Schimmel in Innenräumen: Wellness Sanofit GmbH informiert über gesicherte Erkenntnisse zur Vorbeugung
Belastungen im Wohnraum und praxisnahe Wege zur Vermeidung

Feuchtigkeit als entscheidende Ursache

Der zentrale Zusammenhang ist eindeutig belegt: Schimmelpilze benötigen zum Wachsen vor allem Feuchtigkeit. Ihre Sporen sind ein natürlicher Teil der Umwelt und praktisch überall in der Luft vorhanden, auch in Innenräumen, wo sie normalerweise harmlos sind. Zu einem Wachstum kommt es jedoch erst, wenn die Sporen auf eine feuchte Oberfläche treffen. Erst dann entsteht der sichtbare Befall, der sich häufig als farbige, oft braune oder schwarze Flecken an Wänden, Decken oder Mobiliar zeigt. Mitunter wächst Schimmel auch im Verborgenen, etwa hinter Schränken oder in abgehängten Decken, sodass er längere Zeit unentdeckt bleiben kann. Neben Schimmelpilzen können in feuchten Innenräumen auch andere Mikroorganismen wachsen, was die Bedeutung eines trockenen Raumklimas zusätzlich unterstreicht.

Die für das Wachstum notwendige Feuchtigkeit kann unterschiedliche Ursachen haben. Sie gelangt einerseits durch die Bewohner selbst in die Raumluft, etwa beim Duschen, Kochen oder beim Trocknen von Wäsche. Selbst der Mensch gibt im Schlaf kontinuierlich Wasserdampf an die Raumluft ab. Andererseits kann Feuchtigkeit durch bauliche Schäden entstehen, beispielsweise durch defekte Dächer, Risse im Mauerwerk, aufsteigende Feuchte in Wänden, ungenügendes Austrocknen bei Neubauten oder durch Wassereintritt infolge von Rohrbrüchen und Überschwemmungen. Eine besonders häufige Ursache ist die Kondensation der Luftfeuchte an kalten Wänden. Solche kühlen Oberflächen entstehen durch Wärmebrücken, unzureichende Wärmedämmung oder unsachgemäßes Heizen. Auch eine unzureichende Abfuhr der Raumluftfeuchte durch zu wenig Lüftung zählt zu den maßgeblichen Faktoren.

Der Zusammenhang mit dem Taupunkt

Physikalisch lässt sich das Phänomen klar erklären. Warme Luft kann mehr Feuchtigkeit aufnehmen als kalte. Kühlt feuchte Raumluft an kalten Oberflächen ab, kondensiert die Feuchtigkeit und bildet einen idealen Nährboden für Schimmel. Besonders deutlich zeigt sich dieser Effekt an Fenstern, an denen sich im Winter häufig Kondenswasser sammelt. Daher sind vor allem Außenwände, Raumecken sowie Bereiche hinter und unter dem Bett oder hinter massiven Möbeln gefährdet, da dort die Oberflächen kühler sind und die Luft schlechter zirkuliert. Dieser Zusammenhang erklärt zugleich, warum die kalte Jahreszeit als besonders kritisch gilt: Wenn die Heizung läuft und die Fenster seltener geöffnet werden, steigt das Risiko für Schimmelbildung erheblich an.

Gesundheitliche Bedeutung

Von Schimmelpilzen kann eine Gesundheitsgefahr ausgehen, wenn die Sporen in großer Zahl eingeatmet werden. Sporen und Stoffwechselprodukte können, über die Luft aufgenommen, allergische und reizende Reaktionen hervorrufen. Vor allem betroffen sind die Atemwege sowie Haut und Schleimhäute, wobei auch allergische Reaktionen und Asthma ausgelöst werden können. Zahlreiche Studien zu den gesundheitlichen Auswirkungen sehen einen Zusammenhang zwischen der Belastung durch Schimmelpilze und Atemwegsbeschwerden, wie unter anderem Untersuchungen der Weltgesundheitsorganisation belegen. Aus diesem Grund gehört Schimmel eindeutig nicht in die Wohnung.

Eine Besonderheit erschwert die Bewertung: Bislang konnte nicht festgestellt werden, ab welcher Konzentration an Schimmelpilzen in der Luft welche gesundheitlich negativen Auswirkungen auftreten. Da sich daher keine Grenzwerte festlegen lassen, gilt das Vorsorgeprinzip. Danach ist Schimmel in Innenräumen als hygienisches Problem zu betrachten und zu beseitigen, bevor gesundheitliche Beeinträchtigungen entstehen. Dieser vorsorgende Ansatz bildet die Grundlage aller fachlichen Empfehlungen und macht deutlich, dass bereits der sichtbare Befall selbst ein hinreichender Grund zum Handeln ist, unabhängig von einer konkreten Messung der Sporenzahl.

Vorbeugung durch richtiges Heizen und Lüften

Die gute Nachricht: Schimmel lässt sich in vielen Fällen wirksam vorbeugen. Voraussetzung für gesundes Wohnen ist zunächst ein baulich intaktes Gebäude, in das keine Feuchte von außen eindringt. Auf dieser Grundlage wirken vor allem richtiges Heizen und Lüften vorbeugend, indem die entstehende Feuchtigkeit regelmäßig nach außen abgeführt wird. Wärmedämmmaßnahmen können zudem das Problem von Wärmebrücken mit kalten Wandtemperaturen verringern.

