

Litt spekulasjon om hjemmekontor, hjemmeskole og smitte

Denne teksten ble først publisert på <http://einarflydal.com> den 20.03.2021.

Kan hjemmekontor og hjemmeskole bidra til å øke smittefare – sånn rent generelt?

Jeg har sett at både medisinerne og andre hevder dette utfra sin kunnskap om virus.

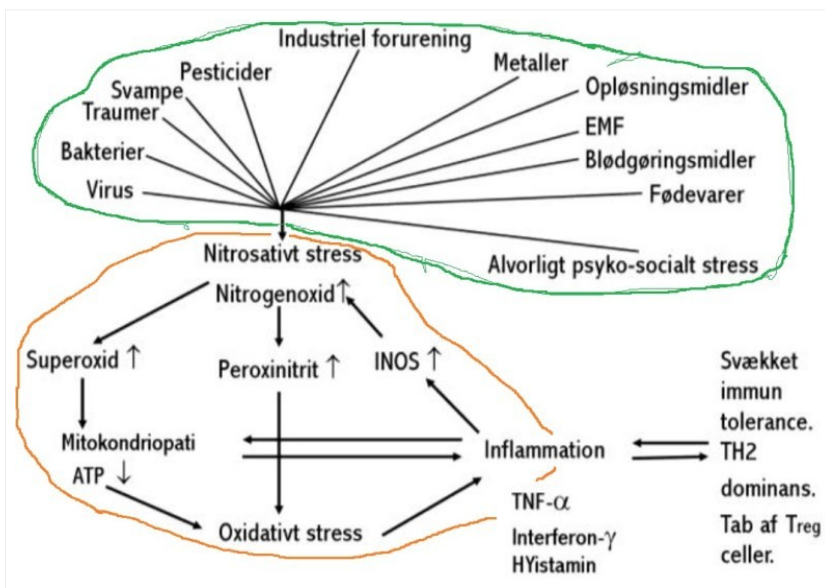
Det fikk meg til å stille det samme spørsmålet, men spekulere på om en del av svaret kunne være et helt annet sted. En enkel modell forteller at det kan være noe i det. ...

Verden er et komplekst sted som bare kan forstås ved at man lager seg forenklete modeller – i hodet, på papir, som tekst, eller som likninger. Ingen kan ikke ha full oversikt, men man både kan og bør spekulere over de utsnitt av verden som man har mulighet for å overskue.

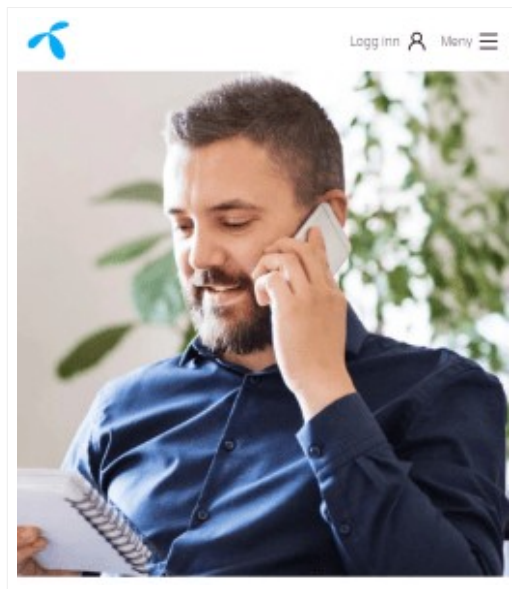
Her er mitt lille og ganske enkle bidrag til puslespillet: Det viser at hjemmekontor og hjemmeskole kan trekke sjansene i retning økt smitte og annen sykkelighet – med mindre man innretter seg med et fornuftig arbeidsmiljø.

La oss ta det i et par trinn:

Nedenfor ser du en forenklet versjon av en standardmodell innen miljømedisin. Den brukes til å



Standardmodell hentet fra EUOPAEM-retningslinjene (2016), med mine streker på: grønt område: miljøstressorer; brunt område: prosesser inni celler.



