# Behov av särskilda anpassningar vid EHS/elöverkänslighet

**Sökande:** _____ **Födelsedatum:** _____

☐ Avser den sökande ☐ Avser annan för att möjliggöra besök, se nedan.

☐ Make/maka/sambo ☐ Barn/förälder/syskon ☐ Nära släkt/vän

**Generell känslighetsnivå**

För att ge en övergripande uppfattning om personens känslighet för EMF (elektromagnetiska fält) och hur det kan påverka behovet av anpassningar anges en ungefärlig nivå för känslighet i detta dokument.

Det finns dessvärre inte några formellt fastlagda beskrivningar av nivåer av känslighet och konsekvenser/behov av anpassningar. Vad en person med EHS reagerar på och behöver anpassning för är mycket individuellt. Det behöver alltid stämmas av. Nedan ges en enkel sammanfattning för att belysa grader av känslighet och konsekvenser i det dagliga livet. Observera att dessa inte är fastlagda i medicinsk litteratur utan ger endast viss vägledning inför anpassningar.

***Grad av EHS***

**1. Lätt**
- Kan vistas på nästan alla platser och omgivningar.
- Vissa platser t. ex. köpcentrum samt viss utrustning t.ex. WiFi, trådlös telefon, LED-lampor eller lysrör ger besvär.
- Kan leva normalt i samhället och ser ofta sig själv inte som elöverkänslig. men är observant på att undvika ohälsosamma miljöer.
- Vanliga symtom är värmekänsla, yrsel, huvudvärk, sömnsvårigheter, trötthet eller spänningar i axlar och nacke.
- Återhämtar sig snabbt, symtom går över snabbt.
- Symtom kan lindras genom i övrigt hälsosammare livsstil.

**2. Medel**
- Undviker helt vissa platser och omgivningar.
- Fler platser som t.ex. de flesta affärer och lokaler där mycket trådlösteknik används kan ge besvär. Det gäller även annan elektrisk utrustning som t.ex. viss belysning, mobiler och datorer.
- Kan delta i samhället till viss del men anpassning underlättar.
- Fler, starkare och oftare förekommande symtom inklusive koncentrationsproblem, påverkan på minne med mera.
- Behöver bra el samt lågstrålande miljö för återhämtning.
- En i övrigt hälsosammare livsstil kan inte längre ge tillräcklig lindring.

**3. Svår**
- Huvudsaklig vistelse i lågstrålande miljö och/eller sparsamt med el, är nödvändigt för att må bra.
- En påslagen mobiltelefon eller annan trådlös teknik kan ge svåra besvär. Detsamma gäller elektrisk utrustning som t.ex. elspis, kyl/frys och TV.
- Kan delta i samhället till viss del med hjälp av anpassning i tillräcklig omfattning.
- Många och svårare symtom.
- Krävs lång tid i bra el- och/eller lågstrålande miljö för återhämtning.
- Livet påverkas till stor del av elöverkänsligheten.

**4 Mycket svår**
- Ständig vistelse i mycket lågstrålande samt elfri miljö är nödvändig för att må bra.
- Att bara möta en annan person med mobiltelefon ger svåra besvär. Till och med bilar på avstånd, ficklampor och batteridrivna klockor är exempel på annan elektrisk utrustning som ger besvär.
- Kan inte alls delta i samhället.
- Många och allvarliga symtom.
- Har mycket svårt att återhämta sig.
- Livet påverkas helt av elöverkänsligheten.

**Bedömning av ungefärlig nivå enligt ovan**

☐ Nivå 1 ☐ Nivå 2 ☐ Nivå 3 ☐ Nivå 4

Kompletterande övergripande information om gradtillhörigheten vid behov, flera nivåer kan vara aktuella.

**Behov av anpassningar i den fysiska miljön (boendet/gemensamma lokaler)**

De markerade anpassningarna är nödvändiga för att bostaden/gemensamma ytor ska anses vara skälig/god enligt SoL/LSS. Inom parentes anges en generell bedömning av behov av anpassning för grad av EHS. Känsligheten är individuell och behovet av anpassningar anges nedan.

