該技術, 並呼籲大家保護電磁波過敏症患者。 <http://www.telegraph.co.uk/technology/mobile-phones/8514380/Ban-mobile-phones-and-wireless-networks-in-schools-say-European-leaders.html>
3. 2011年, 俄國的 RNCNIR 報告警告我們, 小孩的手機使用可能會產生健康不良效應。 <http://electromagnetichealth.org/electromagnetic-health-blog/russian-report/>
4. 2010年7月, 以色列衛生部警告民眾不要過度使用無線電話。 <http://www.globes.co.il/serveen/globes/docview.asp?did=1000576383&fid=1380>
5. 2009年2月, 歐盟國會壓倒性地通過有關電磁波與健康的決議案, 提醒我們很多無線科技, 如手機、Wi-Fi/WiMAX、藍牙和 DECT 無線電話有潛在的危險, 並呼籲設置基地台和無線發射器遠離學校和醫療保健機構。 <http://www.europarl.europa.eu/oeil/FindByProcnum.do?lang=en&procnum=INI/2008/2211>
6. 2006年1月, 德國政府的健康保護機構建議使用有線科技代替無線 DECT 電話、無線網路和藍牙等無線設備, 及設置無線路由器(無線 IP 分享器)離人遠些。 <http://www.wiredchild.org/government-alias.html>

參考其他公共衛生的建議

Copyright © 2016 保留所有權利

本文不在專業醫師的指導之範圍。建議讀者在做出任何相關決定之前, 先查證和與醫師或其他專家討論。

本文盡力提供正確的資訊, 但不保證所有資料的完整性、正確性以及即時性。本文及其作者不負任何法律責任。任何人因信賴此資料而做出或改變任何決定前, 須自行承擔結果。本文將不對任何因閱讀該文章而引致之損失負責。

本文基於方便提供超連結到其他網站, 但不負責修改其他網站。本文無法保證其內容之正確性與可靠性, 建議使用者自行判斷。

本文內所有商標及任何服務商標、公司或產品的名稱都屬於各公司的財產。