



Fachartikel von Dr. med. Walter Hugentobler
Facharzt für Allgemeine Innere Medizin



Wüstenklima vermeiden!

Liebe Hausbesitzer,
moderne energieeffiziente Wohnhäuser sind weitgehend luftdicht konstruiert und erfordern mechanische Lüftungsanlagen. Diese garantieren den notwendigen Luftaustausch und versorgen das Gebäude mit Frischluft. Was in den Sommermonaten gut ist, hat aber in der Heizperiode während der Übergangszeit und vor allem in den Wintermonaten eine folgenreiche Konsequenz: Es wird wüstentrocken!

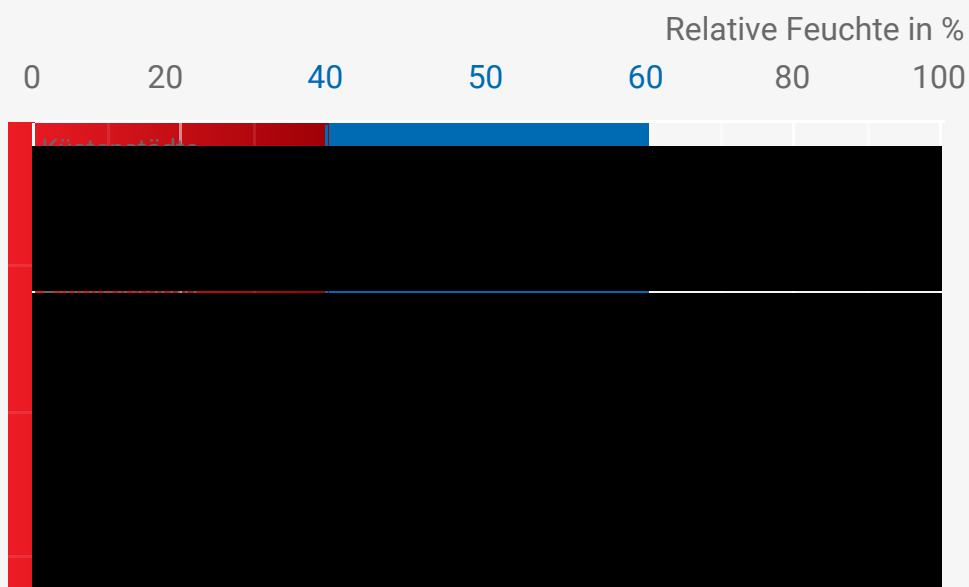
Kalte Winterluft kann nur wenig Wasser aufnehmen und ist rasch gesättigt. Ihr Wasserbedarf nimmt aber bei Erwärmung dramatisch zu. Der durchschnittliche Wassergehalt der Winterluft in deutschen Städten beträgt 3 g/m³ Luft. Wenn ein Haus damit belüftet und auf 23 Grad geheizt wird, ergibt sich daraus eine sehr geringe relative Luftfeuchtigkeit von nur 25

Prozent. Das beruht auf physikalischen Gesetzen und ist unabänderlich. Der Wert von 25% bei 23 °C entspricht aber einem Wüstenklima wie in der Zentralsahara!

Wer oder was soll nun mehr Feuchtigkeit ins Haus bringen? Es sind Sie und Ihre Mitbewohner, die als menschliche Luftbefeuchter rund 50 bis 60 Gramm Wasser pro Stunde an diese trockene Raumluft abgeben. Geringe Feuchtemengen stammen von Tätigkeiten wie Kochen, Duschen und Waschen. Damit können Sie die Luftfeuchtigkeit vorübergehend um 10 bis 15 Prozent anheben – vorausgesetzt genügend Personen sind gleichzeitig zu Hause!

Eine Studie des Fachverbandes Gebäudeklima hat gezeigt, dass in 80% der Betriebsdauer von Lüftungsanlagen ein Befeuchtungsbedarf besteht, weil die Raumluftfeuchte ansonsten unter 40 Prozent abfällt.

Gute Feuchtwerte von über 40%, wie sie in gemäßigten Klimaregionen während der überwiegenden Zeit gemessen werden, sind in unseren beheizten und mechanisch belüfteten Häusern im Winter praktisch nicht vorhanden. Ohne aktive Luftbefeuchtung entspricht die vorhandene Raumluft somit einem Wüstenklima!



Die Grafik zeigt anschaulich, dass in unserem gemäßigten Klima bei Außentemperaturen der Mittelwert der Luftfeuchtigkeit bei 60% liegt. Feuchtwerte, die bei diesen Temperaturen unter 30% liegen, kommen praktisch nur in Wüstenregionen vor.

Hat das gesundheitliche Konsequenzen für Sie? Ja, zumindest für jede zweite Person bedeutet das ein gesundheitliches Risiko! All diejenigen, die keine perfekt funktionierenden Nasen und Atemwege haben - vor allem Säuglinge und Kleinkinder, Allergiker, Leute mit häufigen Infektionen und chronischen Atemwegserkrankungen sowie Senioren sind besonders betroffen. Bei ihnen nimmt die Schwere der Krankheitsbilder zu und Infektionen und Allergien häufen sich in den Wintermonaten.

Verantwortlich für die Infektionen sind Viren und Bakterien, die in der Lufttrockenheit lange überleben - allen voran die Grippeviren. Bei aktiver Luftbefeuchtung würden sie im Feuchtebereich zwischen 40 und 60 Prozent jedoch innerhalb von wenigen Minuten inaktiviert!

Aktive Luftbefeuchtung bedeutet also aktive Schleimhautpflege für Ihre Nase und Ihre Atemwege und somit aktive Infektionsvorbeugung.

Mein Rat an Sie: Verzichten Sie nicht auf die richtige Luftbefeuchtung - Gesundheit ist Ihr höchstes Gut!

Weitere Fachartikel:

- Vermeiden Sie Wüstenklima in Ihrer Wohnung
Dr. Walter Hugentobler
- Luftfeuchtigkeit schützt wirksam vor Infektionen
Dr. Walter Hugentobler
- Behaglichkeitsstudie | Luftbefeuchter im Praxistest
Holger Lasch
- Luftbefeuchtung für die Kontrollierte Wohnraumlüftung
Dipl. Ing. (FH) Christian Bremer



Konfigurator



Chat

nschutz