Høyrisiko i heimen? Minimumsavstand til hodet skal etter salgsvilkårene være 1,5 cm. 0 cm som på bildet gir svært mye sterkere eksponering. (fra reklame for hjemmekontor fra Telenor)

forstå og forklare en lang rekke helseplager og -lidelser som medisinerne gjerne klassifiserer som MUPS – «medisinsk uforklarte plager og symptomer», selv om de er til dels godt forstått og erkjent. De er bare ikke fullstendig forklart.

Hva forteller denne modellen? Jo, en masse interessante ting som vi i neste omgang kan bruke til å forstå hvordan hjemmekontor og hjemmeskole kan påvirke smittespredningen positivt, altså trekke risikoen opp:

Modellen viser at en rekke miljøstressorer – ganske

konkrete fysiske så vel som psykiske – skaper *nitrosativt stress inne i celler*, dvs. økning av nitrogenoksid. Derpå skjer en hel rekke andre endringer inni celler, slik figuren viser, der noe økes, noe annet svekkes. Disse endringene senker *energiproduksjonen (ATP)* og gir *utmattelse*, svekker *melatoninproduksjonen* (ikke tegnet inn), noe som fører til *dårligere søvn* og flere *ureparerte DNA-skader*, og til *inflammasjonstilstander* i kroppen, for bare å nevne det grovste.

De mange pilene tilbake viser at inne i cellene kan det bli «onde sirkler», altså selvbevarende, *vedvarende tilstander* av permanent energitap, dårlig søvn, dårligere beskyttelse mot kreft, og inflammasjoner, etc. Til høyre i figuren ser vi at et resultat er *svekket immunforsvar*, som igjen slår tilbake og vedlikeholder inflammasjonen.

Her kan vi altså plassere inn både ME, fibromyalgi, gulfkrigsyndromet og mange andre MUPSer, noe Martin L Pall gjorde i en bok i 2007 og et par andre forskere også gjorde omtrent samtidig. Det var et gjennombrudd som bare sakte synker inn i medisinfaget, etter hva jeg forstår.

I tillegg kunne vi til høyre listet opp en haug symptomer som også kan følge av disse prosessene i celler.

Dersom det er flere av disse miljøstressorene tilstede hjemme enn på skolen eller kontoret – eller dersom de kommer tettere på, eller du utsettes for dem over lengre tid, slik at de får påvirket deg utover din toleransegrense – vil lengre oppholdstid hjemme kunne svekke immunforsvaret og dermed gjøre deg både mer mottakelig for smitte, og – i verste fall – drive deg inn i en ond sirkel. Man behøver ikke være rakettforsker eller virolog for å forstå at dette kan skje dersom modellen stemmer. Det følger ganske av seg selv av modellen.

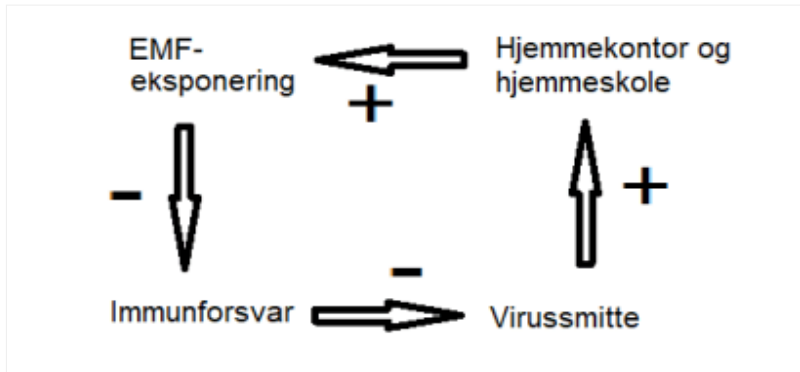
Jeg lekte meg så litt med å forenkle modellen og ta utgangspunkt i noe som er typisk når man flytter jobben og skolen hjem: Man blir sittende lengre tid foran PCen/nettbrettet, og man er lengre tid på nett, blant annet fordi møter og undervisning går over Zoom, Teams eller andre plattformer. Dessuten står WiFi-ruteren antakelig nærmere enn på jobben eller i klasserommet. Dette gir høyre og mer langvarig eksponering for EMF – en av miljøstressorene i modellen – enn man ville fått på jobb eller skole. I tillegg kommer AMS-måleren, som ganske sikkert også står nærmere hjemme enn den gjør på jobben eller skolen.

