

Předmluva	10
1. Co je to elektrosmog?	14
Elektrická a magnetická pole jako činitele ovlivňující životní prostředí	16
Zatížení elektromagnetickým zářením neustále stoupá	22
Mikrovlnný smog – horší než chemický znečištěné ovzduší	24
Znečišťování životního prostředí se stává kritickým	27
Zdravotní nezávadnost elektrotechnických výrobků nebyla nikdy prokázána	28
Kombinované účinky jsou nevypočitatelné	29
Vědci varují	30
Elektrosmog jako příčina chronických onemocnění	31
2. Elektrosmog – jak se nás týká?	35
Nervový systém – elektrická instalace v těle	35
Dvě protichůdná stanoviska ve výzkumu	37
Proč o tom dodnes nevíme víc?	38
Obavy elektroprůmyslu z požadování náhrad škod	39
I slabá elektromagnetická pole mohou škodit	41
Rozdílná působení určitých kmitočtů	41
Leukemie – nemoc z povolání nejen u elektrotechniků	42
Změna a zesílení jednotlivých účinků	45
Poukazy na možné rakovinotvorné působení elektromagnetických vlivů okolního prostředí	46

3. Elektrostres – nadměrné zatížení obranného a imunitního systému	50
Téměř vše závisí na nervovém systému	51
Mnozí vědci se ještě bojí jasných slov	54
Jak se projevuje elektrostres?	55
Jaké obtíže mohou mít původ v elektrostresu?	57
Elektrosmog – příčina senilní demence?	59
Elektrostres je měřitelný	60
 4. Mezní hodnoty – měřítko pro hodnotu lidského zdraví	62
Co soudit o zaručených pracovních-vědeckých poznatcích?	65
Radarová zařízení ovlivňují mozkové buňky	66
Pozor – kumulativní účinky!	67
Národní rozdíly v určování mezních hodnot	68
 5. Venkovní vysokonapěťová vedení – zvýšené riziko onemocnění rakovinou v blízkém okolí	70
Syndrom „Fishpond“	72
Proč se nedoporučuje bydlet v blízkosti vysokonapěťového vedení	74
Rady, jak se můžete chránit před vysokým napětím	79
 6. Proud v trolejových vedeních – náhlé úmrtí dítěte vlivem elektrostresu?	81
Možné příčiny	81
Výzkumy prováděné ve Spojených státech a v Hamburku	84
Úmrtí dětí vyvolaná proudem od elektrifikovaných tratí?	86
Pozor na transformační stanice	88
Proč o tom také nevíme nic přesnějšího	89

Nebezpečí pro kojence „hlídané“ přístroji pro kontrolu dýchání	90
Rady, jak se chránit v bytě před technickými elektromagnetickými poli	92
7. I extrémně slabá elektromagnetická pole	
a signály jsou biologicky aktivní	94
Které záření je biologicky aktivní a proč?	95
Také nejnižší frekvence (ELF) mohou vyvolat onemocnění	97
Jak funguje bioinformace?	98
Informovanost není otázka množství	99
Kde leží spodní hranice naší citlivosti?	100
Má elektrostress polovinu na odumírání lesů?	105
8. Magnetická pole – deformity při pokusech se zvířaty	
Postiženy jsou především zárodečné buňky	114
Pokusy se zvířaty nicméně zůstávají bez důsledků	115
Problémy se zuby vlivem elektrosmogu	117
9. Obrazovky – právě probíhá testování	
ve velkém rozsahu	118
Potíže s přístroji s obrazovkami	121
Záření z obrazovky – zdroje nebezpečí	121
Úřední směrné hodnoty z Německa a Švédska	123
Rady, jak mohou být snížena zdravotní rizika vyvolávaná obrazovkami	124
Televizní přijímače – děti jsou často příliš blízko!	125
Rady, na co byste měli dbát při zacházení se svým televizním přijímačem	126
10. Mikrovlny – genová manipulace elektronickou cestou	
Jak bezpečná je vaše mikrovlnná trouba?	129
Jaké účinky mají mikrovlny?	130

Mezní hodnoty podle potřeby	131
Jak opodstatněná jsou varování před mikrovlnným zářením?	132
Mikrovlny – globální zatížení životního prostředí	136
Argumenty pro odpůrce mobilních rádiových spojů	139
Mikrovlny ozařují každý bod na Zemi	143
Mobilní telefony narušují činnost mozku a některých elektronických přístrojů	146
Problémy u sítě „D“	148
Při kmitočtech 300 MHz až 3 GHz se tvoří tzv. hot spots (horké body)	150

11. Elektrické přístroje – je nutné přiložit výstražná upozornění stejně jako u léků	152
Bezpečné noci vinou elektrického bojleru	155
Na co byste měli dát pozor u chladniček a mrazniček	159
Jaké jsou rozdíly mezi elektronicky řízenými přístroji a přístroji konvenčními	159
Jak můžeme snížit zátěž elektromagnetickým zářením?	162
Nejčastější příčiny vzniku elektrosmogu – typické zdraví poškozující účinky a jak se jich můžeme vyvarovat	163

12. Elektrické vedení a osvětlování – zabudované nebezpečí pro naše zdraví	167
Obecná doporučení pro provedení elektrické instalace se slabým vyzařováním	168
Doporučení k biologicky orientované elektrické instalaci	170
Onemocnění vlivem zářivek	172
Rady: na co dbát při instalaci osvětlení	175
Poruchy spánku – častý důsledek elektro stresu	176

Příklady škodlivého působení elektromagnetického záření	177
Elektrické podušky a přikrývky – žádný nevinný luxus	178
Varování před elektricky ovládanými postelemi	179
Poruchy spánku vinou aluminiové fólie ve střeše	179
Rady pro osoby trpící nespavostí	180
Jak si můžeme upravit bezprostřední okolí místa spánku: automatický síťový odpojovač	181
Srdeční arytmie v důsledku používání elektrické přikrývky	182
Malé transformátory způsobují nebezpečnější magnetická pole než velké	183
Nebezpečná vodní lůžka	184
Důsledky, požadavky a vlastní možnosti	185
Slovníček	187
Doslov k českému vydání	201