☐ Säng med trästomme. Säng med metallram/resårfjädrar och elektronik ej möjlig. (1 - 4)

☐ Tillgång till trådbundet nätverk (Ethernet) för IP-telefoni, ev med behov av särskild anpassning av router med mera. (1 - 4)

☐ Trådlösa nätverk (Wi-Fi) i direkt anslutning till boende/vistelseområden måste kunna stängas av eller skärmas av. (1 - 4)

☐ Undvikande av datorer/surfplattor i den sökandes närhet, avstånd beror på känslighet. (2 – 4)

☐ Trådlösa larm ska kunna stängas av. Alternativ till dessa behöver finnas vid behov. (1 - 4)

☐ Kodlås till bostaden kan inte användas. (2 – 4)

☐ Låga elektriska fält genom skärmade elkablar eller placering av sängplats på säkert avstånd från elinstallationer. (3 – 4)

☐ Endast flimmerfri belysning (glödljus eller eventuellt LED/Halogen utan transformator) i bostaden och gemensamma utrymmen. (2/3 – 4)

☐ Möjlighet att stänga av all el i rummet under natten. (3 – 4)

*Placering av rum/bostad/gemensamhetsytor:*

☐ Boende/gemensam lokal kan ej vara belägen intill smarta el- eller vattenmätare, ställverk, hissmaskinrum, starka elstigare eller annan elektrisk utrustning. (1 – 4)

☐ Mobilmaster/antenner kan inte vara placerade på den sida som bostaden eller där gemensamma utrymmen finns eller ovanför på tak. Minsta avstånd är svårt att ange. Mätningar behöver ofta göras. (1 – 4)

☐ Parkering/tillfällig uppställning av bilar eller lastbilar för leveranser kräver ett minsta avstånd om ca _____ meter från boende/vistelseområden. (3 – 4)

Kompletterande övergripande information om behov av anpassning.

_____

_____

_____

**2. Anpassning av omsorg och bemötande (Personal)**

Detta krävs för att säkerställa att personalens närvaro inte orsakar hälsoproblem för person med EHS.

☐ Personal lämnar mobiltelefoner utanför, sätter dem i flygplansläge eller helst stänger av. (1 – 2)

☐ Mobil måste stängas av helt och läggas i skyddspåse alternativt lämnas på längre avstånd beroende på hur svår känsligheten är. (3 – 4)

☐ Bilnycklar, annan utrustning med batteri t.ex. armbandsur får inte finnas nära personen. (3 – 4)

☐ Avstånd till parkerat fordon kräver särskild hänsyn vid hembesök. (3 – 4).
Närmaste avstånd till boendet, ca _____ meter från bostaden.

**3. Övriga specifika anpassningar**

☐ Vid transporter med bil/färdtjänst/sjukresor behöver anpassningar vidtas. (3 – 4)

☐ Hiss kan ej användas (3 – 4)

☐ Medicinsk utrustning med trådlös teknik kan inte användas vid undersökningar. (3 – 4)

---

---

**Uppskattade högsta nivåer för elektromagnetiska fält**

Här redovisas bedömningar från Strålsäkerhetsmyndigheten samt andra organisationer som arbetar med frågor rörande elektromagnetiska fält kopplat till hälsa. Skillnaden mellan dessa förklaras med att SSM:s referensvärden skyddar mot omedelbara akuta effekter under kort tid (uppvärmning eller nervretningar). De övriga organisationernas värden är utformade efter försiktighetsprincipen och tar hänsyn till långvarig exponering, d.v.s. studier som rapporterar biologiska effekter på cellnivå vid exponeringsnivåer långt under de som orsakar termisk uppvärmning eller akuta skador. Värden är inlagda för dag, natt samt känsliga personer. För mer detaljerad information rörande nedanstående rekommendationer hänvisar vi till organisationernas egen information om detta.

Om personen själv har haft möjlighet att mäta anger den sökande de egenskattade nivåer personen kan vistas i.

