

# Søvnapnø og elektrosmog.

(Artiklen er oversat af Dorte Ulriksen)

Hvad siger videnskaben om søvnapnø?

Søvnapnø er en af de mest vanskelige sygdomme at behandle. Sygdommen er karakteriseret ved pauser i vejrtrækningen, mens man sover. De første symptomer omfatter usædvanlig stor søvnighed om dagen, træthed og man er tilbøjelig til at sidde og nikke, såvel som flere andre symptomer og følgesygdomme. Pauserne i vejrtrækningen resulter i nedsat iltforsyning og derfor gentagne signaler fra hjernen om at vågne op. Disse "vågn op" signaler resulterer ikke i en direkte opvågning, men snarere i forhøjelse af kropsfunktioner som hurtig puls og forhøjet blodtryk. Resultatet er en ikke - genoprettende søvn, som sædvanligvis medfører usædvanlig stor søvnighed om dagen.

De unormale vejrtrækningspauser varer længere end 10 sek., og resulterer i et fald af iltindholdet i blodet. Dette medfører at der ikke bliver tilført nok ilt til vævene, og dette er årsagen til "vågn op" signalerne, som genstarter vejrtrækningen. Under alt dette skabes der kaos i søvnmønstret og kroppens forsøg på regenerering bliver i meget høj grad svækket. Snorkere med alvorlig "dag-søvnighed" bør mistænkes for at have vejrtræknings pauser, når de sover.

- Risikofaktorer for søvnapnø:
- Fedme.
- Hæmning af luftpassage gennem næsen.
- Forstørrede mandler.
- For stor afslapning af halsmusklerne.
- Forbrug af alkohol, sovepiller, nikotin, ecstasy (MDMA)
- Medfødte misdannelser og deformitet af underkæben.
- Udvidelse af blødt væv.
- **"Electrosmog" / elektronisk forurening.**

Ved ubehandlet søvnapnø forekommer der ofte kroniske helbredsproblemer (f.eks. højt blodtryk, herteanfald, slagtilfælde o.s.v.), reaktionen herpå er at anbefale en søvnevurdering. Personens søvn analyseres, og det bedømmes herefter om vejrtrækningspauserne er store nok til, at en behandling er berettiget..

Videnskaben har i årtier beskæftiget sig med diagnoser og kliniske billeder af søvnapnø. Dette nye tiltag betyder, at udefra kommende faktorer og mental indflydelse fra miljøet så som elektronisk forurening i soveværelset, nu for første gang tages i betragtning. Skønt tilhængerne af denne teori endnu i meget høj grad er i mindretal, tages emnet mere og mere alvorligt.

"GEOVITAL Academy" har i de seneste år hjulpet mange patienter, som har haft klager relateret til søvnapnø. I mange år har disse patienter anvendt CPAP – apparater som vejrtrækningshjælp - et nødvendigt onde for brugere såvel som for deres partnere. Det er interessant, at alle evalueringer af strålingsniveauerne i soveværelserne hos folk, der led af søvnapnø, viste øget elektronisk forurening på grund af strømførende ledninger og interne el-ledninger - soveværelsets vægge udsatte sengeområderne for kraftig stråling.

Efter iværksættelsen af kredsløbs afbryder- kontakter og/eller afskærmning var to-tredje delen af alle patienter med søvnapnø i stand til at klare sig uden deres CPAP apparater, vejrtræknings - pauserne var fuldstændig forsvundet.

Ordet CPAP står for “Continuous Positive Airway Pressure” (**kontinuerligt overtryk i luftvejen**) det er et apparat der sørger for en fast mængde sammenpresset luft og anvendes til behandling af obstruktiv søvnapnø, forstyrret åndedrag og snorkning under søvnen.

Om forfatteren: [Michael Greschek](#)

Michael Greschek er Geobiologist på “the Academy for Radiation protection” (akademiet for strålings beskyttelse) i Niederrhein og var i mange år selv en belastet patient, som led af søvnapnø. Kun ved afskærmning af hans soveværelse og bortskaffelse af elektrisk forurening blev han i stand til at undvære CPAP maskinen.

#### QUICK-LINKS

- [Organise a geobiological investigation of your bedroom](#)
- [Radiation protection – Sense of nonsense?](#)

By [Michael Greschek](#)|Tags: [apnea](#), [Bedroom improvements](#), [breathing](#), [Electronic pollution](#), [Radiation protection](#), [sleep apnea](#)