

Informationen zum SAR-Wert

Seite 1 von 2
Stand 12/2022

Auch für Handys, Smartphones und Tablets gelten Grenzwerte, die die Gesundheit schützen.

Die Funkwellen eines Mobilfunkgeräts werden teilweise vom Körpergewebe aufgenommen und in Wärme umgewandelt. Die Energiemenge, die der Körper dabei absorbiert, bezeichnet man als Spezifische Absorptionsrate (SAR).

Der SAR-Wert wird in Watt pro Kilogramm Körpergewebe angegeben. Der gültige Grenzwert beträgt 2 Watt pro Kilogramm für die Nutzung am Kopf (Handys und Smartphones) und am Körper (Tablets). Dieser Grenzwert entspricht den Empfehlungen der Internationalen Kommission zum Schutz vor nichtionisierender Strahlung (ICNIRP) und der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Mobile Endgeräte, die in Deutschland und europaweit verkauft werden, müssen diesen SAR-Grenzwert einhalten. Da der SAR-Wert entsprechend den internationalen Normen bei der maximal möglichen Sendeleistung gemessen wird, liegt der tatsächliche SAR-Wert beim Telefonieren wesentlich niedriger. Bei Tablets veröffentlicht der Hersteller den am Körper gemessenen SAR-Wert. Auch dieser darf den Grenzwert von 2 Watt/kg nicht überschreiten.

Bei den in Deutschland verwendeten Mobilfunknetzen wird eine dynamische Leistungsregelung eingesetzt. Sie sorgt dafür, dass das Mobiltelefon immer nur mit der minimal notwendigen Leistung sendet. Auch wenn Sie das Handy, Smartphone oder Tablet im Dauerbetrieb und bei maximaler Leistung verwenden, besteht keine Gefahr für Ihre Gesundheit. Wenn Sie die Funkwellen beim Telefonieren reduzieren wollen, können Sie dies durch die Verwendung eines vom Hersteller des Geräts zugelassenen Kopfhörers (Headset) erreichen.

Die SAR-Werte unserer aktuellen Handys, Smartphones und Tablets

HERSTELLER	MODELL	SAR WATT/KG
Apple	iPhone 11	0,95
	iPhone 11 (Erneuert Premium)	0,95
	iPhone 12	0,99
	iPhone 12 mini	0,99
	iPhone 13	0,99
	iPhone 13 mini	0,98
	iPhone 13 Pro	0,99
	iPhone 14	0,98
	iPhone 14 Pro Max	0,98
	iPhone 14 Pro	0,98
	iPhone 14 Plus	0,99
	iPhone SE (2022)	0,98
	iPhone XR (Erneuert Basic)	0,99
	iPhone XS (Erneuert Premium)	0,99
iPhone XS (Erneuert Basic)	0,99	
CAT	S42 H+	0,95
	S62 Pro Exklusives Headset Bundle	0,99
Fairphone	4 5G	0,49

HERSTELLER	MODELL	SAR WATT/KG	
Google	Pixel 6	0,98	
	Pixel 6a	0,98	
	Pixel 6 Pro	0,99	
	Pixel 7	0,99	
	Pixel 7 Pro	0,98	
	Pixel Watch LTE	0,20	
	NOTHING	NOTHING PHONE (1) 8 GB	0,99
		NOTHING PHONE (1) 12 GB	0,99
Samsung			
	GALAXY A13 2.0	0,37	
	GALAXY A33 5G	0,57	
	GALAXY A53 5G	0,89	
	GALAXY S20 5G (Erneuert Premium)	0,38	
	GALAXY S21 FE 5G	0,95	
	GALAXY S21 FE 5G V2	0,35	
	GALAXY S22 5G	0,74	
	GALAXY S22 Ultra 5G	1,05	
	GALAXY S22+ 5G	0,57	
	GALAXY XCover 5 EE	0,70	
	GALAXY XCover Pro EE	0,47	
	GALAXY XCover6 Pro EE	1,48	
	GALAXY Z Flip4	1,15	
	GALAXY Z Fold4	1,30	

HERSTELLER	MODELL	SAR WATT/KG
XIAOMI	Redmi 9AT	0,80
	Redmi 10 5G	0,60
	Redmi Note 11 Pro 5G	0,60
	Mi 11T 5G	0,56
	11T Pro 5G	0,57
	12 5G	0,60
	12 Lite 5G	0,60
	12 Pro 5G	0,60
	12 T	0,98
	12T Pro	0,99

Hier erhalten Sie weitere Informationen zum SAR-Wert

Seite 2 von 2
Stand 12/2022

Hersteller-Informationen:

Die Hersteller mobiler Endgeräte geben die SAR-Werte in den Bedienungsanleitungen an. Viele Hersteller veröffentlichen die SAR-Werte auch auf ihren Internetseiten.

Weitere Informationen zu den SAR-Werten zu den aktuell von der Telekom angebotenen Endgeräten erhalten Sie hier:

Endgerätedatenbank:

<https://www.telekom.com/de/medien/mediencenter/endgeraete-datenbank>

Oder in den Telekom Shops

Weitere Informationen zur Messung des SAR-Werts und zu den SAR-Werten weiterer mobiler Endgeräte erhalten Sie z. B. unter:

Bundesamt für Strahlenschutz:

<http://www.bfs.de>

Informationszentrum Mobilfunk:

<https://www.informationszentrum-mobilfunk.de/artikel/wie-wird-die-einhaltung-der-sicherheitsstandards-fuer-handys-ueberprueft>

Hintergrundinformationen zu „Mobilfunk und Gesundheit“ unter:

<https://www.telekom.com/mobilfunk-und-gesundheit>

Rückfragen richten Sie bitte an die kostenlose Umwelt-Hotline der Deutschen Telekom:

0800 08 52 606 oder an umwelt@telekom.de



Erleben,
was verbindet.