**Mikrovågsstrålning/trådlös teknik (mikrowatt/m²)**

| Källa/rekommendation | Dagtid | Natt | Känsliga personer |
|---|---|---|---|
| Strålsäkerhetsmyndigheten | 10 000 000 | 10 000 000 | 10 000 000 |
| Europa EMF Guideline (EUROPAEM 2016) | 10 | 1 | 0,1 |
| Austrian Medical Association guideline 2012[1] | 1 | 1 | - |
| Tyska byggnadsbiologerna (SBM-2024) | 0,1 - 10 | <0,1 | <0,1 |
| Europarådets resolution 1815 (2011)[2] | 100 | - | - |
| Berörd persons egen bedömda högsta nivå | | | - |

**Elektriskt fält (Volt/m vid 50 Hz, med jordreferens)**

| Källa/rekommendation | Dagtid | Natt | Känsliga personer |
|---|---|---|---|
| Strålsäkerhetsmyndigheten (allmänheten) | 5 000 | 5 000 | 5 000 |
| Europa EMF Guideline (EUROPAEM 2016) | 10 | 1 | 0,3 |
| Austrian Medical Association guideline | 0,3 | 0,3 | - |
| Tyska byggnadsbiologerna (SBM-2024)[3] | 1 – 5 | <1 | <1 |
| Berörd persons egen bedömda högsta nivå | | | - |

**Magnetfält (nT vid 50 Hz)**

| Källa/rekommendation | Dagtid | Natt | Känsliga personer |
|---|---|---|---|
| Strålsäkerhetsmyndigheten (allmänheten)[4] | 100 000 | 100 000 | 100 000 |
| Europa EMF Guideline (EUROPAEM 2016) | 1 000 | 1 000 | 300 |
| Austrian Medical Association guideline 2012 | 20 | 20 | - |
| Tyska byggnadsbiologerna (SBM-2024)[3] | 20 - 100 | <20 | <20 |
| Berörd persons egen bedömda högsta nivå | | | - |

[1] ÖAK 2012. Vid mer än fyra timmar per dag och inom normala gränser

[2] År 2011 – 1 000 mikrowatt/m². På sikt - 100 mikrowatt/m².

[3] För dagtid är värdet avseende liten risk inlagt samt natt värdet avseende ingen risk, redaktionellt val.

[4] SSM. Handlingsprincip. Vid planering av nya kraftledningar och bostäder bör man sträva att hålla fälten under 400 nT.

**Eventuellt läkarintyg om EHS**

☐ Läkarintyg bifogas som styrker symtombild och behov av elsanerad miljö och övriga anpassningar (Observera att läkarintyg krävs ej för anpassning).

**Underskrift:** ..... **Datum:** .....

## Mer information

Hälsosam äldreomsorg webbsida med broschyr (pdf):
https://eloverkanslig.org/halsosamma-aldreboenden/

För dig som arbetar inom vården webbsida med broschyr:
https://eloverkanslig.org/for-dig-som-arbetar-inom-varden/

Kunskap om EHS/elöverkänslighet och elektromagnetiska fält, 11 sidor (pdf):
https://eloverkanslig.org/wp-content/uploads/2026/02/Kunskap-om-EOK-och-EMF-rev-2026-02-05-p2.pdf

Lägesrapport, Social omsorg och stöd för personer med äldreomsorg samt yngre med behov av stöd:
https://eloverkanslig.org/social-omsorg-lagesrapport/

Elöverkänsligas Riksförbunds webb: https://eloverkanslig.org

## Motiv för denna bilaga

Denna bilaga åberopas som stöd för ansökan om insatser enligt Socialtjänstlagen (2025:400) och/eller Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (1993:387).

**Rättslig grund för anpassning**

Då EHS/elöverkänslighet klassas som en miljörelaterad funktionsnedsättning i Sverige, vilar kraven på följande lagrum:

- **Socialtjänstlagen (SoL):** Enligt SoL (2025:400) ska socialtjänstens omsorg om äldre och personer med funktionsnedsättning inriktas på att personen får leva ett värdigt liv och känna välbefinnande.
- **LSS (1993:387):** Om den sökande omfattas av LSS personkrets, ger lagen rätt till stöd och service för att kunna leva som andra.
- **FN:s konvention (CRPD):** Sverige har ratificerat konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning, vilken kräver att samhället säkerställer tillgänglighet till den fysiska miljön.

**Elöverkänsligas Riksförbund** Medlem i Funktionsrätt Sverige
Adress Blåsutvägen 53
121 36 JOHANNESHOV
Hemsida www.eloverkanslig.org
Telefon 08-712 90 65
Fax 08-712 89 48
E-post info@eloverkanslig.org
Org.nr. 812400–9484
Swish 123 337 56 72
PlusGiro 67 84 45-8