

Jarní DETOX od ELEKTROSMOGU

Kamil Pokorný, www.elektrosmog-zony.cz

Elektrosmogu se bát nemusíme – většina obav bývá naštěstí zbytečná. 😊

Sami můžeme totiž dost dobře eliminovat ty nejsilnější vlivy vyzařování, protože se jimi sami obklopujeme. Dopřejte organismu doslova detox – jednoduše aplikací několika rad níže. Vysvětlíme si několik jednoduchých ale zásadních způsobů, jak si od zbytečné zátěže i obav ulevit. 😊

Stačí pár informací, možná pár úprav doma nebo ve způsobu používání některých spotřebičů, a tím si uděláme slušný detox mysli (zbavíme se nejistoty a strachů) a těla (přestaneme na něj vyzařovat některým zařízením doma). Pro tělo to bude skutečný detox, protože proměnlivé elektromagnetické pole na nás samozřejmě vliv mívá, a většinou úplně zbytečně, díky neznalosti této problematiky. Například, pokud zbytečně necháváme doma běžet WIFI, na plný výkon i čas.

Říkává se „Nejhorší smrt je z vyděšení“. A já bych dodal – z neznalosti. Člověk se bojí toho, o čem neví a nemá další informace. Ale řešením není nějaká rizika podceňovat a ignorovat. To platí ve všech oblastech. Můžeme mít pozitivní mysl, a zároveň jsme zdravě opatrní před auty na silnici a stejně tak snažíme třeba nesníst nic jedovatého. Vysvětlujeme dětem, že nesmí vběhnout do silnice nebo sníst zkažené jídlo, ale neuvědomujeme si podobná rizika v některých jiných oblastech. Rozumnější je, pochopit ze správných a relevantních informací, před čím si dát pozor. A já mohu s radostí potvrdit, že téma elektrosmog nemusí být žádný strašák a většinou se dá velice dobře nezdravé zátěži elektromagnetických polí vyhnout správným používáním moderních vymožeností. 😊

U jídla jsou mnozí opatrní na nezdravé tuky, cukry, éčka, ale chybí jim informace, jak se vyhnout podobně škodlivému záření. Přitom není třeba mít přehnané obavy. V mnohaleté praxi vidím, že často lidé mají například obavy z vysílačů na své střeše, nebo „naproti“. Ale pokud není obdélník vysílače nasměrován svojí středovou kolmou osou (směrem) přímo na okno, naměříme již slabou intenzitu a paradoxně mnohem silnější vliv naměříme například z WIFI routeru, který máme přímo doma. To se ale dá snadno vyřešit, a je po starosti. 😊

Čeho se není třeba bát a jak na to jít chytré:

Dětské chůvičky: Vyberme s takovou funkcí, aby nevysílala přenos zvuku trvale, ale pouze při pláči.

Dětské monitory dechu: Nevadí vůbec. Vyzařují (alarmují) pouze okamžik při zástavě dechu, ten je však životně důležitý.

Tablety, notebooky: Jejich vyzařování naprosto eliminujeme, když je používáme bez připojení do zásuvky (tedy na baterie) a pro připojení na internet využijeme zdířku USB, nebo Lightning konektor. Stačí si pořídit redukci – adaptér (USB – Ethernet adapter), který má na druhé straně zdířku pro běžné kabelové připojení (ethernet) a nemusíme WIFI síť používat. 😊

WIFI síť od sousedů: Jejich vliv opravdu téměř nevadí (pokud nemají silný router hned za vaší zdí), protože výkonově jsou velice oslabeny silnější zdí a ještě lépe panelem. Plné čárky zobrazují dobrou použitelnost sítě, přitom výkon naměříme analyzátozem klidně slabý. Dnes jsou přenosové technologie tak vychytané, že jim stačí slaboučký výkon a přitom je signál pro přenos již plně použitelný – to pak jsou ty „plné čárky“. Pravda je, že naprostá většina signálů od sousedů nám neškodí. Zásadní ale je, vypínat svoji WIFI, která je přímo v bytě, aspoň na noc určitě. Lze využít levnou časovací zásuvku a nastavit si, aby se napájení WIFI routeru alespoň na dobu spánku samo vypnulo. Od poskytovatele

internetu si vydupat vstupní router bez WIFI a využít kabelové připojení, nebo připojení provedené přes fázový rozvod, aby se nemuselo všude vrtat a rozvádět datový kabel a zásuvky. 😊

Moderní nové TV: Kolem plochých displejů naměříme pole jenom do půl metru. Pokud je postel v ložnici půl metru od ploché TV, už není problém. 😊

Lampičky u postele: Pokud je odsuneme alespoň třičtvrtě metru od polštáře, včetně přívodního kabelu, pole z „živé“ fáze už na polštář a hlavu nedosáhne. 😊 Nabíječky mobilu aspoň metr!

