

## Gesünder wohnen durch Teppichboden?

Zum Start des neuen Jahres sind sie wieder da, die gute Vorsätze! Die Klassiker reichen von „mehr Sport treiben“ über „gesünder Essen“ bis hin zum eher allgemeinen „sich mehr um die eigene Gesundheit kümmern“. Manch ein Vorsatz unterliegt bereits nach kurzer Zeit dem berüchtigten inneren Schweinehund. Dabei ist es auch in den eigenen vier Wänden mit verhältnismäßig wenig Aufwand möglich, etwas Gutes für die eigene Gesundheit zu tun. Eine oft unterschätzte Gesundheitsbelastung geht beispielsweise von Feinstaub in Wohn- oder Geschäftsräumen aus, denn im Fokus der Berichterstattung steht oft die Feinstaubbelastung in der der Umwelt.

Glatte Bodenbeläge sind zurzeit absolut angesagt. Ob Parkett und PVC, Linoleum, Steine, Fliesen oder auch sogenannte Design-Beläge, aus modernen Wohnungen sind wischbare Böden nicht mehr weg zu denken. Der Vorteil der dieser Böden liegt klar auf der Hand: Feuchtigkeit, diverse Flecken und Schmutz sind mit wenig Aufwand zu beseitigen und hinterlassen nur selten unschöne Rückstände.

Noch bis vor einigen Jahren wurden Glattbeläge gerade für Allergiker mit einer Hausstauballergie empfohlen. Die neuesten Studien hingegen widerlegen diese Empfehlung, da Räume mit einem Glattbelag eine bis zu fünffache höhere Feinstaubkonzentration aufweisen als es die EU-Grenzwerte für die Außenluft „zulassen“. Der Deutsche Allergie- und Asthmabund e.V. (DAAB) wie auch die Gesellschaft für Umwelt und Innenraumanalytik (GUI) sehen daher nicht alleine in der Außenluft, sondern vor allem in der Innenraumbelastung ein großes Problem, da wir im Durchschnitt rund 90 % unserer Lebenszeit in Innenräumen verbringen. Eingeatmeter Staub kann gesundheitsschädigend sein, denn aufgrund seiner mechanischen Wirkung reizt er die Atemwege. An den eingeatmeten Staubpartikeln befinden sind zudem nicht selten andere Substanzen und Stoffe (zum Beispiel Allergene), die so in die Lunge geraten und entsprechende Reaktionen auslösen können. Diese reichen von einfachem Husten über Atemwegsprobleme bis hin zu Allergien. Im schlimmsten Fall kann Feinstaub sogar ein Auslöser für Lungenkrebs sein.

