

# Feilinformasjon om jording og jordingsprodukter

**Hva mener vi med jording?** Jording oppstår når teknisk utstyr eller menneskekroppen (eller annet materiale) som leder strøm, kobles direkte til jord (bakken) via en leder. Det samme skjer når du går barbert på stranden, tar på et tre, bader i vann eller sjø utendørs eller er i direkte kontakt med bakken på annen måte.

Vanligvis forbinder vi jording med elektrisk og teknisk utstyr, som er sensitivt for statisk elektrisitet og elektromagnetisk støy generelt. Jording fikk sin første tekniske relevans på midten av 1800-tallet da man innførte forløperen til telefoni (telegraf) med en kabel over Atlanterhavet. Det oppsto elektrisk støy på linjen, som ble helt eliminert når systemet ble jordet. Siden den gang har alt sensitivt elektrisk utstyr blitt jordet som sørger for at utstyr og bakken (jord) har samme elektriske potensial og at statisk elektrisitet blir avledet til jord. Enkelt sagt så skjer det sammen med kroppen når den blir direkte koblet til jord ved bruk av jordingslaken, jordingsmatte eller når vi går barbert ute. Det er skrevet god informasjon om jording på norsk av flere inkludert Uno Vita AS ([shop.unovita.com](http://shop.unovita.com)) og Helsemagasinet vitenskap og fornuft ([vof.no](http://vof.no)) og flere andre. Uheldigvis er det også fremkommet norske artikler basert på en tysk artikkel fra 2005 som gir teknisk feil informasjon om jording. Helsefordelene med å være jordet slik mennesker og våre forfedre har vært frem til vi ble «frakoblet» jord da vi innførte gummisåler, lynoliumsgulv osv., er basert på forskning frem til i dag (2017) klart og entydig fordelaktige.

## Feilaktige påstander og forklaringer på hvorfor de er feil:

Påstandene er bl.a. fremsatt av EMF Consult på deres hjemmesider. Vi legger til at dette firmaet også gir mye riktig informasjon om stråling og relaterte tema, men når dette bidrar til at mennesker som vil ha nytte av å sove på jordingslaken ikke gjør det, bør feil påpekes.

### **Påstand 1: Jording forverrer elektriske felt og er skadelig for kroppen**

Når kroppen (eller hvilken som helst leder der elektroner beveger seg) er jordet, oppstår det et beskyttende felt rundt kroppen (paraplyeffekten). Elektriske apparater i Norge er normalt koblet ledningsnett (vekselstrøm, 50 Hz, 220/230). Alle apparater eller ledere der det går strøm, vil lage elektriske felt. Når man er i nærheten av disse elektriske feltene, vil deler av elektronene i kroppen begynne å «vingle» eller svinge i takt med 50 Hz-frekvensene fra el-nettet og de elektriske apparatene. Når man så er i direkte kontakt med jord (er jordet), reduseres denne effekten vesentlig, og kroppen får mer ro. Det at det elektriske feltet rundt jordingslaken og/eller kroppen oppå lakenet øker, er riktig. Alle steder elektroner beveger seg i en leder (strøm), skapes det elektriske felt rundt lederen. Feltet i kroppen reduseres, og støyen reduseres (paraplyeffekten) i tillegg til at det strømmer helsebringende mikrostrømmer fra jord til kroppen som det gjør når du er på stranden om sommeren. Påstanden om «forverring» er med andre ord feil enten den er basert på en misforståelse eller manglende kunnskap og grunnleggende fysikk. Kroppen får redusert effekten av elektriske felter når den er jordet og ikke omvendt. Det er av samme årsak at man har jordet elektrisk utstyr siden midten av 1800-tallet.

### **Påstand 2: Bruk av jordingslaken vil i de fleste tilfellene øke belastningen på kroppen**

Det er dokumentert i studier at det motsatte er tilfelle (se lenker nederst) og at effekten av vekselstrømsfelter (AC) reduseres når man sover på jordingslaken.

### **Påstand 3: Tordenvær- og lyn teorien**

Det antydes at jordingslakenet «tiltrekker» seg stråling på samme måte som et lyn vil gå korteste vei til jord. For det første leveres alle jordingslaken og matter (produsert av Uno Vita og øvrige vi er kjent med) utrustet med en 100 kilo Ohms motstand. Det betyr at det uansett årsak ikke er teknisk mulig at det kan gå høy spenning igjennom lakenet eller personen som ligger oppe på det. Risikoen for at det skal komme et lyn inn av vinduet fremfor å slå ned i høyeste leder (tre, telefonstolpe, hustaket, pipa, antennen osv.) å ta korteste vei til jord via lakenet er ikke til stede (fordi lakenet har for høy motstand). Du er som bruker av jordingslaken 100% beskyttet, mot en slik mulighet. For det andre er det fysisk feil å si at et jordingslaken «tiltrekker» seg stråling. Elektriske felter oppstår som et resultat av at det går strøm igjennom en leder. Et jordingslaken er en leder, og som tidligere nevnt, oppstår et felt rundt lakenet og/eller den som ligger på det. Lakenet kan ikke «tiltrekke» seg felt, det strider mot fysikkens lover.