Men teller det så mye at det er noen realiteter i dette?

De akutte symptomene man finner koplet til EMF-eksponering i mikrobølge-området er noenlunde de samme, hva enten forskerne undersøker mobilmaster, mobiler, AMS-målere eller årsakene til at diplomatene fra USA og Canada i Havanna og Guanzou ble syke ([bloggpost 09.12.2021](#)). Det dreier seg særlig om – i noenlunde synkende hyppighet: utmattelse, søvnforstyrrelser, hodepine, ubehagsfølelse og konsentrasjonsvansker, men også depresjon, hukommelsestap, synsforstyrrelser, irriterbarhet, hjerteforstyrrelser, hørselsforstyrrelser, hudproblemer. De rammer et sted i området 5% eller kanskje en del mer. Listen er ganske lang om vi tar med alt, og det er jo ikke så rart når forstyrrelsene går løs på kroppens grunnfunksjoner: enhver kjemisk prosess har elektriske komponenter. Det samme kan sies om langtidsvirkninger.

Vi ser at økt EMF-eksponering blant annet – utfra modellen – vil resultere i *svekket immunforsvar*. Det passer godt med det som (Kostoff 2019) fant da han undersøkte om forskningsstudier finner en slik sammenheng: Han fant at en rekke studier fant en slik sammenheng, både fra mikrobølget og annen EMF-stråling. Empiriske funn bekrefter altså at også denne miljøstressoren som typisk vil øke hjemme – mikrobølgestråling – rent statistisk vil føre til svekket immunforsvar. Dermed må man forvente større mottakelighet for smitte når man først blir utsatt for en eller annen smittekilde.

Dette betyr at vi kan stille opp en veldig enkel modell for virkningen av hjemmekontor og -skole på smitte som ser ut slik:



Denne modellen bygger på fire forbindelser:

- EMF-eksponering svekker immunforsvaret.
- Bedre immunforsvar svekker virussmitten.
- Mer virussmitte fører til mer hjemmekontor og -skole.
- Mer hjemmekontor og -skole fører til mer EMF-eksponering.

Modellen forteller at økt EMF-eksponering fører til svekket immunforsvar, svekket immunforsvar gir mer virussmitte, mer virussmitte gir mer hjemmekontor og -skole. Ut av alt dette kommer at EMF-eksponeringen vil holdes høy, og dermed vil immunforsvaret holdes dårlig og flere bli smittet, osv. ...

En slik ond sirkel må man forvente vil gi økte helseplager, akutte så vel som over tid, av de slag som er knyttet til EMF-eksponering fra mikrobølger.

Betyr det at hjemmekontor og hjemmeskole gir økt smitte og økte helseplager? Ja, økt smitte følger av modellen isolert sett, og mer helseplager følger av forskningsfunnene. Men det kan være mange andre faktorer i spill. Det kan jo for eksempel hende at isolasjonen demper smitten sterkere enn svekkelsen av immunforsvaret øker den. Så hva som blir samlet utfall, gir ikke modellen informasjon om.