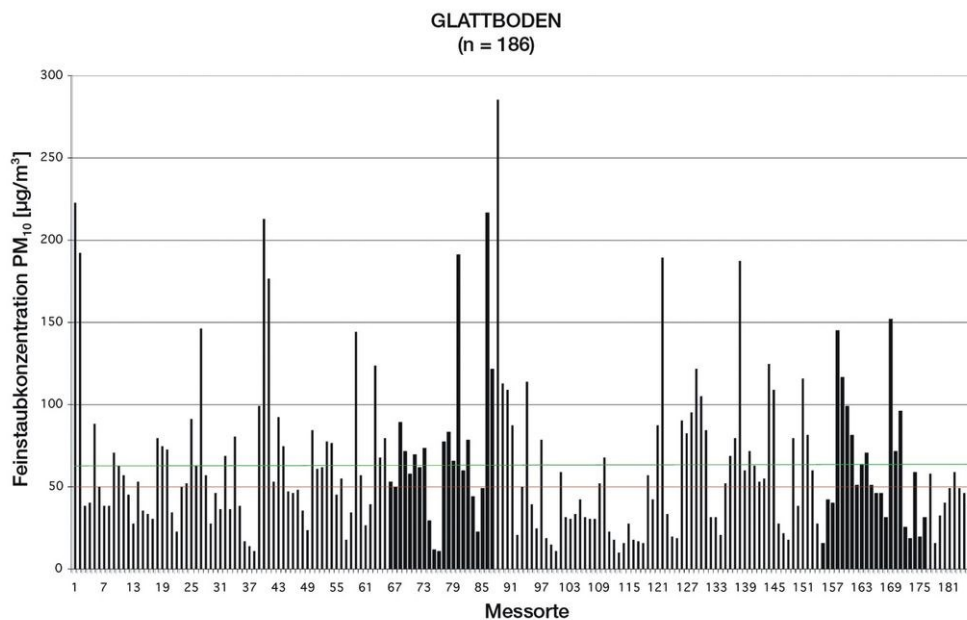
Um gesundheitliche Schäden auszuschließen sind (gemäß EU-Vorgabe) mehr als 50 µg Feinstaub pro Kubikmeter (m<sup>3</sup>) Außenluft an maximal 35 Tagen in Jahr erlaubt. Bei Untersuchungen stellte man jedoch fest, dass die Feinstaubbelastung von Innenräumen mit Glattbelägen bei durchschnittlich 62,9 µg Feinstaub pro m<sup>3</sup> liegt. Der hier festgestellte Durchschnittswert überschreitet somit den Maximalwert um 12,9 µg pro m<sup>3</sup>, was einer Überschreitung um mehr als **25 %** entspricht! Ein weiteres Ergebnis der Studien belegt, dass in Räumen mit Teppichböden die durchschnittliche Feinstaubbelastung bei 30,4 µg pro m<sup>3</sup> lag, also mehr als **40 %** unter der akzeptierten Maximalbelastungsgrenze und mehr als die Hälfte niedriger als in Räumen mit Glattbelagsausstattung.

Die Gründe hierfür sind einleuchtend: Bei jeder Bewegung, bei jedem Luftzug auf Parkett und PVC, Linoleum, Steinen, Fliesen, Kacheln und Marmor wird Staub aufgewirbelt, da er nur „lose“ auf der Oberfläche liegt. Selbst tägliches Saugen und Wischen minimiert die Belastung nur geringfügig. Die Staubbindungskräfte eines durchschnittlichen Teppichbodens sind hingegen so hoch, dass eine bis zu 15-fach höhere Luftanström-Geschwindigkeit als bei Glattboden nötig ist, um Staubpartikel von Teppichboden zu lösen und in die Atemluft zu befördern. Teppichböden binden den Staub somit, bis er beim nächsten staubsaugen gelöst wird. Empfohlen wird das Saugen des Teppichbodens ein- bis zweimal die Woche, mit einem Staubsauger, der mit rotierenden Bürsten ausgestattet ist. Auch ein

regelmäßiger Austausch des Staubsaugerbeutels, selbst wenn dieser noch nicht voll ist, ist empfehlenswert.

Entscheidend für die Erhaltung der Gesundheit ist aber auch die Qualität des Teppichbodens. Achten Sie daher unbedingt darauf, dass der Teppichboden Ihrer Wahl die Zertifikate „frei von Schadstoffen“ und „Allergiker geeignet“ aufweist. Im Focus dieser Siegel stehen zum einen Emissionen und Schadstoffe, aber auch Gerüche, die oftmals Anzeichen für gesundheitsschädliche Stoffe sind. Nur ein Teppichboden mit den genannten Siegeln ist frei vom Pestizid Pentachlorphenol und frei von krebserregenden Azofarben, zudem bestätigen diese Siegel das Feinstaubbindevermögen.

Ihr Meisterbetrieb im Raumausstatter-Handwerk berät Sie gerne hinsichtlich der verschiedenen Teppichmaterialien, der Farbe sowie der Struktur des Teppichbodens und sorgt für eine fachgerechte Verarbeitung bzw. Verlegung ihres neuen Bodens inklusive Entsorgung des alten Belags.



TEPPICHBODEN  
(n = 104)

