



## Mikrobølgeovner og helse

Er det skadelig å stå nær mikrobølgeovnen når den varmer opp middagsrestene?

Mikrobølgeovner er etter hvert blitt en selvsagt hvitevare på kjøkkenet. Men fremdeles er det mange som lurer på om de er utsatt for farlig stråling hvis de står tett oppi den når den er på.

Det er riktig at mikrobølgeovner kan lekke ut radiobølger, men nivåene er meget lave og ikke skadelige.

Ifølge Senter for teknisk utstyr og radiologisk helse i USA må alle mikrobølgeovner på markedet oppfylle visse krav. De må lekke mindre enn fem milliwatt radiobølger per kvadratcentimeter på fem centimeters avstand fra ovnen i løpet av hele sin levetid.

Til sammenligning har de fleste mobiltelefoner, som vi trykker helt inntil øret, et maksimumsnivå på 1,6 watt. Studier gjort på følgene av mobilbruk viser så langt ingen helseskadelige virkninger, og at det er trygt å bruke mobiltelefon.

Produsenter av mikrobølgeovner er dessuten pålagt å ha dører med metallmasker som hindrer mikrobølgene fra å komme ut. Ovnene må også ha dører med "smekklås" og funksjoner som gjør at ovnen automatisk slår seg av når døren åpnes.

Slike innretninger begrenser utslippene av bølgene til et minimum.

Det betyr at det er helt trygt å stå nær en mikrobølgeovn mens den er på.

**Kilde:** New York Times 2007

*Foto:* © [iStockphoto.com/amoisei](https://www.iStockphoto.com/amoisei)