

INFORMATIONS SUR LES RADIATIONS.

Comme les opérateurs mobiles l'affirment de plus en plus, les radiations des portables, respectivement les téléphones portables, ne semblent pas aussi inoffensives qu'il y paraît.

C'est pourquoi, l'Ordre des médecins de Vienne a décidé en toute responsabilité d'informer la population autrichienne, d'un point de vue médical, sur les éventuels impacts négatifs de ces dernières.



10 RÈGLES MÉDICALES À SUIVRE AVEC VOTRE PORTABLE !

- **Appliquez le principe de base suivant : téléphonez le moins possible et le plus rapidement possible** – préférez le téléphone fixe ou les SMS. Les enfants et les jeunes de moins de 16 ans devraient avoir un portable sur eux uniquement en cas d'urgence !
- **« La distance est ton amie »** – maintenez le portable à distance de votre tête et de votre corps pendant votre conversation ou prêtez attention à la distance recommandée qui figure dans la notice d'utilisation du fabricant. Utilisez le kit mains libres intégré ou un casque relié par câble avec airtube ou avec deux filtres ferrites !
- **En cas d'utilisation du casque ou du kit mains libres intégré au portable, évitez tout contact direct avec le corps** – une prudence particulière est de mise ici pour les femmes enceintes. En ce qui concerne les hommes, les portables rangés dans la poche du pantalon présentent un risque pour la fertilité. Les personnes ayant des implants électroniques (stimulateurs cardiaques, pompes à insuline, etc.) doivent prêter attention à la distance recommandée. Si ce n'est pas possible autrement : utilisez une poche de veste extérieure, un sac à dos ou un sac à main !
- **Ne téléphonez pas dans les véhicules, ni dans les transports en commun** – sans antenne externe, les radiations dans le véhicule sont plus élevées. En outre, cela distrait et dérange les autres voyageurs !
- **Au volant, l'envoi de SMS et le travail sur Internet sont strictement interdits** – cette distraction vous expose au danger, vous et les autres usagers de la route !
- **Chez vous et au travail, téléphonez via le téléphone fixe** – les téléphones sans fil DECT à radiations longue durée, les points d'accès WLAN, les clés USB et les stations LTE à domicile (box, cube, etc.) devraient être évités, de même que les smart-meters avec communication radio. L'accès à Internet par câble LAN (p. ex., via ADSL, VDSL ou la fibre optique) n'émet pas de radiations, est rapide et sauvegarde les données !
- **Mettez-vous plus souvent hors ligne** – Profitez de votre temps libre et de certains lieux sans utiliser votre téléphone portable et instaurez clairement une durée d'utilisation avec votre enfant. Vous réduirez ainsi les phénomènes de dépendance et le risque d'addiction !
- **Moins d'applications signifient moins de radiations** – Réduisez au minimum le nombre d'applications et désactivez les services en arrière-plan les plus inutiles de votre smartphone. La désactivation de « Services mobiles » / « Mode réseau de données » ne va pas empêcher votre smartphone de fonctionner comme un téléphone portable. On peut toujours vous joindre mais vous évitez de nombreuses radiations inutiles via le flux de données en arrière-plan !
- **Évitez d'appeler avec votre téléphone portable dans des endroits où la réception est mauvaise (cave, ascenseur, etc.)** – dans de pareilles circonstances, votre téléphone portable augmente sa puissance d'émission. En cas de mauvaise réception, utilisez un casque relié par câble ou le kit mains libres !
- **Lors de l'achat de téléphones portables, préférez la valeur DAS la plus faible qui soit, ainsi qu'un branchement pour antenne externe !**