Mobil u postele: Stačí v nastavení mobilu vypnout datové přenosy a WIFI a Bluetooth. Pak není potřeba ani dávat letový režim a člověk může zůstat klidně na příjmu na sms a volání. Mobil se v klidové pozici na síť hlásí jen po delších časech, jen několikrát za noc a mezi tím je pasivní jako při režimu „letadlo“. Ale stejně bych jej položil dál, než na noční stolek u hlavy. 😊

Množství SAR (vyzařování) u mobilu: Na běžné vesnici, natož ve městě, bývá signál dostatečný a mobil to pozná a při hovoru vyzařuje kvůli výdrži baterie často jenom polovičním výkonem (poloviční SAR), i méně. Pokud potřebuji někde v lese pomoc, je lepší, když mobil umí vysílat i větším výkonem (má vyšší hodnotu SAR), a dokáže se i se vzdálenějším vysílačem propojit. Jinak běžně plným výkonem zdaleka nevyzařuje. 😊

Osvětlení: Lépe je šetřit své oči a zdraví, než peníze za nižší spotřebu. Vyhnout se všem zářivkám, i těm kompaktním se závitem E27, i dvojtubicím „DZ“ v lampičkách. LED žárovky si vybíráme s označením „neblinkající“, v obchodě poznáme ty více blikající tak, že se na světelné zdroje podíváme kamerou v mobilu. Běžná LEDka neviditelně bliká jako rychlý stroboskop a přes displej „pojedu pruhy“ díky interferenci se snímkovým kmitočtem kamery. Pokud pruhy nevidíme, tato LEDka nebude zatěžovat sítnici a nervový systém blikáním. 😊

Ještě velmi pomůže, vybrat si světla s napájením rovnou do zásuvky, na 230 V, ne přes adaptér na 12 V. Při fázovém napájení 230 V tečou 15 x menší proudy a okolní pole se velmi zkrátí. Výborné je, kovovou kostru svítidel, i lampičky, uzemnit. Přestane pak bolívat hlava. 😊 Děti se lépe soustředí a učí, když mají lampičku a šňůru alespoň metr od hlavy a není tam trubice, ani LED (ani od firmy Zdravé světlo, protože jejich zdroje nabízí pouze lepší barevné podání, ale vyzařování mají stejně agresivní, podle typu světelného zdroje). 😊

Bezdrátové přenosné telefony (Dect): Kdo je na přenosný telefon pevné linky zvyklý, nebo jej musí v kanceláři používat, velmi si uleví, když si pořídí verzi s označením ECO. Jeho základna na rozdíl od starších telefonů už nevyzařuje trvale, ale jenom při volání, a ještě omezuje výkon jenom na takový, aby pro spojení stačil.

Dobrá zpráva: Řešení je většinou snadné a nemusíte zbytečně vyhazovat mnoho tisíc za nefunkční harmonizátory a odrušovače. V mnohaleté praxi se mi jako řešení nejlépe ukazuje selský rozum a jednoduchý logický přístup – reálně zjistit (změřit), co a do jaké míry skutečně v bytě vyzařuje a ty zdroje vypínat, eliminovat, vzdálit (nebo sebe), aby jejich proměnlivé pole svým vlivem nedosahovalo na naše tělo. Zbavit se tedy přímo zdrojů záření.

Rád poradím: Mailem, po telefonu, nebo na místě. Jelikož někdy nevíme, jestli nám až do postele nevyzařuje něco příliš intenzivně od sousedů za zdi, kabely ve zdi nebo až pod ulicí, nejlepší samozřejmě je, hodnoty všeho vyzařování odborně proměřit odpovídajícími přístroji, anténami a způsobem. Ne úřadem Hygieny, ale nezávislým měřením, při kterém poctivě posoudíme možná rizika a hlavně si poradíme, jak se jich zbavit. Nejvíce mne naplňuje, když mi lidé zavolají, že se jejich děti uzdravily (už nemají oslabenou imunitu a přestaly být tolikrát ročně nemocné), lépe usínají a spí, proto to měření provádím, chápu to jako krásné poslání, když mohu takto lidem pomoci a ulevit. Ozvěte se 😊 abych vám mohl poradit, vše vysvětlit a pomoci: