



**FP
Solutions GmbH**

Baubiologie • Elektromog • Naturheilkunde

Baubiologie • Elektromog • naturheilkundliche Regulation

Ganzheitlich • Natürlich • Nachhaltig



**PROBLEM
ERKENNEN**



**URSACHE
VERSTEHEN**



**LÖSUNG
ZEIGEN**



**WIRKUNG
NACHMESSEN**



**DEN MENSCHEN
STÄRKEN**



FÜR GESUNDE LEBENSÄRÄUME UND EINE BESSERE ZUKUNFT



INHALTSVERZEICHNIS

1	Der ganzheitliche FP-Solutions-Ansatz	3
2	Baubiologie – den Lebensraum verstehen	4
3	Elektromog sichtbar machen	5
4	Gesundheit, Schlaf und Regulation	6
5	Elektrohypersensibilität ganzheitlich betrachten	7
6	Limbisches System, Bauchhirn und biologische Rhythmen	8
7	Warum Elektromog heute relevant ist	9
8	Feldarten, Quellen und sachliche Einordnung	10
9	Professionelle Messtechnik	11
10	Warum wir Elektromog nicht direkt wahrnehmen	13
11	Der Mensch arbeitet elektrophysiologisch	14
12	Auswirkungen auf Gehirn, Schlaf und Regeneration	15
13	Forschung und experimentelle Untersuchungen	16
14	Lösungsansätze, Produkte und praktische Tipps	18
15	Professionelle Objektmessung und Beratungsablauf	23
16	Beispielmessung und Messergebnisse	25
17	Bio-Well und ReviQuant / HRV	29
18	Den Menschen stärken – naturheilkundliche Maßnahmen	30
19	Kontakt, Bestellung, Homepage und Bewertung	31



**PROBLEM
ERKENNEN**



**URSACHE
VERSTEHEN**



**LÖSUNG
ZEIGEN**



**WIRKUNG
NACHMESSEN**



**DEN MENSCHEN
STÄRKEN**



FP Solutions GmbH

Baubiologie • Elektromog
naturheilkundliche Regulation

Ganzheitlich • Natürlich • Nachhaltig



+49 1522 1936474



info@fp-solutions-gmbh.de



www.fp-solutions-gmbh.de



Mehr erfahren auf
unserer Website!

DER GANZHEITLICHE FP-SOLUTIONS-ANSATZ

Nicht nur die Umwelt betrachten – sondern den Menschen im Mittelpunkt

Gesundheit und Wohlbefinden entstehen im Zusammenspiel von Mensch, Technik und Lebensraum. Deshalb verbindet FP Solutions professionelle Baubiologie, präzise Elektrosmog-Messtechnik und eine ergänzende naturheilkundliche Betrachtung der persönlichen Regulationsfähigkeit.



Franz Prost verbindet die Perspektiven des Heilpraktikers, Elektrotechnikers, Baubiologen und langjährigen Elektrosmog-Experten. Dadurch entstehen individuelle Lösungen statt pauschaler Empfehlungen.

LEBENSRAUM	TECHNIK	MENSCH
Raumklima, Feuchte, Materialien, Licht, Lärm und weitere baubiologische Einflussfaktoren.	Elektrische und magnetische Wechsel- und Gleichfelder sowie hochfrequente Felder messen, Quellen verstehen und gezielt reduzieren.	Schlaf, Stressregulation und vegetative Balance ergänzend mit Bio-Well und revQuant/HRV betrachten.

WAS DER KUNDE DAVON HAT

Klarheit	Keine Vermutungen, sondern nachvollziehbare Messwerte und verständliche Erklärungen.
Prioritäten	Sofortmaßnahmen, mittelfristige Optimierungen und größere technische Schritte werden klar getrennt.
Ganzheitlichkeit	Technische Belastungen und persönliche Regulationsfähigkeit werden fachlich getrennt, aber sinnvoll zusammen betrachtet.
Kontrolle	Vorher-Nachher-Messungen zeigen, ob eine Maßnahme wirklich etwas verändert hat.

BAUBIOLOGIE – DEN LEBENSRAUM VERSTEHEN

Räume beeinflussen Schlaf, Erholung, Konzentration und Wohlbefinden

Baubiologie betrachtet den Raum als Ganzes. Nicht ein einzelner Messwert, sondern das Zusammenspiel aus Technik, Materialien, Klima, Licht, Schall und Nutzung ist entscheidend.

Raumklima	Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Lüftungsverhalten und Hinweise auf Feuchte oder Schimmel.
Materialien	Baustoffe, Oberflächen, Kunststoffe, Metalle, synthetische Textilien und mögliche statische Aufladung.
Licht	Flimmern, LED-Treiber, Lichtfarbe, Bildschirmbelastung und Tageslichtorientierung.
Schall	Lärm, tieffrequente Geräusche, Infraschallhinweise und technische Dauergeräusche.
Schlafplatz	Leitungen, Lampen, Netzteile, Funkquellen, Metallbetten, Federkernmatratzen und angrenzende Technikräume.
Neubau & Sanierung	Frühzeitig planen, Technikräume sinnvoll positionieren und spätere Belastungen vermeiden.

Ziel: ein ruhiger, funktionaler und möglichst belastungsarmer Lebensraum.

PRAXISPRINZIP

Zuerst die tatsächliche Situation vor Ort erfassen.

- ✓ Innenquellen und einfach veränderbare Ursachen zuerst bearbeiten.
- ✓ Abschirmungen nur nach Messung, Planung und fachgerechter Nachkontrolle einsetzen.
- ✓ Räume so optimieren, dass sie zum Menschen, zur Nutzung und zum Alltag passen.



ELEKTROSMOG SICHTBAR MACHEN

Messen statt vermuten

Elektrosmog ist ein Sammelbegriff für technisch erzeugte elektrische und magnetische Wechsel- und Gleichfelder sowie elektromagnetische Hochfrequenzfelder. Unterschiedliche Feldarten benötigen unterschiedliche Messgeräte, Einheiten, Bewertungen und Maßnahmen. Die in Wohn- und Arbeitsbereichen typischen Niederfrequenz- und Funkfelder sind nicht ionisierend und klar von Röntgen- und Gammastrahlung zu unterscheiden. Für die fachliche Einordnung zählen Feldart, Frequenz, Intensität, Signalform, Abstand, Einwirkungsdauer und der tatsächliche Aufenthaltsort.

Elektrische Gleichfelder und elektrostatische Aufladungen werden getrennt von elektrischen Wechselfeldern erfasst.

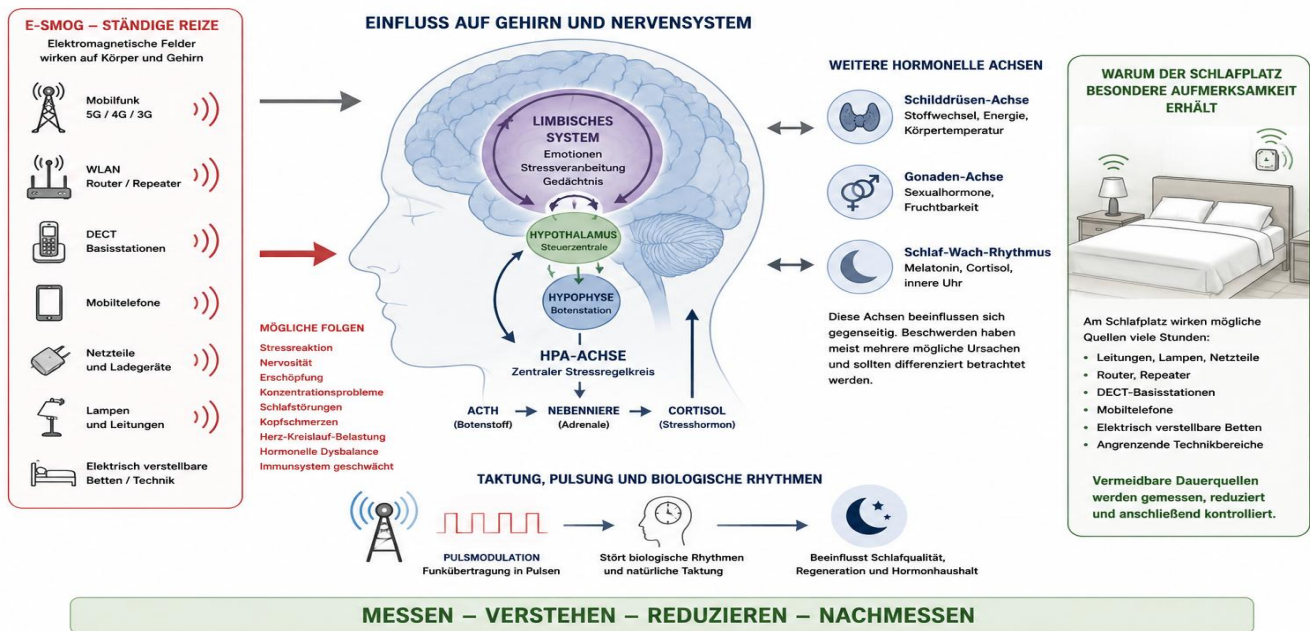


Elektrische Wechselfelder	Leitungen, Steckdosen, Lampen, Verlängerungen und Netzteile – auch bei ausgeschalteten Geräten möglich.
Magnetische Wechselfelder	Stromfluss, Motoren, Transformatoren, Leerschleifen, Wechselrichter, Speicher und Hochspannungsanlagen.
Hochfrequenz	Mobilfunk, WLAN, DECT, Bluetooth, Smart Meter, Babyfone und Smart-Home-Technik.
Magnetische Gleichfelder / Magnetostatik	Erdmagnetfeld, Metallbetten, Federkernmatratzen, Stahlteile, Magnete und räumliche Verzerrungen des natürlichen Magnetfeldes.
Elektrische Gleichfelder / Elektrostatik	Statische elektrische Felder und Aufladungen durch Kunststoffe, synthetische Textilien, Bodenbeläge, Möbel, trockene Raumluft und Reibung.
Dirty Power & Licht	Höherfrequente Störungen auf dem Stromnetz sowie Flimmern und ungeeignete Beleuchtung.
Messen • Quelle zuordnen • gezielt reduzieren • Wirkung nachmessen	

GESUNDHEIT, SCHLAF UND REGULATION

GESUNDHEIT, SCHLAF UND REGULATION

Nervensystem, Hormonsystem und Schlaf als verbundene Regelkreise



Nervensystem, Hormonsystem und Schlaf als verbundene Regelkreise

Gehirn, vegetatives Nervensystem und Hormonsystem reagieren gemeinsam auf innere und äußere Reize. Thalamus, limbisches System und Hypothalamus bewerten Wahrnehmungen und verbinden sie mit Stressreaktion, Schlaf, Stoffwechsel und hormoneller Steuerung.

HPA-Achse – der zentrale Stressregelkreis

Die HPA-Achse verbindet Hypothalamus, Hypophyse und Nebennierenrinde. Über CRH, ACTH und Cortisol passt sie den Organismus an Belastungen an. Kurzfristig ist diese Reaktion lebensnotwendig; eine anhaltende Aktivierung kann Schlaf, Regeneration, Immunfunktion und Belastbarkeit beeinträchtigen.

Weitere hormonelle Achsen

Auch Schilddrüse und Gonaden werden über Hypothalamus und Hypophyse gesteuert. Stress-, Schilddrüsen-, Sexual- und Schlafhormone beeinflussen sich gegenseitig. Beschwerden haben meist mehrere mögliche Ursachen und sollten differenziert betrachtet werden.

Taktung, Pulsung und biologische Rhythmen

Der Körper arbeitet rhythmisch: Gehirnwellen, Cortisol, Melatonin und weitere Hormone verändern sich über den Tag und während des Schlafes. Moderne Funktechniken übertragen Daten ebenfalls in zeitlichen Strukturen. Ähnliche Frequenzahlen allein beweisen keine biologische Resonanz. Für eine sachliche Bewertung zählen Feldstärke, Signalform, Spitzenwerte, Abstand, Dauer und Zeitpunkt der Exposition.

Warum der Schlafplatz besondere Aufmerksamkeit erhält

Am Schlafplatz wirken mögliche Quellen viele Stunden: Leitungen, Lampen, Netzteile, Router, Repeater, DECT-Basisstationen, Mobiltelefone, elektrisch verstellbare Betten oder angrenzende Technikbereiche. Vermeidbare Dauerquellen werden gemessen, reduziert und anschließend kontrolliert.

Praxisgrundsatz: Elektromagnetische Felder sind nicht automatisch die alleinige Ursache gesundheitlicher Beschwerden. Sie können jedoch ein zusätzlicher Umweltfaktor sein, der objektiv gemessen und nachvollziehbar reduziert werden sollte.

ELEKTROHYPERSENSIBILITÄT GANZHEITLICH BETRACHTEN

Beschwerden ernst nehmen - Exposition, Milieu u weitere Belastungsfaktoren prüfen

Menschen mit Elektrohypersensibilität berichten häufig über Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Erschöpfung, Konzentrationsprobleme, innere Unruhe, Herzklopfen sowie eine erhöhte Licht- und Geräuschempfindlichkeit. Diese Beschwerden sind real, lassen jedoch nicht automatisch auf einen einzelnen Auslöser schließen.

Technische Situation objektiv erfassen

Am Schlaf-, Arbeits- und Aufenthaltsplatz werden elektrische, magnetische und hochfrequente Felder getrennt gemessen. Innenquellen werden möglichst reduziert. Eine Nachmessung zeigt, ob sich die Exposition tatsächlich verändert hat.

Milieu, Schwermetalle und Infektionen als Mitfaktoren

Schlaf, Stress, Ernährung, Darmfunktion, Entzündungen, Medikamente, hormonelle Regulation und Umweltbelastungen beeinflussen das körperliche Milieu.

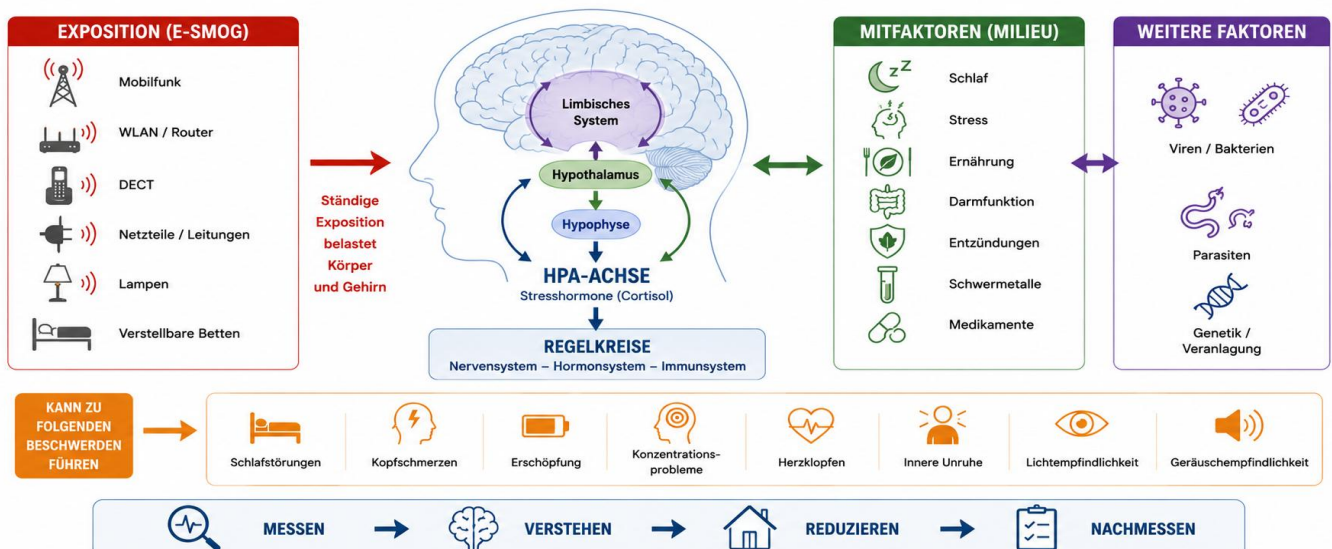
Auch Schwermetalle, Viren, Bakterien oder Parasiten können neurologische, vegetative oder stoffwechselbezogene Beschwerden mitverursachen. Eine Abklärung sollte gezielt, diagnostisch begründet und fachlich begleitet erfolgen.

Sinnvolle Vorgehensweise

- ✓ technische Exposition messen und Quellen zuordnen
- ✓ Schlafplatz, Abstand, Aufenthaltsdauer und Betriebszustände beachten
- ✓ medizinische und naturheilkundliche Differenzialdiagnostik gezielt einsetzen
- ✓ Behandlungen nur bei begründetem Verdacht und geeigneter Diagnostik durchführen
- ✓ technische Nachmessung und gesundheitlichen Verlauf getrennt dokumentieren

Merksatz: Elektrohypersensibilität erfordert eine respektvolle, sachliche und ganzheitliche Betrachtung. Technische Messung, persönliche Wahrnehmung, Darm-Hirn-Regulation, mögliche Umweltbelastungen und medizinische Abklärung werden fachlich getrennt, aber sinnvoll zusammengeführt.

ELEKTROHYPERSENSIBILITÄT GANZHEITLICH BETRACHTEN



LIMBISCHES SYSTEM, BAUCHHIRN UND BIOLOGISCHE RHYTHMEN

Wie Gehirn, Darm, Hormonsystem und vegetatives Nervensystem zusammenarbeiten

Das limbische System beeinflusst Emotionen, Gedächtnis und Stressverarbeitung. Über den Hypothalamus ist es mit dem vegetativen Nervensystem und hormonellen Regelkreisen wie HPA-, HPT- und HPG-Achse verbunden.

Bauchhirn und Darm-Hirn-Achse

Darm, Mikrobiom und Gehirn kommunizieren über Vagusnerv, Botenstoffe und Hormone. Darmstörungen, Entzündungen und chronischer Stress können dadurch Schlaf, Stimmung und Belastbarkeit beeinflussen.

Gehirnwellen im EEG

Bereich	Frequenz	Typische Zuordnung
Delta	0,5–4 Hz	Tiefschlaf und körperliche Regeneration
Theta	4–8 Hz	leichter Schlaf, Entspannung und innere Verarbeitung
Alpha	8–13 Hz	entspannte Wachheit und reduzierte Außenorientierung
Beta	13–30 Hz	aktive Aufmerksamkeit, Denken und Problemlösung
Gamma	> 30 Hz	komplexe Informationsverarbeitung und Bindungsprozesse

Taktung, Pulsung und mögliche biologische Reaktionen

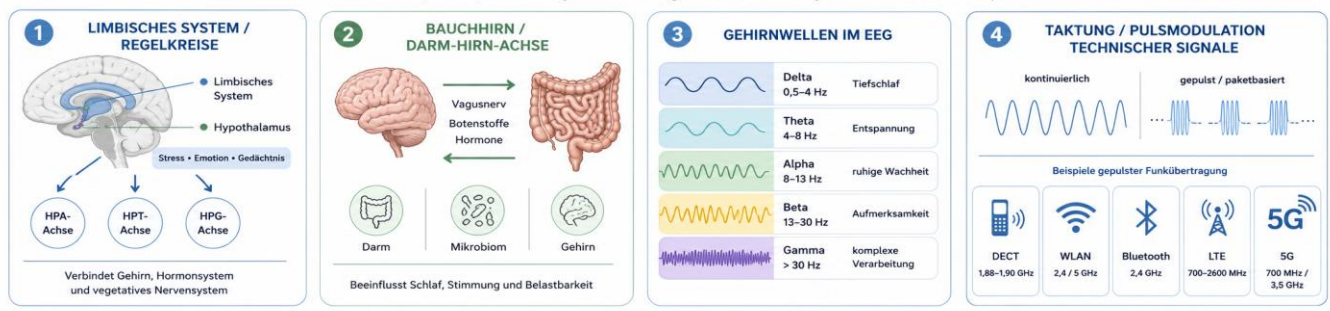
Kontinuierliche Signale liegen weitgehend gleichmäßig an, während gepulste Signale in Zeitschlitzen oder Datenpaketen übertragen werden, etwa bei DECT, WLAN, Bluetooth, LTE und 5G.

Für die Bewertung zählt nicht nur die Taktrate, sondern das gesamte Expositionsprofil aus Frequenz, Modulation, Feldstärke, Spitzenwerten, Abstand und Dauer. Ähnliche Frequenzwerte technischer Signale und menschlicher Gehirnwellen beweisen keine Resonanz.

Studien berichten unter bestimmten Bedingungen über kurzfristige Veränderungen einzelner EEG- oder Schlafparameter. Eine messbare Reaktion ist jedoch nicht automatisch eine Erkrankung.

LIMBISCHES SYSTEM, BAUCHHIRN UND BIOLOGISCHE RHYTHMEN

Gehirn, Darm, Hormonsystem und vegetatives Nervensystem im Zusammenspiel



⚠ Bewertet werden Expositionsprofil, Feldstärke, Spitzenwerte, Abstand und Dauer. Ähnliche Frequenzen bedeuten keine automatische Resonanz.

Gehirn, Darm und Hormone tanzen zusammen – gesteuert vom limbischen System, dirigiert vom Vagusnerv und gestört durch gepulste Signale.

WARUM ELEKTROSMOG HEUTE RELEVANT IST

Technik bewusst nutzen – Belastungen sachlich einordnen

Smartphones, WLAN, Bluetooth, Smart Home, Photovoltaik, elektrische Fahrzeuge und moderne Gebäudetechnik begleiten heute nahezu jeden Lebensbereich. Entscheidend ist nicht, Technik pauschal abzulehnen, sondern Quellen zu verstehen, unnötige Dauerbelastungen zu vermeiden und sensible Aufenthaltsbereiche gezielt zu optimieren.



Typische technische Quellen im Alltag – symbolische Übersicht.

Bereich	Bedeutung
Unsichtbar	Elektrische, magnetische und hochfrequente Felder sind ohne Messtechnik nicht direkt wahrnehmbar.
Allgegenwärtig	Quellen befinden sich im Haus, am Arbeitsplatz, im Fahrzeug und in der Umgebung.
Messbar	Geeignete Messgeräte machen Feldart, Stärke, Verlauf und mögliche Quelle nachvollziehbar.
Veränderbar	Viele Innenquellen lassen sich durch Abstand, Abschaltung, Verkabelung oder technische Optimierung reduzieren.
Bewusstsein ist der erste Schritt – Messung schafft Klarheit.	

FELDARTEN, QUELLEN UND SACHLICHE EINORDNUNG

Elektrosmog verstehen – ionisierende und nicht ionisierende Strahlung unterscheiden

Elektrosmog ist ein Sammelbegriff für technisch erzeugte elektrische, magnetische und elektromagnetische Felder. Für eine fachliche Bewertung sind Feldart, Frequenz, Intensität, Signalform, Abstand, Einwirkungsdauer und der tatsächliche Aufenthaltsort entscheidend. Ein einzelner Messwert ist keine medizinische Diagnose.

Feldart	Typische Entstehung und Quellen
Elektrische Wechselfelder (NF)	Entstehen durch anliegende Spannung, zum Beispiel an Leitungen, Steckdosen, Lampen oder Netzteilen – auch ohne aktiven Stromverbrauch.
Magnetische Wechselfelder (NF)	Entstehen durch fließenden Strom, etwa an Transformatoren, Motoren, Leiterschleifen, Wechselrichtern oder Hochspannungsleitungen.
Hochfrequente Felder (HF)	Entstehen bei drahtloser Kommunikation, beispielsweise durch Mobilfunk, WLAN, DECT, Bluetooth, Smart Meter und Smart-Home-Systeme.
Magnetische Gleichfelder	Beschreiben statische Magnetfelder und räumliche Veränderungen des Erdmagnetfeldes durch Stahl, Magnete, Federkernmatratzen oder technische Anlagen.
Elektrische Gleichfelder / Elektrostatik	Statische elektrische Felder und Aufladungen entstehen insbesondere durch Kunststoffe, synthetische Textilien, Bodenbeläge, Möbel, trockene Raumluft und Reibung.
Dirty Power · Licht und Flimmern	Höherfrequente Störungen auf dem Stromnetz sowie zeitliche Helligkeitsschwankungen und ungeeignete Lichtfarben können Technik, Sehkomfort und Schlaf-Wach-Rhythmus beeinflussen.
Praxisgrundsatz: Innenquellen zuerst prüfen. Router, Repeater, DECT-Basisstationen, Netzteile, Lampen, Kabel und Geräte im eigenen Raum lassen sich häufig einfacher und wirksamer verändern als entfernte Außenquellen.	

FELDARTEN, QUELLEN UND SACHLICHE EINORDNUNG

Elektrosmog verstehen – ionisierende und nicht ionisierende Strahlung unterscheiden

IONISIERENDE STRAHLUNG



Röntgen- und Gammastrahlung besitzen genügend Energie, Elektronen aus Atomen oder Molekülen zu lösen.

Nicht Teil der üblichen Felder von Hausstrom, WLAN, DECT, Bluetooth oder Mobilfunk.

 Für eine fachliche Bewertung sind Feldart, Frequenz, Intensität, Signalform, Abstand, Einwirkungsdauer und der tatsächliche Aufenthaltsort entscheidend.

Ein einzelner Messwert ist keine medizinische Diagnose.

NICHT IONISIERENDE FELDER



Elektrische und magnetische Niederfrequenzfelder sowie Funkfelder sind nicht ionisierend.

Ihre Wechselwirkung mit dem Körper hängt u. a. von Frequenz, Feldstärke, Signalform, Abstand und Einwirkungsdauer ab.

FELDARTEN – TYPISCHE ENTSTEHUNG UND QUELLEN



Elektrische Wechselfelder (NF)
Entstehen durch anliegende Spannung, z. B. an Leitungen, Steckdosen, Lampen oder Netzteilen – auch ohne aktiven Stromverbrauch.



Magnetische Wechselfelder (NF)
Entstehen durch fließenden Strom, etwa an Transformatoren, Motoren, Leiterschleifen, Wechselrichtern oder Hochspannungsleitungen.



Hochfrequente Felder (HF)
Entstehen bei drahtloser Kommunikation, beispielsweise durch Mobilfunk, WLAN, DECT, Bluetooth, Smart Meter und Smart-Home-Systeme.



Magnetische Gleichfelder
Beschreiben statische Magnetfelder und räumliche Veränderungen des Erdmagnetfeldes durch Stahl, Magnete, Federkernmatratzen oder Anlagen.



Elektrische Gleichfelder / Elektrostatik
Statische elektrische Felder und Aufladungen entstehen z. B. durch Kunststoffe, synthetische Textilien, Bodenbeläge, Möbel, trockene Luft und Reibung.



Dirty Power · Licht und Flimmern
Höherfrequente Störungen auf dem Stromnetz sowie zeitliche Helligkeitsschwankungen und ungeeignete Lichtfarben können Technik, Sehkomfort und Schlaf-Wach-Rhythmus beeinflussen.








 Messen →
  Verstehen →
  Reduzieren →
  Nachmessen

PROFESSIONELLE MESSTECHNIK

Niederfrequenz, magnetische und elektrische Gleichfelder, Netzqualität und Licht

FP Solutions arbeitet mit professioneller 3D-Messtechnik und ROM-Software. Display-, Langzeit-, Antennen- und 9-Punkt-Rastermessungen werden je nach Fragestellung eingesetzt. Planung und Dokumentation orientieren sich an DIN EN 50413 und VDE 0848-1.

Elektrische Wechselfeldsonde von ROM Potenzialfreie 3D-Messung elektrischer Wechselfelder. Frequenzbereich ca. 10 Hz bis 400 kHz; Filter unter anderem <16 Hz, >50 Hz, >100 Hz und >2 kHz.	Magnetische Wechselfeldsonde von ROM 3D-Messung magnetischer Wechselfelder mit 100-cm ² -Spulenfläche. Frequenzbereich ca. 5 Hz bis 400 kHz; geeignet für Raster- und Langzeitmessungen.
3D-Magnetometer / Magnetostatik Erfasst statische Magnetfelder und räumliche Abweichungen vom natürlichen Erdmagnetfeld. Frequenzbereich 0 bis ca. 10 Hz; Auflösung etwa 7 nT.	Messgerät für elektrische Gleichfelder Erfasst statische elektrische Felder und elektrostatische Aufladungen an Materialien, Textilien, Möbeln und Personen. Wichtig für Material- und Raumklimabewertung.
Dirty-Power- und Netzqualitätsmessung Untersuchung höherfrequenter Störungen auf Netzspannung und Leitungen. Unterstützt die Zuordnung auffälliger LED-Treiber, Schaltnetzteile, Dimmer, Wechselrichter und Powerline-Systeme.	Licht- und Flimmermessgerät Erfasst Beleuchtungsstärke, Flimmeranteil, Frequenz, Lichtfarbe und zeitliche Helligkeitsschwankungen in Schlaf-, Wohn- und Arbeitsbereichen.
ROM Software Grafische Auswertung und Dokumentation: 3D-Raster, Farbverteilungen, Langzeitverläufe, Messwerttabellen und Vorher-Nachher-Vergleiche.	Messzubehör und Prüfmittel Stative, Messleitungen, Filter, Richtantennen, Audioauswertung und weiteres Zubehör für reproduzierbare Messbedingungen.

Hochfrequenz, Mobilfunk, WLAN, DECT, Bluetooth und weitere Funkdienste

Hochfrequente Felder werden breitbandig und – je nach Messaufgabe – frequenzselektiv untersucht. Antennenausrichtung, Peak-Hold, Audioanalyse und Aufzeichnung helfen, Signalarten, Spitzenwerte und Einfallrichtungen einzugrenzen.

HF-Analyzer HFA-3	Gerichtete orientierende Messung mit Filterwahl bis ca. 2,5 GHz; unter anderem Mobilfunk, DECT und WLAN/Bluetooth.
Frequency Master IV	Breitbandige Erfassung von etwa 0,1 bis 50.000 µW/m ² mit Peak-Hold, Audioanalyse und Aufzeichnung.
Antennenbereiche	725 MHz bis 2,5 GHz sowie 2 bis 10 GHz – abhängig von Funkdienst und Messaufgabe.
Peak-Hold und Audioanalyse	Erfasst kurzzeitige Spitzenwerte und unterstützt die Unterscheidung modulierter oder gepulster Signale.
Langzeit- und Vergleichsmessung	Dokumentiert zeitliche Schwankungen und vergleicht Ausgangs- und Nachmessung unter möglichst gleichen Bedingungen.

Messen • Quelle zuordnen • sinnvoll reduzieren • Wirkung nachmessen

BAUBIOLOGISCHE RICHTWERTE – MESSGERÄTE ÜBERSICHT

	1. ELEKTRISCHE WECHSELFELDER (NIEDERFREQUENZ) Messgerät: EWF 3D-Sonde Frequenzbereich: 10 Hz – 400.000 Hz (Breitband) Baubiologische Richtwerte bei potenzialfreier Messung (V/m) Farbverteilungen	unauffällig (sehr gering) < 0,3 V/m	schwach auffällig 0,3 – 1,5 V/m	stark auffällig 1,5 – 10 V/m	extrem auffällig > 10 V/m
		 sehr gering 0,3 1,5 10 sehr hoch			
	2. MAGNETISCHE WECHSELFELDER (NIEDERFREQUENZ) Messgerät: MWF 3D-Sonde Frequenzbereich: 5 Hz – 400.000 Hz (Breitband) Baubiologische Richtwerte bei potenzialfreier Messung (nT) Farbverteilungen	unauffällig (sehr gering) < 3 nT	schwach auffällig 3 – 15 nT	stark auffällig 15 – 100 nT	extrem auffällig > 100 nT
		 sehr gering 3 15 100 sehr hoch			
	3. MAGNETISCHE GLEICHFELDER (MAGNETOSTATIK) Messgerät: 3D-Magnetometer DC Frequenzbereich: 0 – ca. 10 Hz (Gleichfelder) Baubiologische Richtwerte (nT) Farbverteilungen	unauffällig (sehr gering) < 10 nT	schwach auffällig 10 – 50 nT	stark auffällig 50 – 200 nT	extrem auffällig > 200 nT
		 sehr gering 10 50 200 sehr hoch			
	4. ELEKTRISCHE GLEICHFELDER (STATISCHE FELDER) Messgerät: Elektrofildmeter EFM 023 Frequenzbereich: DC (Gleichfeld) Baubiologische Richtwerte (Volt) Farbverteilungen	unauffällig (sehr gering) < 10 Volt	schwach auffällig 10 – 50 Volt	stark auffällig 50 – 200 Volt	extrem auffällig > 200 Volt
		 sehr gering 10 50 200 sehr hoch			
	5. ELEKTROMAGNETISCHE WELLEN (HOCHFREQUENZ) Messgerät: HFR 4 / HFR 4 Small Frequenzbereich: 725 MHz – 10 GHz Baubiologische Richtwerte ($\mu\text{W}/\text{m}^2$) Farbverteilungen	unauffällig (sehr gering) < 0,1 $\mu\text{W}/\text{m}^2$	schwach auffällig 0,1 – 10 $\mu\text{W}/\text{m}^2$	stark auffällig 10 – 1.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$	extrem auffällig > 1.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$
		 sehr gering 0,1 10 1.000 sehr hoch			

MESSEN – VERSTEHEN – REDUZIEREN – NACHMESSEN

WARUM WIR ELEKTROSMOG NICHT DIREKT WAHRNEHMEN

Messen statt vermuten

Der Mensch kann Hitze, Kälte, Geräusche, Gerüche und Schmerzen unmittelbar wahrnehmen. Für die meisten technischen elektromagnetischen Felder besitzt er dagegen keine spezialisierten Sinnesorgane. Vorhandensein und Stärke lassen sich daher nicht zuverlässig durch das persönliche Empfinden beurteilen.

Auch andere unsichtbare Einwirkungen – etwa UV-Strahlung – werden nicht unmittelbar wahrgenommen und deshalb mit geeigneten Verfahren beurteilt. Bei elektromagnetischen Feldern schafft eine fachgerechte Messung Klarheit über Feldart, Stärke, räumliche Verteilung und mögliche Quellen.

Eine Messung ersetzt keine medizinische Diagnose. Sie zeigt jedoch, wo Belastungsschwerpunkte liegen, welche Innen- oder Außenquellen wahrscheinlich sind und ob eine umgesetzte Maßnahme die örtliche Exposition tatsächlich verändert.

Eine fachgerechte Messung zeigt, welche Feldart vorhanden ist, wo Belastungsschwerpunkte liegen, ob eine Innen- oder Außenquelle wahrscheinlich ist und wie sich Werte nach einer Maßnahme verändern.

Bereich	Bedeutung
Subjektives Empfinden	Wichtig für die persönliche Situation, aber kein Ersatz für technische Messwerte.
Technische Messung	Erfasst Feldstärke, Frequenzbereich, Signalcharakteristik und räumliche Verteilung.
Quellenanalyse	Ordnet auffällige Werte konkreten Leitungen, Geräten, Funkquellen oder Außenquellen zu.
Nachmessung	Zeigt, ob eine umgesetzte Veränderung tatsächlich wirksam war.
Keine Angst durch Vermutungen • Klarheit durch nachvollziehbare Messung.	

WARUM WIR ELEKTROSMOG NICHT DIREKT WAHRNEHMEN

Messen statt vermuten



Unsichtbar für unsere Sinne
Elektromagnetische Felder können wir nicht sehen, hören oder riechen.



Wie andere unsichtbare Einflüsse
Auch UV-Strahlung spüren wir nicht – darum messen wir sie.



Messen schafft Klarheit
Eine fachgerechte Messung zeigt, welche Feldart vorhanden ist, wo Belastungen liegen und welche Quellen wirken.



Keine medizinische Diagnose
Eine Messung ersetzt keine Diagnose, sie zeigt Belastungsschwerpunkte auf.



Nach der Maßnahme prüfen
Die Nachmessung zeigt, ob die Umsetzung tatsächlich Wirkung hatte.

1



SUBJEKTIVES EMPFINDEN

Wichtig für die persönliche Situation, aber kein Ersatz für Messwerte.



2

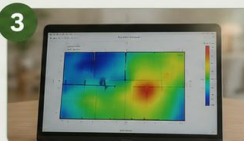


TECHNISCHE MESSUNG

Erfasst Feldstärke, Frequenzbereich, Signalcharakteristik und Verteilung.



3



QUELLENANALYSE

Ordnet Auffälligkeiten konkreten Innen- oder Außenquellen zu.



4



NACHMESSUNG

Zeigt, ob eine Veränderung wirksam war und die Belastung gesunken ist.

DER MENSCH ARBEITET ELEKTROPHYSIOLOGISCH

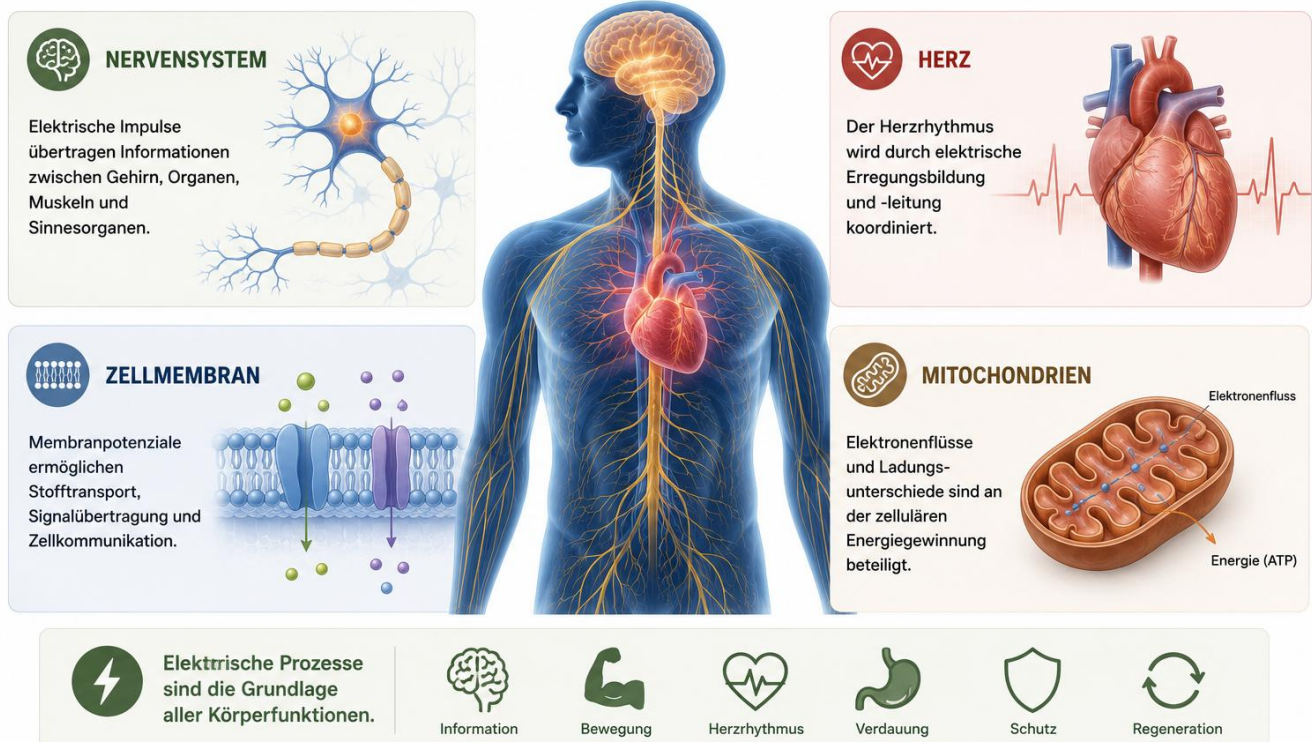
Gehirn, Nerven, Herz und Zellen nutzen elektrische Prozesse

Der menschliche Organismus nutzt elektrische und elektrochemische Prozesse zur Informationsübertragung, Regulation und Energiegewinnung. Dazu gehören die Aktivität von Gehirn und Nerven, die Erregungsleitung des Herzens, Membranpotenziale der Zellen und Elektronenflüsse in den Mitochondrien. Daraus folgt nicht, dass jedes äußere Feld gesundheitlich relevant ist; mögliche Wechselwirkungen müssen anhand von Exposition und belastbarer Forschung differenziert bewertet werden.

Bereich	Bedeutung
Gehirn	Nervenzellverbände erzeugen messbare elektrische Aktivität, die im EEG dargestellt werden kann.
Nervensystem	Elektrische Impulse übertragen Informationen zwischen Gehirn, Organen, Muskeln und Sinnesorganen.
Herz	Der Herzrhythmus wird durch elektrische Erregungsbildung und -leitung koordiniert.
Zellmembran	Membranpotenziale ermöglichen Stofftransport, Signalübertragung und Zellkommunikation.
Mitochondrien	Elektronenflüsse und Ladungsunterschiede sind an der zellulären Energiegewinnung beteiligt.
Technische Messung und biologische Regulation werden fachlich getrennt betrachtet.	

DER MENSCH ARBEITET ELEKTROPHYSIOLOGISCH

Gehirn, Nerven, Herz und Zellen nutzen elektrische Prozesse

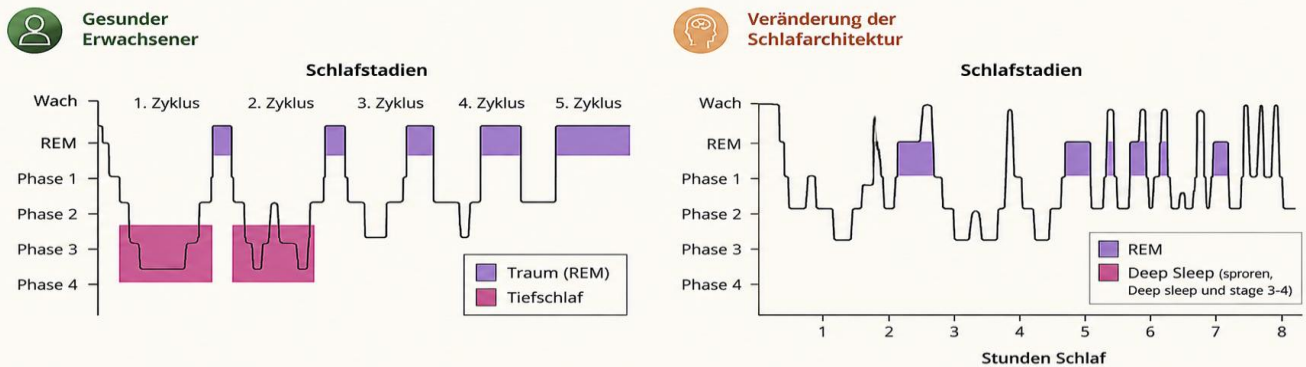


AUSWIRKUNGEN AUF GEHIRN, SCHLAF UND REGENERATION

Schlaf gehört zu den wichtigsten Regenerationsprozessen des Körpers

Im Tiefschlaf finden Gedächtnisverarbeitung sowie wichtige Stoffwechsel-, Immun- und Reparaturprozesse statt. Daher hat der Schlafplatz in der Baubiologie höchste Priorität.

VERGLEICH DER SCHLAFSTADIEN



Gesunder Schlaf zeigt einen regelmäßigen Wechsel von Tiefschlaf und REM-Schlaf. Bei veränderter Schlafarchitektur kommt es zu häufigen Wachphasen und weniger erholsamen Tiefschlafanteilen.

(Borbely, 1992; Huber et al., 2000)

Studien zeigen, dass elektromagnetische Felder von Mobilfunk und WLAN die Gehirnaktivität (EEG) und den Schlaf beeinflussen können. Das Gehirn reagiert physiologisch auf solche Expositionen – eine Veränderung ist jedoch nicht automatisch eine Erkrankung. Entscheidend sind Feldstärke, Dauer und individuelle Empfindlichkeit.

Studien: Borbély et al., 2008; Hinrikus et al., 2008; Perentos et al., 2013; Suhhova et al., 2013; Henz et al., 2018–2024

NEUROPSYCHIATRISCHE BESCHWERDEN

Die Übersichtsarbeit von Pall (2016) fasst Beschwerden zusammen, die mit elektromagnetischen Feldern in Verbindung gebracht werden, darunter Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Müdigkeit, Konzentrationsprobleme, Reizbarkeit und Gedächtnisstörungen. Elektromagnetische Felder können dabei als Mit- oder Verstärkungsfaktor wirken, führen jedoch nicht bei allen Menschen zwangsläufig zu Symptomen. **Merksatz: Vermeidbare Dauerbelastungen sollten besonders am Schlafplatz gemessen, reduziert und anschließend nachgemessen werden.**

HÄUFIG BERICHTETE SYMPTOME DURCH ELEKTROMAGNETISCHE FELDER

Symptom(e)	Anzahl der Studien
Schlafstörungen / Insomnie	17
Kopfschmerzen	14
Müdigkeit / Erschöpfung	11
Depression / depressive Symptome	10
Dysästhesie (Sehen / Hören / Riechen) / sensorische Störungen	10
Konzentrationsstörungen / Aufmerksamkeitsprobleme / kognitive Beeinträchtigung	10
Schwindel / Vertigo	9
Gedächtnisprobleme	8
Unruhe / innere Anspannung / Angst / Stress / Reizbarkeit / Gefühl des Unwohlseins	8
Reizbarkeit	7
Verlust von Appetit / Körpergewicht	6
Kribbeln / Brennen der Haut / Entzündungen / Dermographismus	6
Übelkeit	5

(Quelle: Zusammenfassung aus mehreren Studien)

FORSCHUNG SACHLICH EINORDNEN

EEG, Schlaf und biologische Parameter

Kontrollierte Studien berichten unter bestimmten Bedingungen kurzfristige Veränderungen von Wach- oder Schlaf-EEG, Hirndurchblutung oder weiteren physiologischen Parametern. Eine messbare Veränderung ist nicht automatisch eine Erkrankung oder ein langfristiger Gesundheitsschaden.

Studie / Autor	Sachliche Bedeutung
Huber et al. · 2002	Veränderungen regionaler Hirndurchblutung sowie einzelner Wach- und Schlaf-EEG-Anteile unter kontrollierter Exposition.
Loughran et al. · 2005	Veränderungen einzelner Schlafparameter und EEG-Frequenzanteile in einer doppelblinden Untersuchung.
Vecsei et al. · 2018	Veränderung der Alpha-Leistung ohne signifikante Beeinträchtigung der untersuchten kognitiven Leistung.
Prins et al.	Systematische Einordnung heterogener Studien zu radiofrequenter Exposition und EEG.
Pall · 2013	Mechanistische Hypothese zu spannungsabhängigen Calciumkanälen; wissenschaftlich diskutiert, nicht abschließend bewiesen.
Hecht / Balzer	Auswertung älterer Langzeitbeobachtungen zu Schlaf, Stressregulation und neurovegetativen Beschwerden.
Vorsorge bedeutet: unnötige Quellen erkennen, verhältnismäßig reduzieren und nachmessen.	

EEG, Schlaf und biologische Parameter



Kontrollierte Studien



Veränderungen möglich



Ergebnisse unterschiedlich



Weiterhin Forschung nötig



Huber et al. · 2002



Loughran et al. · 2005



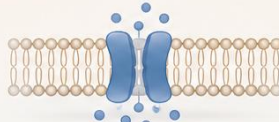
Vecsei et al. · 2018



Prins et al.



Pall · 2013



Hecht / Balzer



Messen



Verstehen



Einordnen



Handeln

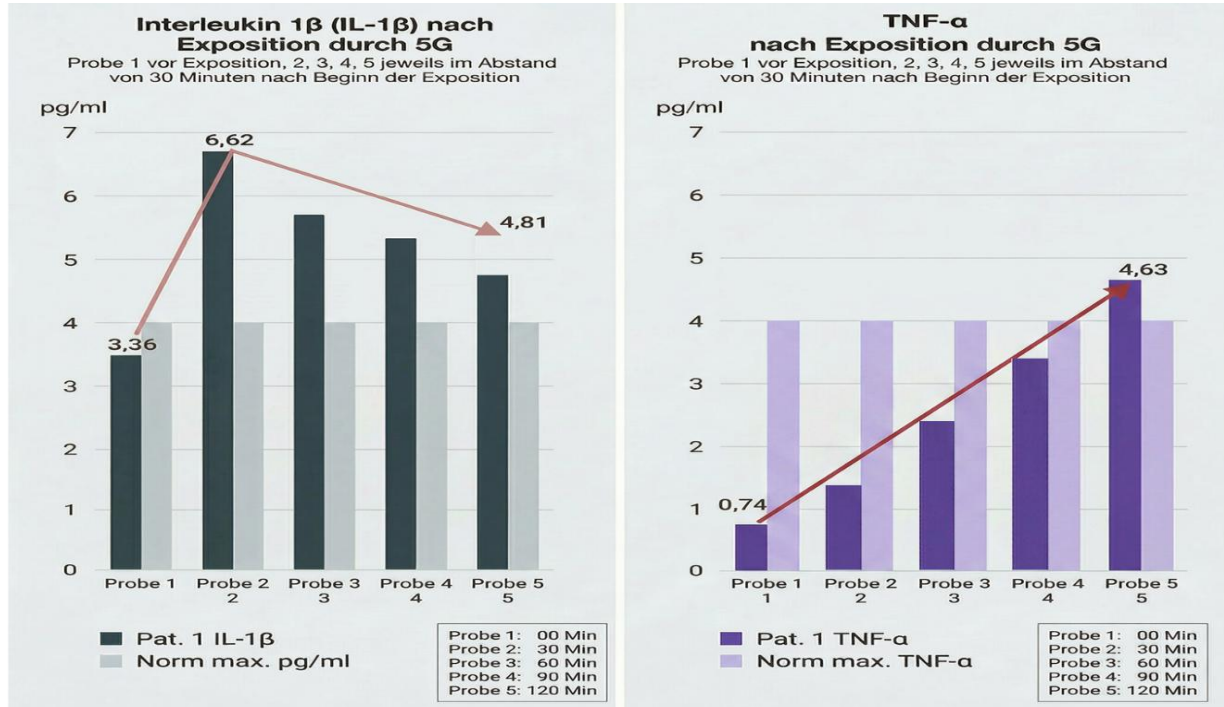


Nachmessen

MESSBARE PARAMETER IN STUDIEN

Entzündungsmarker und mitochondriale Aktivität

Zusätzlich wurden in festgelegten Zeitabständen Blutproben entnommen. Untersucht wurden unter anderem die Entzündungsmarker Interleukin-1 β und TNF- α , um zeitliche Veränderungen innerhalb des Versuchsaufbaus zu dokumentieren.



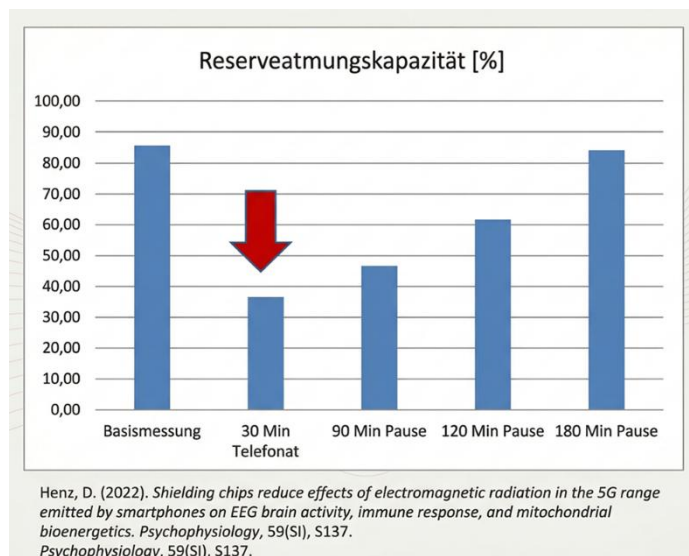
Henz u. Müller (2022). Einflüsse von 5G auf die Immunfunktion und Veränderung des Elektroenzephalogramms. Umwelt-Medizin-Gesellschaft

Messung der mitochondrialen Aktivität

Mitochondrien sind wesentlich an der zellulären Energiegewinnung beteiligt. Die dargestellte Messreihe zeigt eine vorübergehende Veränderung der Reserveatmungskapazität innerhalb dieses Versuchs. Aus einer einzelnen Untersuchung lässt sich keine allgemeine Aussage für alle Menschen oder Alltagssituationen ableiten.

Ziel der Untersuchung

Ziel war es, mögliche Veränderungen der Gehirnaktivität (EEG), biologischer Marker im Blut und der zellulären Energieproduktion unter kontrollierten Bedingungen zu erfassen.



Zusammenfassung der Ergebnisse: Die dargestellten Versuchsergebnisse zeigen Veränderungen einzelner untersuchter Parameter innerhalb dieses Versuchsaufbaus. Aussagekraft, Teilnehmerzahl, Kontrollen, Dosimetrie und Reproduzierbarkeit müssen bei der Einordnung berücksichtigt werden. Eine Übertragung auf jeden Menschen und jede Alltagssituation ist nicht zulässig.

LÖSUNGSANSATZ

Wenn elektromagnetische Felder biologische Stressreaktionen auslösen können, stellt sich die Frage: Wie lässt sich die Belastung durch hochfrequente Strahlung reduzieren, ohne auf moderne Technik verzichten zu müssen?

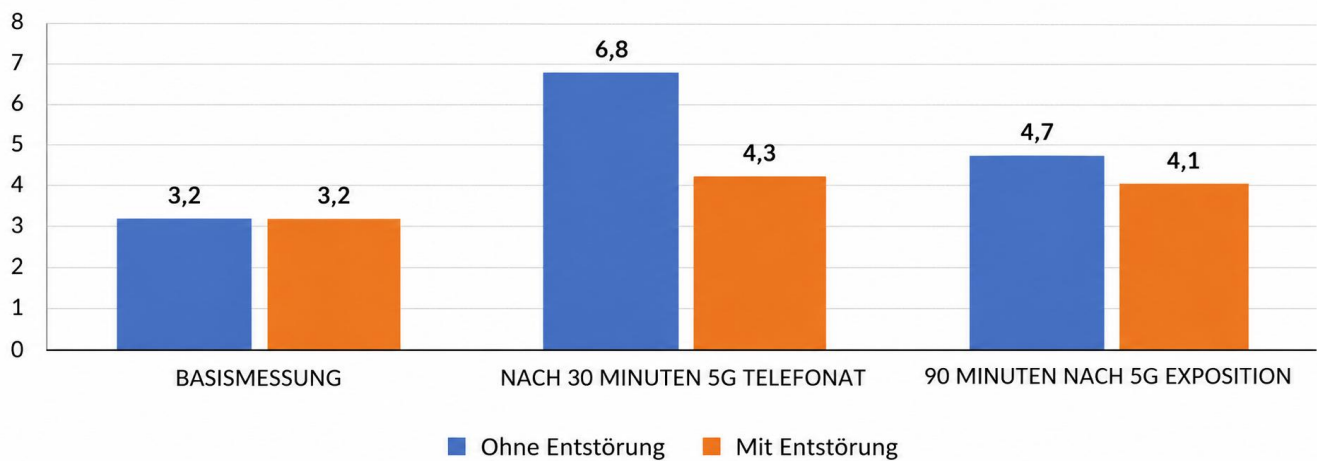
Zuerst sollte man die Exposition **vermeiden und verringern** – durch Ausschalten unnötiger Quellen, Abstand halten und kabelgebundene Verbindungen bevorzugen. Wo das nicht reicht, kommt **Abschirmen** mit abgeschirmten Leitungen, Steckdosenleisten und Raumabschirmungen zum Einsatz.

Genau hier setzt die **Gabriel-Technologie** an. Sie reduziert die biologischen Auswirkungen hochfrequenter Strahlung, ohne Signale zu blockieren. Mobilfunk, WLAN und Bluetooth bleiben voll nutzbar.

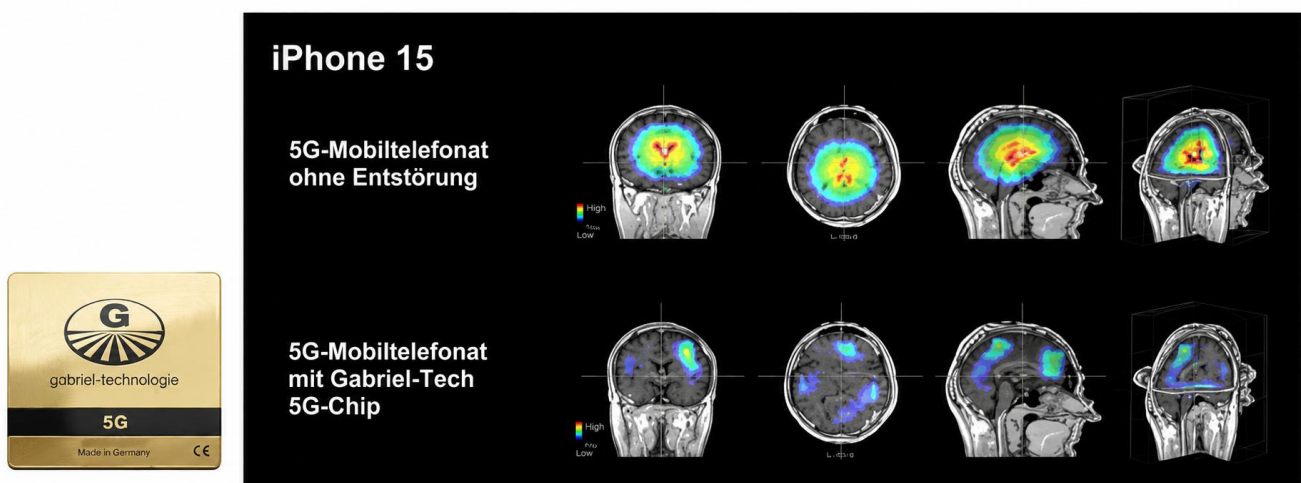
Studien mit 256-Kanal-EEG und Blutparametern zeigten: Die Veränderungen von Interleukin-1 β und Gehirnwellen waren mit Gabriel-Technologie deutlich reduziert und näherten sich den Normalwerten an.

So verbessert die Technologie die biologische Verträglichkeit der Felder – weniger Belastung bei voller Funktionalität.

Interleukin-1 beta (pg/ml)



Statt Strahlung abzuschirmen, verbessert die Technologie deren biologische Verträglichkeit – für weniger Belastung bei voller Funktionalität.



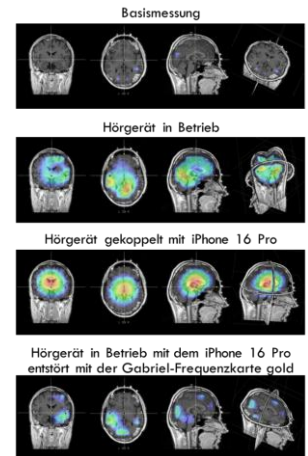
Henz, D. (2024). Shielding chips reduce effects of electromagnetic radiation in the 5G range. *Psychophysiology*, 51 58.

HÖRGERÄTE UND KABELLOSE KOPFHÖRER

Viele moderne Hörgeräte nutzen Bluetooth, um mit Smartphones zu kommunizieren. Dasselbe gilt für AirPods, Bluetooth-Kopfhörer und kabellose Headsets, die direkt am Kopf sitzen und hochfrequente elektromagnetische Felder erzeugen.

Gehirnwellenmessungen zeigen, dass die Gabriel-Technologie die durch diese Geräte verursachten Veränderungen der Gehirnaktivität deutlich reduzieren kann – insbesondere in den tiefen zentralen Hirnarealen, in denen das limbische System liegt.

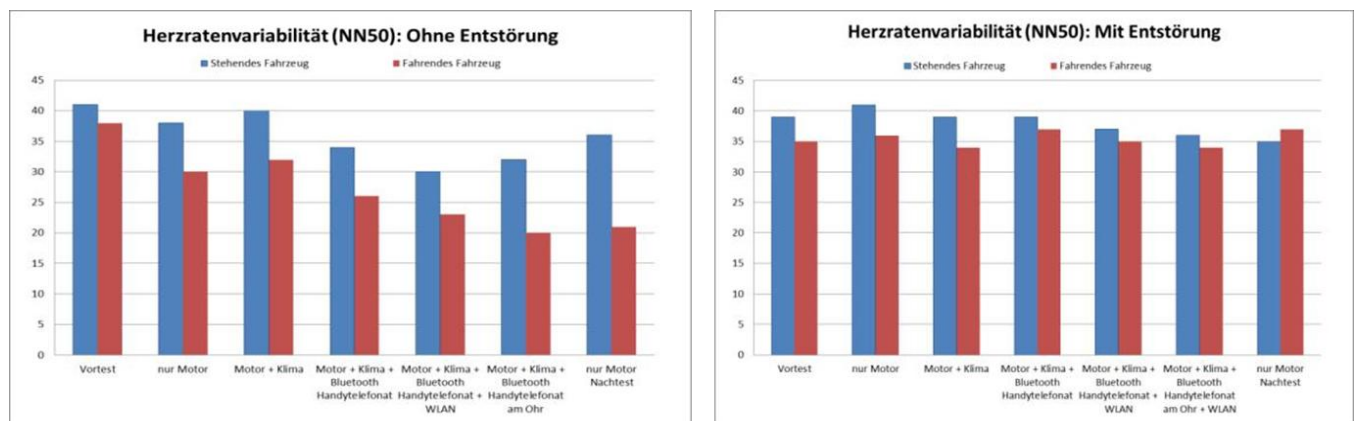
Fazit: Ob Hörgeräte, AirPods, Bluetooth-Kopfhörer oder kabellose Headsets – überall dort, wo Funktechnologien direkt am Kopf eingesetzt werden, kann die Gabriel-Technologie die biologisch stressenden Auswirkungen auf die Gehirnaktivität spürbar mindern und die natürlichen Regenerationsprozesse des Gehirns besser unterstützen. Dennoch bleibt Vermeidung solcher Strahlungsquellen immer die beste Lösung.



OPTIMIERUNG IM FAHRZEUG

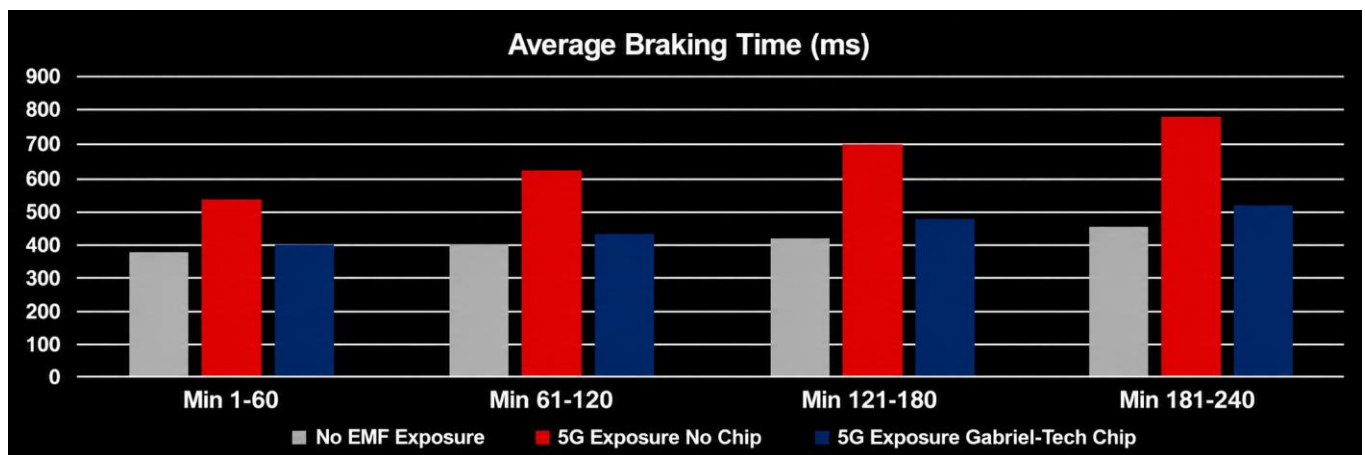
Das Auto ist für viele ein Ort, an dem täglich viel Zeit verbracht wird. Moderne Fahrzeuge sind voll mit elektronischen Systemen, Sensoren sowie Bluetooth-, WLAN- und Mobilfunktechnologien.

Untersuchungen zeigen, dass die Gabriel-Technologie im Fahrzeug positive Veränderungen bei physiologischen Parametern bewirkt – besonders bei der Reaktionsfähigkeit und der Herzratenvariabilität (HRV), einem wichtigen Marker für Stressregulation und Regeneration des autonomen Nervensystems.



Die Messungen ergaben sowohl im stehenden als auch im fahrenden Auto deutlich bessere NN50-Werte mit Gabriel-Technologie (Henz, D. 2018, Psychophysiology).

Zusätzlich verbesserte sich die Reaktionszeit. Die Probanden reagierten schneller auf Reize und ihr Nervensystem war ausgeglichener.



In einer vierstündigen Fahrsimulation unter 5G-Exposition waren die Bremsreaktionszeiten mit Gabriel-Technologie signifikant kürzer als ohne Entstörung (Henz, D. 2022a, Psychophysiology).

PRODUKTE UND ANWENDUNGSBEREICHE IM ÜBERBLICK

Je nach Anwendungsbereich stehen verschiedene Gabriel-Produkte zur Verfügung. Sie wurden entwickelt, um die biologisch belastenden Eigenschaften elektromagnetischer Felder in unterschiedlichen Lebensbereichen zu reduzieren.

Gabriel 5G-Chip: Speziell für Smartphones, Laptops und Tablets – die stärksten und am häufigsten genutzten Funkquellen im Alltag.



Gabriel Bett-Chip: Für den Schlafplatz. Er entstört geomagnetische Störfelder wie Wasseradern, Verwerfungen und Gitternetze und unterstützt so die nächtliche Regeneration.



Gabriel Auto-Set: Speziell für das Fahrzeug. Mehrere Chips werden an strategischen Stellen angebracht und reduzieren die Belastung durch die vielfältigen elektronischen Systeme und Funkverbindungen im Auto.



Gabriel Frequenzprodukte für Alltag und Unterwegs: Mobile Lösungen wie die Frequenzkarte Gold, das Kristallglas-Diamant, Frequenz-Anhänger und Frequenzbänder.



Gabriel WLAN-Chip: Für WLAN-Router und drahtlose Netzwerke.



Gabriel Kopfhörer-Chip Für AirPods, Bluetooth-Kopfhörer, Headsets und andere drahtlose Audiogeräte.



Zusammenfassung Die Gabriel-Technologie bietet passende Lösungen für die wichtigsten elektromagnetischen Belastungsquellen des modernen Alltags - vom Smartphone über WLAN und das Auto bis hin zu Hörgeräten und kabellosen Kopfhörern. So kann die Technologie in nahezu allen Lebensbereichen eingesetzt werden, ohne auf die Vorteile moderner Kommunikation und Vernetzung verzichten zu müssen.

Weitere Informationen und Produkte finden Sie unter:
<https://gabriel-technologie.com/shopauswahl/?partnerID=60087>

PRAKTISCHE TIPPS FÜR ZUHAUSE

Nicht jede Strahlungsquelle lässt sich im Alltag komplett vermeiden. Dennoch können bereits kleine Veränderungen die persönliche Belastung deutlich senken. Besonders wichtig sind, das Schlafzimmer, der Arbeitsplatz und alle Bereiche, in denen man sich länger aufhält.

Im Schlafzimmer

Da der Körper im Schlaf regeneriert, sollte dieser Raum möglichst strahlungsarm sein:

- ✓ Smartphone nachts in den Flugmodus schalten
- ✓ WLAN nachts ausschalten
- ✓ WLAN-Router nicht im Schlafzimmer aufstellen
- ✓ Nachttischlampen durch Akkulampen ersetzen
- ✓ Bett mindestens 30 cm von stromführenden Wänden entfernt aufstellen
- ✓ Keine Smartwatch nachts tragen
- ✓ Auf elektrische Heizdecken und unnötige Elektrogeräte verzichten
- ✓ Keine Erdungsmatten oder Erdungslaken verwenden

Im Alltag

- ✓ Bluetooth am Smartphone nur bei Bedarf aktivieren
- ✓ Abstand zu Smartphones, Routern und Funkquellen halten
- ✓ AirPods, Bluetooth-Kopfhörer und Headsets mit Gabriel-Technologie entstören oder besser kabelgebundene Airtube-Kopfhörer nutzen
- ✓ Höhenverstellbare Schreibtische nach Gebrauch vom Strom trennen
- ✓ Smart Meter und Funkrauchmelder entstören

In Küche und Haushalt

- ✓ Mikrowelle und Induktionskochfelder möglichst vermeiden
- ✓ Ultraschallzahnbürsten durch herkömmliche Modelle ersetzen

Zusätzliche Unterstützung Neben der Reduzierung der Quellen lohnt es sich, auf ausreichend Schlaf, Bewegung, Regeneration und eine gute Versorgung mit Mikronährstoffen zu achten. Hierzu finden Sie noch mehr unter den menschenstärkenden naturheilkundlichen Maßnahmen auf den nächsten Seiten.

Die Gabriel-Technologie kann zusätzlich helfen, die verbleibende Belastung in verschiedenen Lebensbereichen zu mindern.

10 % Rabatt auf alle Gabriel-Produkte unter
<https://gabriel-technologie.com/shopauswahl/?partnerID=60087>
oder
www.gabriel-technologie.com **Rabattcode: Health-Care-Systems-2022**



LÖSUNG: PROFESSIONELLE OBJEKTMESSUNG

Welche Bereiche FP Solutions untersucht

Messbereich	Vorgehen
Elektrische Wechselfelder	Potenzialfreie 3D-Messung in V/m, Einzelmessung, Aufzeichnung und 9-Punkt-Raster.
Magnetische Wechselfelder	3D-Messung in nT/ μ T, Quellenanalyse, Langzeitaufzeichnung und räumliche Verteilung.
Hochfrequenz	Breitband- und Richtmessung, Audioanalyse und Einfallrichtung.
Magnetische Gleichfelder	Absolut- und Relativmessung zur Erfassung räumlicher Abweichungen des Erdmagnetfeldes.
Elektrische Gleichfelder / Elektrostatik	Messung statischer elektrischer Feldstärken und elektrostatischer Aufladungen an Materialien
Dirty Power	Orientierende Untersuchung höherfrequenter Störungen auf dem Stromnetz.
Licht / Flimmern	Bewertung von Flimmeranteil und Beleuchtungsqualität

- ✓ Schlafplätze, Kinderzimmer, Arbeitsplätze, Praxen und Daueraufenthaltsbereiche
- ✓ Photovoltaik, Wechselrichter, Batteriespeicher, Technikräume und E-Mobilität
- ✓ Neubau, Sanierung, Umzug und technische Nachrüstung
- ✓ Kundenbezogene Vorher-Nachher-Dokumentation mit Messort, Betriebszustand, erkannter Quelle, Maßnahme und verständlicher Auswertung



Messwerte werden immer zusammen mit Abstand, Dauer, Nutzung und möglicher Quelle bewertet

SO LÄUFT DIE BERATUNG AB

Vom ersten Gespräch bis zur nachvollziehbaren Verbesserung

Schritt	Inhalt
1. Erstgespräch	Anliegen, Beschwerden, Schlaf- und Arbeitsplatz, Technik, Gebäude und persönliche Ziele erfassen.
2. Vor-Ort-Analyse	Räume, Installationen, Funktechnik und baubiologische Einflussfaktoren systematisch betrachten.
3. Messung	Relevante Feldarten professionell messen und Belastungsschwerpunkte sichtbar machen.
4. Erklärung	Messwerte verständlich einordnen, Quellen zuordnen und unnötige Angst vermeiden.
5. Maßnahmen	Vermeidung, Abstand, technische Optimierung, Entstörung oder Abschirmung gezielt planen.
6. Nachmessung	Nach vollständiger Umsetzung die Wirkung unter möglichst vergleichbaren Bedingungen objektiv dokumentieren.
7. Mensch ergänzend	Auf Wunsch Bio-Well und reviQuant/HRV getrennt ergänzen.
8. Exposé	Messwerte, Grafiken, Quellen, Maßnahmen, Ergebnisse und priorisierte nächste Schritte als klare Gesamtdokumentation zusammenfassen.
Privathäuser • Wohnungen • Schlafplätze • Praxen • Büros • Unternehmen • Neubau • Sanierung	



Beispiel einer FP-Solutions-Objektberatung

MESSPLATZ: WOHNBEREICH SOFA

Fotodokumentation des untersuchten Aufenthaltsbereichs

Etage / Bereich	Parterre · Wohnbereich
Messplatz	Sofa
Dokumentation	Ausgangssituation am tatsächlichen Aufenthaltsort

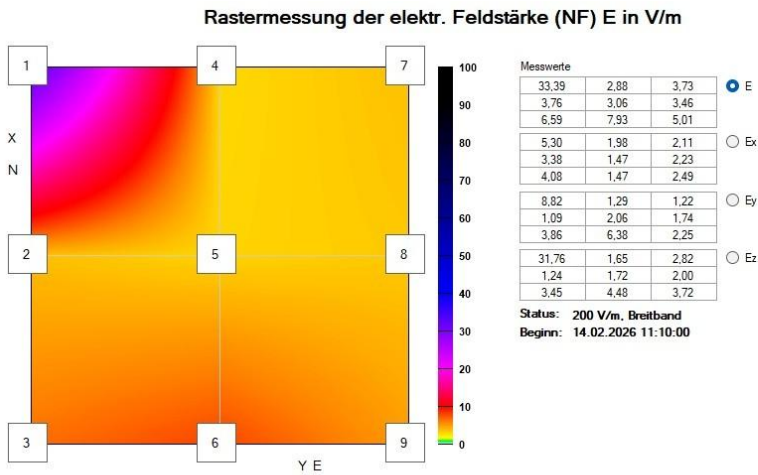
Messposition / untersuchter Aufenthaltsbereich



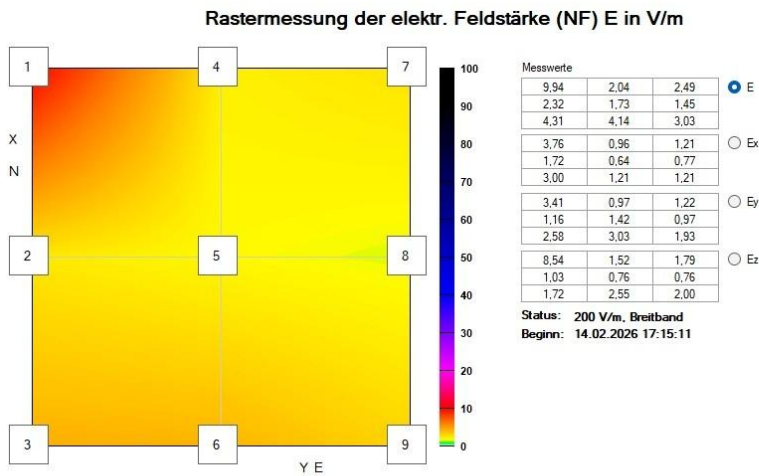
Die Messungen wurden am tatsächlichen Aufenthaltsplatz durchgeführt.
Die dargestellten Messergebnisse beziehen sich auf diesen Bereich.

ELEKTRISCHE WECHSELFELDER (NF)

Ausgangsmessung: 3D-Rastermessung



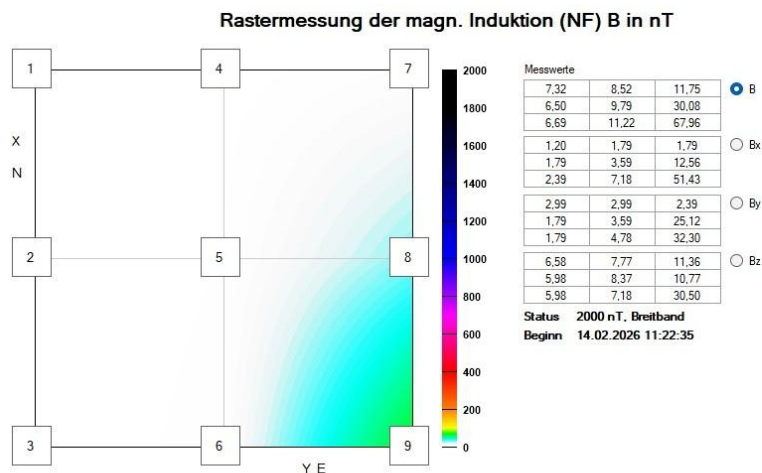
Nachmessung: 3D-Rastermessung (Optimierung durch Vermeidung)



	Elektrische Wechselfelder	unauffällig	schwach auffällig	stark auffällig	extrem auffällig
	Niederfrequenz				
	Baubiologische Richtwerte bei potenzialfreier Messung (V/m)	< 0,3	0,3 - 1,5	1,5 - 10	> 10
Farbverteilungen					

MAGNETISCHE WECHSELFELDER (NF)

Ausgangsmessung: 3D-Rastermessung

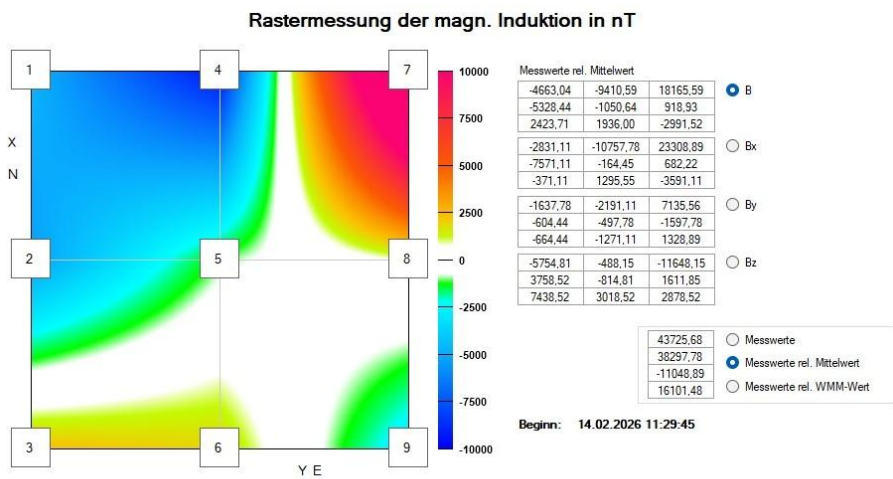


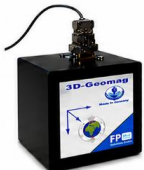
	Magnetische Wechselfelder	unauffällig	schwach auffällig	stark auffällig	extrem auffällig
	Niederfrequenz				
	Baubiologische Richtwerte (nT)	< 20	20 - 100	100 - 500	> 500
Farbverteilungen					

MAGNETISCHES

MAGNETISCHES GLEICHFELD

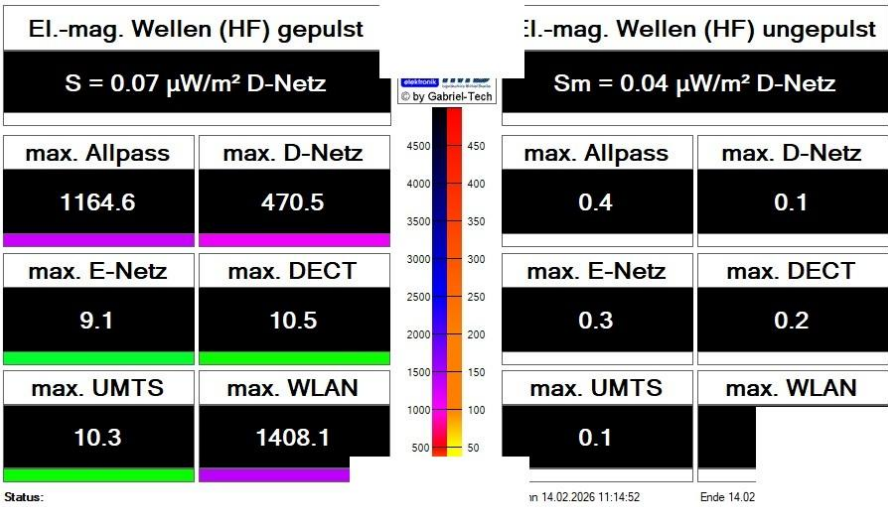
Ausgangsmessung: 3D-Rastermessung



	Magnetische Gleichfelder (Magnetostatik)	unauffällig	schwach auffällig	stark auffällig	extrem auffällig
	Niederfrequenz				
	Baubiologische Richtwerte (nT)	< 3,0	3,0 - 15	15 - 100	> 100
Farbverteilungen					

ELEKTROMAGNETISCHE WELLEN (HF)

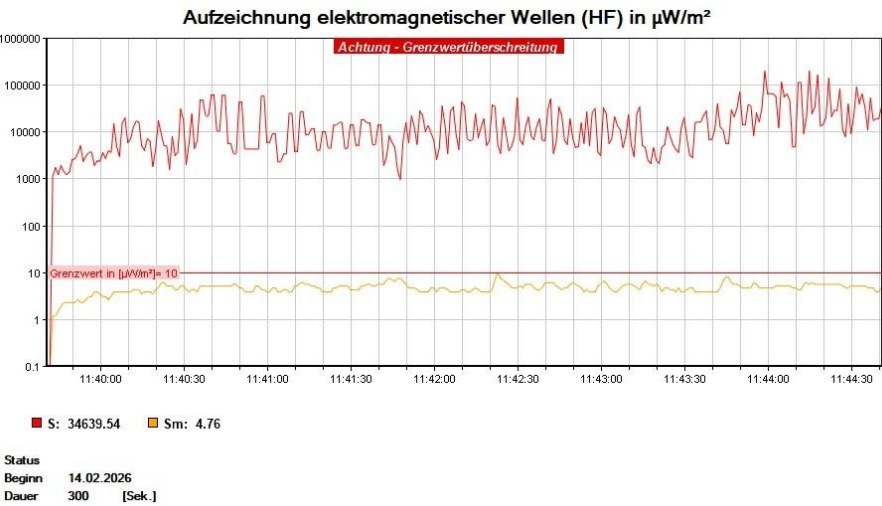
Ausgangsmessung : Orientierende Hochfrequenzmessung (HFA-3)



	Elektromagnetische Wellen	unauffällig	schwach auffällig	stark auffällig	extrem auffällig
	Hochfrequenz				
	Baubiologische Richtwerte ($\mu\text{W}/\text{m}^2$)	< 0,1	0,1 - 10	10 - 1.000	> 1.000
Farbverteilungen					

ELEKTROMAGNETISCHE WELLEN (HF)

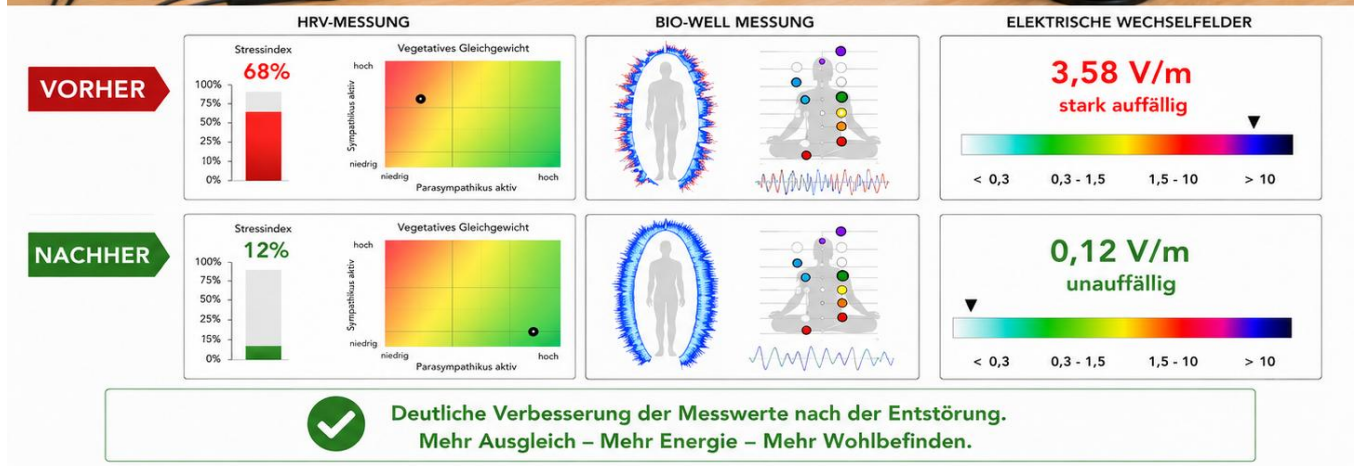
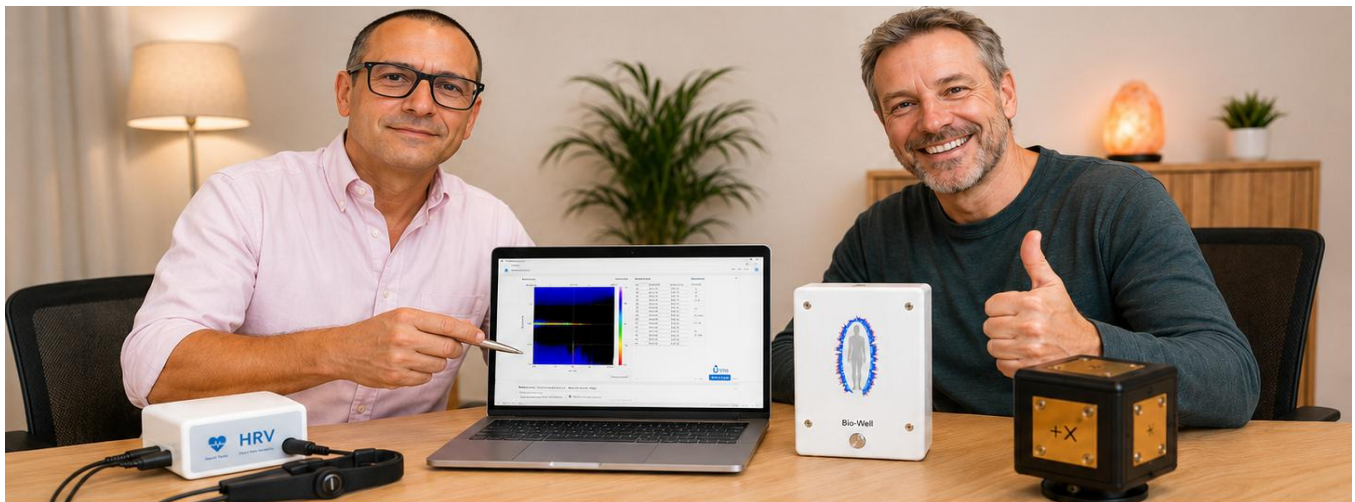
Ausgangsmessung: Breitbandmessung (Frequency Master)



	Elektromagnetische Wellen	unauffällig	schwach auffällig	stark auffällig	extrem auffällig
	Hochfrequenz				
	Baubiologische Richtwerte ($\mu\text{W}/\text{m}^2$)	< 0,1	0,1 - 10	10 - 1.000	> 1.000
Farbverteilungen					

BIO-WELL UND REVIQUANT / HRV

Optionale Körpermessung vor und nach der Elektrosmog-Optimierung



Beispiel einer Bio-Well- und einer reviquant/HRV-Dokumentation.

Ergänzend zur Elektrosmog-Objektberatung bietet FP Solutions eine persönliche Vorher-Nachher-Messung mit **Bio-Well und/oder reviquant** an.

Vor der Optimierung wird zunächst der aktuelle körperliche und physiologische Regulationszustand erfasst. Nach der Reduzierung, Entstörung oder Harmonisierung der Elektrosmogbelastung erfolgt unter möglichst vergleichbaren Bedingungen eine erneute Messung.

So kann dokumentiert werden, welche Veränderungen sich im Körper zeigen, wenn die elektromagnetische Belastung im Wohn-, Schlaf- oder Arbeitsumfeld reduziert wurde.

Je nach Messverfahren können unter anderem folgende Bereiche betrachtet werden:

- ✓ vegetative Regulation
- ✓ Stress- und Erholungsfähigkeit
- ✓ Regulations- und Anpassungsfähigkeit
- ✓ körperliche Reaktionen vor und nach der Maßnahme
- ✓ Veränderungen des persönlichen Wohlbefindens

Die Messergebnisse werden gemeinsam mit der technischen Vorher-Nachher-Messung betrachtet. Dadurch lässt sich gegenüberstellen:

Die Körpermessung kann wahlweise als Ergänzung zur Elektrosmog-Objektberatung oder als separate, eigenständige Leistung durchgeführt werden..

Hinweis: Die genannten Regulationsverfahren (z. B. HRV mit reviquant und Bio-Well) stellen keine medizinische Diagnostik dar und ersetzen keine ärztliche Abklärung

DEN MENSCHEN STÄRKEN – NATURHEILKUNDLICHE MASSNAHMEN

Ganzheitliche Unterstützung von Regulation und Regeneration

Technische Belastungen sollten zuerst gemessen und an der Quelle reduziert werden. Ergänzende Maßnahmen können Schlaf, Nervensystem und Regeneration unterstützen – ersetzen aber keine technische Sanierung oder medizinische Abklärung.

Schlaf und Regeneration

Feste Schlafzeiten, abendliche Lichtreduktion, ruhige Umgebung und ausreichende Erholung bilden die Basis.

Atem, Stressregulation & Nervensystem

Ruhige Atemübungen mit langer Ausatmung, bewusste Pausen und Reizreduktion fördern die Balance.

Bewegung und Natur

Regelmäßige Bewegung und Aufenthalte im Freien unterstützen Stressabbau und Körperwahrnehmung.

Ernährung, Flüssigkeit & Mikronährstoffe

Ausgewogene Ernährung, gutes Wasser, Omega-3-Fettsäuren, HCK (Hydro Cell Key), Detox-Kapseln, Vitamin D3, Phytonährstoffe (z. B. von Ceres) und weitere Mikronährstoffe können die Regulation des Körpers nachhaltig unterstützen.

Kälteanwendungen

Langsam aufgebaute Kältereize wie Wechselduschen oder kalte Güsse können Kreislauf und Resilienz trainieren (individuell dosiert und bei Vorerkrankungen nur nach ärztlicher Rücksprache).

Weitere Einflussfaktoren

Bei Bedarf Darmgesundheit, Stoffwechsel, Hormone oder andere Belastungen abklären.

Verlauf dokumentieren

Die HRV-Messung mit reviquant sowie Bio-Well eignen sich gut für einen objektiven Vorher-Nachher-Vergleich.



Umfeld optimieren • den Menschen stärken • Veränderungen nachvollziehbar dokumentieren

KONTAKT, BESTELLUNG, HOMEPAGE UND BEWERTUNG

Persönliche Beratung, digitale Informationen und Ihre Rückmeldung

FP-SOLUTIONS-HOMEPAGE Leistungen · Informationen · Kontakt  www.fp-solutions-gmbh.de	BEWERTUNG ABGEBEN Ihre persönliche Erfahrung mit FP Solutions  Doctify-Bewertungsseite
--	---

QR-Code scannen und direkt öffnen.

Hinweis: Dieses Exposé dient der allgemeinen Information. Technische Messungen dokumentieren die örtliche Feldsituation zum jeweiligen Messzeitpunkt; sie ersetzen keine medizinische Diagnose, behördliche Grenzwertprüfung oder vollständige normative Konformitätsprüfung. Ergänzende Regulationsverfahren messen keine elektromagnetischen Felder. Elektroarbeiten dürfen ausschließlich durch qualifizierte Fachkräfte ausgeführt werden. Erfahrungsberichte stellen persönliche Wahrnehmungen dar und sind kein Heilversprechen.

KONTAKT



Franz Prost
Geschäftsführer FP Solutions GmbH ·
Heilpraktiker · Visionär



Lucas-Cranach-Str. 15
D-84453 Mühldorf am Inn



Mobil: +49 (1522) 1936474



E-Mail: info@fp-solutions-gmbh.de



Elektrotechniker
Fachwissen für sichere
und normgerechte
Elektrotechnik



Baubiologe
Expertise für gesundes
Wohnen und nachhaltige
Lebensräume



Elektrosmog Experte
Messung, Bewertung
und Optimierung
elektromagnetischer Felder



GESUNDE
LEBENSÄUUME



BEWUSSTSEIN
STÄRKEN



ENERGIE
BEWAHREN



ZUKUNFT
GESTALTEN

Danke!

Für Ihre Aufmerksamkeit und
Ihr Vertrauen.



**FP
Solutions GmbH**

Baubiologie • Elektromog • Naturheilkunde

Baubiologie • Elektromog • naturheilkundliche Regulation

Ganzheitlich messen • Verstehen • Optimieren



**PROBLEM
ERKENNEN**



**URSACHE
VERSTEHEN**



**LÖSUNG
ZEIGEN**



**WIRKUNG
NACHMESSEN**



**DEN MENSCHEN
STÄRKEN**

FÜR GESUNDE LEBENSÄUEN UND EINE BESSERE ZUKUNFT



BAUBIOLOGIE

- Raumklima & Schadstoffe
- Feuchte & Schimmel
- Baumaterialien
- Licht, Schall, Wasser
- Lösungen für gesunde Räume



ELEKTROSMOG-ANALYSE

- Elektrische & magnetische Felder
- Hochfrequente Strahlung (HF)
- Gleichfelder & Dirty Power
- Licht & Flimmern
- Professionelle Messung & Bewertung



**NATURHEILKUNDLICHE
REGULATION**

- Ganzheitliche Betrachtung
- Regulation & Entlastung
- Schlafplatz-Optimierung
- Vermeiden – Verringern – Entstören
- Mensch in seiner Mitte stärken

UNSER ABLAUF – IN 7 SCHRITTEN ZU MEHR LEBENSQUALITÄT



1

ERSTGESPRÄCH

Wir hören zu und verstehen Ihre Situation.



2

VOR-ORT-TERMIN

Wir verschaffen uns ein umfassendes Bild.



3

MESSUNG

Wir messen alle relevanten Felder und Parameter.



4

AUSWERTUNG

Wir analysieren die Ergebnisse und bewerten.



5

PRIORITÄTEN

Wir zeigen die wichtigsten Ursachen auf.



6

UMSETZUNG

Wir optimieren mit gezielten Maßnahmen und Lösungen.



7

**NACHMESSUNG
& EXPOSÉ**

Wir prüfen die Wirkung und dokumentieren das Ergebnis.



Gesunde Räume. Gesunder Schlaf. Gesunde Menschen.



FP Solutions GmbH

Baubiologie • Elektromog
naturheilkundliche Regulation

Ganzheitlich • Natürlich • Nachhaltig



+49 1522 1936474



info@fp-solutions-gmbh.de



www.fp-solutions-gmbh.de



Mehr erfahren auf
unserer Website!