Beim Lüften kommt es auf die richtige Technik an. Das Umweltbundesamt empfiehlt für Wohnräume eine relative Luftfeuchtigkeit zwischen 40 und 60 Prozent, die den besten Kompromiss zwischen gesundem Raumklima und Schimmelprävention bietet. Schlafzimmer sollten bevorzugt vor dem Schlafengehen und morgens nach dem Aufstehen intensiv mit weit geöffnetem Fenster über Stoß gelüftet werden. Die Tür zu kühleren Schlafzimmern sollte dabei geschlossen bleiben, da wärmere und damit feuchtere Luft aus anderen Räumen dort sonst rasch zu Kondensfeuchte an kühlen Oberflächen führt. Auch in Bad und Küche, wo beim Duschen und Kochen die meiste Feuchtigkeit entsteht, empfiehlt es sich, die Türen zu schließen, damit sich die Feuchtigkeit nicht in der übrigen Wohnung verteilt. Feuchtigkeit sollte stets gezielt nach außen abgeführt werden.

Ein wichtiger Hinweis betrifft moderne Gebäude: Werden bei einer energetischen Sanierung dicht schließende Fenster eingebaut, muss verstärkt gelüftet werden, um die Feuchte im Raum und damit die Schimmelgefahr zu reduzieren. Zudem sollten im Winter alle Wohn- und Schlafräume beheizt werden, wobei die Heizkörper während des kurzen Stoßlüftens abgeschaltet werden können, um Energie zu sparen. Möbel sollten nach Möglichkeit mit einem Abstand von mindestens zehn Zentimetern zu Außenwänden aufgestellt werden, damit die Luft dort zirkulieren kann und sich keine Feuchtigkeit staut.

Richtiges Vorgehen im Schadensfall

Tritt Schimmel dennoch auf, ist ein systematisches Vorgehen entscheidend. Materialien, auf denen Schimmelpilze wachsen, müssen gereinigt oder entfernt werden. Ebenso wichtig ist, die Ursachen der erhöhten Feuchtigkeit zu klären und abzustellen, denn eine oberflächliche Behandlung ohne Beseitigung der Ursache führt in der Regel zu erneutem Befall. Bei Wasserschäden gilt es, die betroffenen Materialien möglichst schnell zu trocknen, um ein Wachstum von vornherein zu verhindern.

Beim Umfang der Sanierung ist zu unterscheiden. Kleineren, nur oberflächlichen Befall von weniger als einem halben Quadratmeter können Bewohner unter bestimmten Voraussetzungen selbst beseitigen, sofern sie nicht allergisch reagieren und die Empfehlungen des Schimmelpilzsanierungsleitfadens

beachten. Bei der Beseitigung ist darauf zu achten, dass keine Sporen im Raum verteilt werden, weshalb Fenster geöffnet, Türen geschlossen und angrenzende Flächen abgedeckt werden sollten. Bei größerem Ausmaß ist dagegen eine Sanierung durch Fachpersonal erforderlich. Als Gründer der Wellness Sanofit GmbH betont Wolfgang Skischally, dass die sorgfältige Ursachenanalyse stets am Anfang stehen sollte, da nur die Beseitigung der eigentlichen Feuchtigkeitsquelle dauerhaften Erfolg bringt.

Über die Wellness Sanofit GmbH

Die Wellness Sanofit GmbH mit Sitz in Widnau befasst sich mit den Themen Baubiologie, Strahlenschutz und gesundes Wohnen. Zum Leistungsspektrum gehören Messungen und die Beratung rund um ein gesundes Wohnumfeld. Ziel des Unternehmens ist es, Bewohner sachlich und auf Grundlage gesicherter Erkenntnisse über Belastungen im Wohnraum aufzuklären und praxisnahe Wege zu ihrer Vermeidung aufzuzeigen.

Quellen:

? Umweltbundesamt (UBA): "Schimmel", www.umweltbundesamt.de
? Umweltbundesamt (UBA): "Häufige Fragen bei Schimmelbefall", www.umweltbundesamt.de
? Umweltbundesamt (UBA): "Wie lüfte ich richtig? Tipps und Tricks zur Schimmelvermeidung", www.umweltbundesamt.de
? Umweltbundesamt (UBA): "Ratgeber Schimmel im Haus" sowie "Leitfaden zur Vorbeugung, Erfassung und Sanierung von Schimmelbefall in Gebäuden", www.umweltbundesamt.de
? Bundesministerium für Umwelt, Klimaschutz, Naturschutz und nukleare Sicherheit: "Schimmel", www.bundesumweltministerium.de

Pressekontakt

Wellness Sanofit GmbH

Herr Wolfgang Skischally
Industriestrasse 64 -68
9443 Widnau

https://wolfgang-skischally.ch
pr@wolfgang-skischally.ch

Firmenkontakt

Wellness Sanofit GmbH

Herr Wolfgang Skischally
Industriestrasse 64 -68
9443 Widnau

https://wolfgang-skischally.ch
pr@wolfgang-skischally.ch

Mit Sitz im malerischen Widnau in der Schweiz ist die Wellness Sanofit GmbH ein führendes Unternehmen im Bereich Gesundheit und Strahlenschutz. Seit ihrer Gründung hat es sich die Wellness Sanofit GmbH zur Aufgabe gemacht, das Bewusstsein für unsichtbare Strahlenbelastungen zu schärfen und Lösungen zu bieten. Die Expertise erstreckt sich auf die Identifizierung von Feld- und Strahlenbelastungen sowohl im Freien als auch in Innenräumen. Wellness Sanofit ist nicht nur ein Unternehmen, sondern auch eine Bewegung und regelmäßig auf Messeveranstaltungen und bei Vorträgen präsent, um ihr Wissen zu teilen.

Anlage: Bild