Om ikke smitten øker, kan det likevel godt hende at de typiske helseplagene fra mikrobølgeeksponering dukker opp. Passer så det med observasjonene nå i disse pandemi-tider? Det vet jeg ikke. Det kan jo hver og en forsøke å observere selv i egen familie og nærmiljøet. Noen holdepunkter fins: Det klages visst en del over «Zoom-trøtthet» i forbindelse med mye fjernundervisning ([bloggpost 02.06.2020](#)). De som forsker på pedagogiske forhold rundt nettbasert undervisning burde nok se nærmere på om det er en faktor de har oversett: mikrobølgens biologiske virkninger.

Det er neppe mulig å finne klare svar. Derfor må man nøye seg med å sjekke forskning og gjøre seg føre-var-betraktninger. Man kan også sjekke om virkningen av slik stråling er skikkelig undersøkt.

De fleste som gjør det, blir ganske forbauset når de finner ut at det er den ikke. Mens Astra-Seneca-vaksinen stanses på grunn av muligheten for at noen promille kan ha blitt syke og dø av den, fins det håndfaste bevis på at strålingen skader en langt større andel av brukerne. WiFi ville aldri blitt sertifisert om det var et legemiddel.

Hva kan man gjøre med saken?

Det er mye som kan gjøres, og med ganske enkle midler, hva enten det er smitten eller de andre helseplagene man har i tankene. Det dreier seg ganske enkelt om å få redusert EMF-eksponeringen. Det betyr å

- erstatte WiFi med Ethernet-kabler (f.eks. fra Kjell & co eller Clas Ohlson),

- slå av bredbånd på mobilen. Sørfe på den kablede PCen i stedet, si neitakk til tilbudene som nå kommer om «fast trådløst bredbånd»,
- redusere mobilsamtalene (F.eks. gå over til fast snortelefon over bredbånd/fiber i stedet. Det er billig og fungerer godt.),
- bruke hodesett med snor når du likevel bruker mobilen, og legge mobilen lengre vekk når den ikke trengs
- skaffe seg mus og tastatur med kabel i stedet for trådløst,
- slå av alt trådløst om natta,
- få stanset mikrobølgene fra AMS-måleren ved å få fritak fra AMS fra nettselskapet.

Det siste er vanskeligst, men det går. Hvorfor du også bør skaffe deg fritak fra AMS, finner du rikelig grunnlag for i den nye boka «Smartmålerne, skitten strøm, pulsing og helsa», som du finner omtalt [HER](#). (Du kan kjøpe den eller laste den ned.)

Lykke til!

Einar Flydal, den 20. mars 2021

PS: Slike spekulasjoner skal man ta for det de er: spekulasjoner. Hva som er den samlede effekt av hjemmekontor og hjemmeskole på virusspredning er - som jeg skriver - vanskelig å svare på. Spådommene om at en del vil få de typiske mikrobølgesymptomene er derimot ganske så sikre, for der er både erfaringene og forskningen kommet mye lengre.

Referanser

EUROPAEM-retningslinjene 2016: Igor Belyaev, Amy Dean, Horst Eger, Gerhard Hubmann, Reinhold Jandrisovits, Markus Kern, Michael Kundi, Hanns Moshhammer, Piero Lercher, Kurt Müller, Gerd Oberfeld, Peter Ohnsorge, Peter Pelzmann, Claus Scheingraber og Roby Thill: EUROPAEM EMF-retningslinjer 2016 for forebygging, diagnosticering og behandling af EMF-relaterede helbredsproblemer og sykdomme (originalens referanse: Rev Environ Health. 2016 Sep 1;31(3):363-97. doi: 10.1515/reveh-2016-0011). Last ned dansk versjon [HER](#).

Kostoff, R.N., 2019. Adverse Effects of Wireless Radiation. PDF. <http://hdl.handle.net/1853/61946>

Pall, M L: Explaining «Unexplained Illnesses – Disease Paradigm for Chronic Fatigue Syndrome, Multiple Chemical Sensitivity, Fibromyalgia, Post-Traumatic Stress Disorder, Gulf War Syndrome, and Others, 2007

Kategorier: [artikkel](#)