### **Påstand 4: Det har ingen hensikt å måle kroppsspenning (body volt på engelsk)**

Det hevdes at det ikke er noen hensikt å måle kroppsspenning mot jord (jordens elektriske potensial). Selvsagt er det hensiktsmessig å måle at man er jordet (da vil spenningen mot jord reduseres mot 0) for å vite at lakenet, matten eller hvilket annet utstyr man bruker for å jorde seg, faktisk fungerer og vil gi de helseeffektene vi vet jording tilbyr.

### **Påstand 5: Det er det elektriske feltet som betyr noe for hvor mye strøm det går gjennom kroppen**

Det er viktig å forstå at elektriske felt ikke har bevegelige elektroner i seg (ellers ville vi kalt det strøm), men kun energi. Elektriske felt kan bidra til å bevege elektroner der det er elektroner, som i en leder slik kroppen er. Derfor vil 50 Hz vekselstrøm (AC)-felter bidra til at kroppens elektroner «vingler» frem og tilbake inntil man er tilkoblet jord. Da blir man en forlengelse av jordens (den største elektromagneten vi har) elektriske potensial, og paraplyeffekten oppstår (en beskyttende effekt). Indusert spenning vil avledes til jord med lysets hastighet (umiddelbart). Skulle man bli koblet direkte til en elektrisk kilde som faktisk kan avgi en farlig strøm av elektroner (strøm fra et ødelagt husholdningsapparat for eksempel), er lakenet utstyrt med nevnte motstand som gjør at det ikke er teknisk mulig at en farlig strøm passerer igjennom kroppen. Uttalelsen ovenfor er derfor irrelevant i forhold til bruk av jordingslaken.

### **Konklusjon om risiko ved jording, elektriske felt og helsefordeler ved jording**

Jording (gå barbert, sove på jordingslaken, bruke jordingsmatte mm) er godt for deg. Det er frem til 2017 publiserte 20 kontrollerte studier som dokumenterer at jording er helsefremmende på flere områder og anbefalt for alle, på samme måten som det er anbefalt å være ute og i kontakt med bakken, få frisk luft og dagslys. Det er riktig at elektromagnetisk stråling (forkortet EMF) fra trådløse nettverk, mobiltelefoner, strømførende kabler, høyspent, ladere og annet elektrisk utstyr skaper uheldige felter som kan være en belastning for kroppen.

Jording løser ikke alle strålingsproblemer, men reduserer effekten av flere av dem og gir en gunstig terapieffekt på kroppen. Uno Vita og partnere anbefaler alle å redusere belastningen av menneskeskapt stråling (EMF) generelt sett. Reduksjon av eksponering kan gjøres ved ulike skjermingstiltak (stoff, gardiner, belegg, maling, matter osv.), som blokkerer/reflekterer høyfrekvent stråling og avleder lavfrekvent elektrisk stråling til jord. Man kan også redusere støy på el-nettet ved bruk av skittenstrømfiler, og man kan bruke teknologier som reduserer skadeeffekten av stråling (Spinor). Det er mange deler av den menneskeskapte elektromagnetiske utstrålingen som kan være uheldig for mennesker. Vi anbefaler alle med eldre hus og ledningsnett eller ved mistanke om feil å få kontrollert sitt elektriske anlegg. Legg om til jordet kabling der det er mulig å få elektrikeren til å kontrollere at det er god jord uten kryptstrøm slik det skal være. Godt jordet kabling i huset reduserer støy og gjør at du kan være jordet i alle rom du oppholder deg i. Ta gjerne kontakt med oss for hjelp.

### **Helseeffekter av jording oppsummert**

Mennesket og våre forfedre har vært i kontakt med bakken nær 6 millioner år, men siden 1950-tallet har den industrialiserte delen av verden mistet bakkekontakten. Går du barbert, bader i sjøen og er i direkte kontakt med den, er det god medisin. Når du sover og er inne, er du avskåret fra den naturlige elektriske stimulansen fra bakken. Studier av en gruppe som sov jordet, viste følgende:

- 85 % sovnet fortere
- 93 % sov bedre hele natten
- 82 % opplevde reduksjon i muskelstivhet
- 74 % opplevde reduksjon eller bortfall av smerter
- 78 % opplevde bedre helse generelt sett

Publiserte studier viser at jording bedrer blodets evne til å transportere oksygen, som motvirker bl.a. hjerte- og karsykdom. Videre viser de at jording har en positiv effekt på hormonsystemet, mineralbalansen og generelt sett reduserer betennelser og smerter.

### **Forskning som viser at elektriske felter i hus ikke utgjør noen helserisiko ved jording**

[Effects of Grounding on Body Voltage and Current in the Presence of Electromagnetic Fields](#)

[Richard Brown, PhD](#)

### **Studier som dokumenterer helsemessige gunstige effekter ved jording**

[Pub Med om jording](#)

[Earthing instituttet](#)

[Google Scholar](#)

### **Grunnleggende om jording (anbefales for deg som leser engelsk)**

[Forstå jording fra Earthing instituttet](#)

Copyright Uno Vita AS – 2017 – [shop.unovita.com](http://shop.unovita.com) – ved Jan F. Poleszynski