**Pressmeddelande 2013-04-09**

Mobilstrålning påverkar sömnen

Mikrovågsstrålning från mobilmaster påverkar försöksdjur vid nivåer som är vanligt förekommande i många hem, visar ny fransk forskning. Forskarna exponerade möss under 5 veckor vid nivåer tusentals gånger under gällande gränsvärden. Studien bekräftar tidigare undersökningar och rapporter om att mobilstrålning vid nivåer som påståtts vara ”låga” påverkar sömnen.

Sömnsvårigheter är ett av de mest vanligen rapporterade symtomen på exponering för mikrovågsstrålning från trådlös teknik. Sömnproblemen har också ökat kraftigt de senaste åren, även bland barn och ungdomar. Förskrivningen av sömnmedel även till barn och ungdomar har mångfaldigats de senaste fem åren, samtidigt som exponeringen för mikrovågsstrålning exploderat.

De franska forskarna vid Universitetet i Picardie Jules Verne samt det statliga forskningsinstitutet INERIS (Institut national de l'environnement industriel et des risques) observerade att strålning vid nivåer som är vanliga i hemmen, påverkar försöksdjurs sömn.[[[1]](#endnote-1)] Trots att strålningen var flera tusen gånger under gällande gränsvärden för tillåten strålning och exponeringen pågick under endast 5 veckor, påverkades mössen signifikant. Forskarna använde unga möss som var 3 veckor gamla eftersom de har en dygnsrytm som liknar spädbarns.

REM-sömnen (Rapid Eye Movement) påverkades negativt. REM-sömnen är den del av sömnen då vi drömmer och den anses vara viktig för den psykiska hälsan. Hos barn är den viktig för hjärnans utveckling. Förkortad REM-sömn har kopplats till försämrat minne, beteendestörningar samt även till depressioner och övervikt bland barn. [[[2]](#endnote-2),[[3]](#endnote-3),[[4]](#endnote-4)]

Studien hade som syfte att studera hur energibalansen påverkas av strålning. Andra faktorer som studerades var därför påverkan på födointag och värmereglering. När temperaturen höjdes i rummet reagerade de exponerade mössen som om de frös och deras ytliga blodkärl drogs samman som för att spara energi.

Mössen åt också mer än den oexponerade jämförelsegruppen. Samma effekter observerades på sömn, födointag och värmereglering när forskarna gjorde om försöken på identiskt sätt med en ny grupp möss.

Studiens resultat bekräftar tidigare undersökningar som upprepat visat att människors sömn försämras av strålningen. Såväl undersökningar av människor som bor i närhet av mobilmaster som laboratoriestudier har observerat försämrad sömnen, exempelvis i forskning från Karolinska Institutet.

De nya resultaten läggs till en allt större hög av bevis för att gällande gränsvärden för tillåten strålning är otillräckliga som skydd mot hälsorisker. De skyddar också uttryckligen enbart mot omedelbara effekter av så kort tids exponering som 6 minuter och saknar helt skydd mot hälsorisker med långtidsexponering från mobilmaster, trådlösa nätverk och den allt mer omfattande användningen av mobiltelefoner i dag.

Mona Nilsson, vice ordförande för Strålskyddsstiftelsen som arbetar för bättre kunskap strålningens många risker, konstaterar bekymrat att media, myndigheter och regering har ett gemensamt ansvar:

– Det är ett grovt svek mot allmänheten och i synnerhet barnen att inte ta riskerna med strålning på allvar. Forskningen har visat att alltifrån möss, myror, fåglar, växter, spermier och människor skadas av strålningen.

– Allmänheten måste informeras nu. Allt fler barn och unga har sömnproblem och psykisk ohälsa, men i stället för att informera om den möjliga kopplingen till strålningen och se om minskad exponering reducerar symtomen, ges de allt mer sömnmedel samt antidepressiva och lugnande medel.

Strålskyddsstiftelsen rekommenderar att gränsvärden för tillåten strålning för långvarig exponering sänks kraftigt i linje med rekommendationer från Bioinitativrapporten och från Salzburgs Health Departement. Det innebär en sänkning till 1-3 µW/m2.

**Presskontakter**Mona Nilsson 08-560 516 02, e-post: [mona@stralskyddsstiftelsen.se](mailto:mona@stralskyddsstiftelsen.se)

**Strålskyddsstiftelsen** är en insamlingsstiftelse som arbetar för att människor och miljö skyddas mot skadlig elektromagnetisk strålning genom att informera om risker och publicera rekommendationer. Stiftelsen verkar för skärpt lagstiftning, stärkt konsumentskydd samt stöd till de som redan skadats. [www.stralskyddsstiftelsen.se](http://www.stralskyddsstiftelsen.se)

Fakta i korthet om studien:

Exponeringsnivå: 2,6 mW/m2 vilket är 1 700 gånger under gällande gränsvärde på 4 500 mW/m2 för 900 MHz, och 3 800 gånger under gällande gränsvärde för 3G och wifi.

Strålningsform: 900 MHz, liknande GSM-900 .

Exponeringstid: 5 veckor. Mössen undersöktes därefter under den 6:e veckan då de var oexponerade och då man även undersökte hur mössen påverkades då temperaturen höjdes från 24 grader till 31 grader.

Mössens ålder och antal: 3 veckor gamla. 13 exponerade och 11 oexponerade (kontrollgrupp).

Resultat: REM-sömnen splittrades upp som vid stress. Detta skedde oaktat temperaturen i rummet. Födointaget ökade då temperaturen höjdes till 31 grader då även mössens temperaturreglering påverkades genom att ytliga blodkärl drogs samman som om de frös.

1. <http://www.ineris.fr/centredoc/dp-anthomeo-version-definitive-1365002284.pdf> [↑](#endnote-ref-1)
2. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22290199> [↑](#endnote-ref-2)
3. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20138579> [↑](#endnote-ref-3)
4. <http://fof.se/tidning/2004/2/ge-somnen-tid> [↑](#endnote-ref-4)