

# 전자파로부터 우리의 건강을 지키는 휴대폰 사용방법

- ☑ 어린이는 가능한 휴대폰을 사용하지 않는 것이 좋아요.

어린이는 성장 중이기 때문에 전자파에 더 약하고 해로울 수 있습니다.  
한국전자통신연구원(ETRI)에서는 어린이에 대한 연구결과를 바탕으로 어린이의 휴대전화 사용 자제를 권고하고 있습니다.



- ☑ 통화할 때는 휴대폰을 얼굴에서 조금 떼고 사용하는 것이 좋아요.

휴대폰의 전자파는 우리의 몸에 가까울수록 흡수되는 양이 많아집니다. 얼굴에서 5 mm만 띄어도 전자파흡수가 반이상이 줄어듭니다.



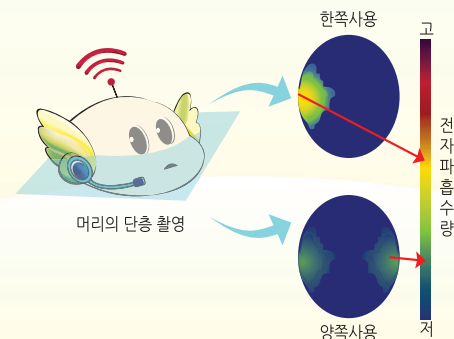
- ☑ 통화는 짧게 할수록 좋아요.

우리 몸에 흡수되는 전자파에너지는 통화시간이 길수록 많아집니다.

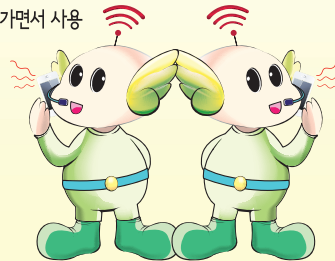


- ☑ 통화시간이 길어질 때에는 오른쪽! 왼쪽! 번갈아 가며 사용해야 해요.

얼굴의 한쪽 면으로 통화하는 것보다 얼굴의 오른쪽과 왼쪽을 번갈아 사용하는 것이 더 안전합니다.

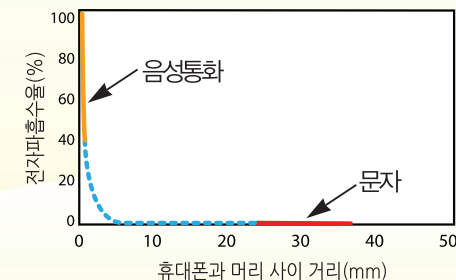


번갈아가면서 사용



- ☑ 얼굴에 대고 하는 통화보다 문자 메시지를 이용하세요.

음성으로 통화하는 것 보다 문자메시지를 이용하면 얼굴에서 멀리 떨어지기 때문에 더 안전합니다.



✓ ☒ 휴대폰 사용시 이어폰 마이크를 사용하는 것이 좋아요.

휴대폰 통화시 핸즈프리를 사용하게 되면 휴대폰과의 거리가 멀어져 머리에 흡수되는 전자파 양을 줄일 수 있습니다.



✓ ☒ 휴대폰의 안테나 수신표시가 약하면 전자파가 더 많이 발생해요.

휴대폰에 연결해 주는 기지국과 거리가 멀어져서 휴대폰의 신호가 약해지면 휴대폰은 전자파를 더 많이 발생하게 됩니다.  
(수신신호가 약한 장소 : 지하실, 엘리베이터, 깊은 산속 등)



✓ ☒ 잠잘 때는 휴대폰을 머리맡에 두지 마세요.

잠을 잘 때나 휴식을 취할 때에는 휴대폰을 우리 몸으로부터 멀리 떼어 놓을수록 더 안전합니다.



✓ ☒ 시중에 판매되고 있는 휴대폰 전자파 차단제품들을 믿으면 안돼요.

현재, 시중에서 판매되고 있는 전자파 차단제품들은 전자파 차단 효과를 인증 받은 것이 없으므로 안전하다고 믿고 사용하면 안됩니다.



행복한 세상을 이어주는  
**건강한 휴대폰생활**

통화는~ 짧게!  
머리에서~ 멀리!  
오른쪽~ 왼쪽 번갈아!