

Perfektes Wohnklima

Wohngesundheit nimmt in Deutschland einen immer höheren Stellenwert ein. Doch mit welchen Zutaten lässt sich ein neues Haus nicht nur ökologisch nachhaltig, sondern auch gesund bauen? Am Beispiel der Familie Pfeiffer zeigen wir wichtige Aspekte von Baustoffen für Bodenbeläge bis hin zu Möbeln

Wer einen Neubau plant, kann von vorneherein Einfluss auf die Wohngesundheit nehmen. Die vorwiegende Verwendung von Naturbaustoffen und der Verzicht auf billige Materialien können hier einen entscheidenden Vorteil bringen. Wenn es um den Innenausbau geht, stehen Naturfarben bzw. Baustoffe, die mit einem der Umweltlabels ausgezeichnet sind, ganz oben auf der Checkliste. Vorsicht ist auch geboten, wenn Sie oder andere Mitglieder ohnehin sensibel sind oder an Allergien leiden. Dann lohnt es sich, ganz genau hinzuschauen und die Baumaterialien nach diesen Aspekten auszuwählen. Wir begleiten Familie Pfeiffer, bestehend aus Papa Michael (38), Mama Julia (33), Tochter Luisa (10) und Sohn Maximilian (4)*, die ihren lang ersehnten Plan vom eigenen Haus endlich in die Tat umsetzen möchten. Dazu haben sie bereits ein Grundstück auf dem Land bei Ebersberg einige Kilometer östlich von München erworben. Frische Wiesen, satte Wälder und der atemberaubende Blick auf die nahe gelegenen Alpen machen die Gegend so besonders. Die Pfeiffers haben sich bewusst für diese idyllische Region entschieden, weil sie möglichst im Grünen leben möchten. Das Leben im Einklang mit der Natur ist für sie auch beim Hausbau ein wichtiges Thema. Nach dem Kauf des Grundstücks steht nun die Planung des Traumhauses an – und die soll ganz bestimmte Kriterien erfüllen.

Im Hinblick auf den Schutz der Umwelt möchten die vier grundsätzlich nachhaltig bauen. Außerdem legt die Dame des Hauses großen Wert auf gesunde Wohnzutaten. In früheren Mietwohnungen als auch in dem kleinen, modernen Reihenhaus, in dem die Familie bis dato lebt, gab es immer wieder gesundheitliche Beeinträchtigungen. Das gilt vor allem für Tochter Luisa, die schon seit einigen Jahren unter Allergien leidet. Papa Michael reagiert zudem empfindlich auf Gerüche. Er wünscht sich seinem eigenen Wohlbefinden zuliebe, dass das neue Haus nach der Übergabe nicht so streng riecht. Woher die Ge-

rüche stammen, die ihm so missfallen, wissen weder er noch seine Frau bislang. Denn weder in Sachen Nachhaltigkeit noch in Sachen Gesundheit wissen die Pfeiffers, wie so ein Haus im Detail aussieht. Sie stehen daher noch vor einigen grundsätzlichen Überlegungen.

Papa Michael trifft sich mit seinem Freund Kai, der als Tischler arbeitet und von dem er sich erhofft, Näheres über das Thema Nachhaltigkeit zu erfahren. „Kai, erklär doch mal, was Nachhaltigkeit überhaupt bedeutet“, fordert er ihn auf. „Naja, dass das Thema mit Umweltschutz zu tun hat, weißt du ja sicher“, antwortet dieser. „Im Prinzip geht es um eine ganz einfache Rechnung. Nachhaltigkeit bedeutet, dass die Forstwirtschaft nicht mehr Bäume fällt, als wieder nachwachsen. Wenn irgendwo 100 Bäume aus dem Wald geholt werden, müssen woanders 100 neue Kleinbäume wachsen. Die setzt dann der Forstbetrieb zurück in den Wald. Wer das Thema Nachhaltigkeit ernst nimmt, legt sogar noch ein paar Bäume obendrauf, weil ein kleiner Prozentteil der nachgepflanzten Bäume generell nicht anwächst und verkümmert. Das nennt sich Schonung von Ressourcen.“

Aber nicht jedes Holz ist nachhaltig. Viele Länder kümmern sich nicht um Nachhaltigkeit. Vor allem wertvolle Hölzer werden ohne jeden Ausgleich aus Wäldern entnommen. Tropenhölzer wie Teakholz oder Mahagoni zum Beispiel stammen oft aus Raubbau. Bei dem Thema müssen außerdem Dinge wie der Lieferweg betrachtet werden. Teakholz und Mahagoni aus Asien müssen ja erst mal nach Deutschland kommen. Bei Flügen oder Schifffahrten wird natürlich eine enorme Menge fossiler Brennstoffe verbraucht. Man sollte nur zu Holz aus der Region greifen, das ist sicherer. Es besitzt auch oft ein FSC- oder PEFC-Zertifikat.

Kai setzt nach: „Nenne es Berufskrankheit, aber was den Hausbau angeht, halte ich Holz für den besten Baustoff, den es gibt. Und das nicht nur beim Bau des Dachstuhls. Es entstehen immer mehr Häuser in Deutschland, die weitgehend aus Holz bestehen und sogar eine Holzfassade →

WIR VERBRINGEN RUND 90 PROZENT DES TAGES IN GESCHLOSSENEN RÄUMEN. DIE INTENSITÄT DER WIRKUNG DER IN DEN RÄUMEN VERARBEITETEN MATERIALIEN AUF DEN MENSCHEN WAR NOCH NIE HÖHER ...

Auch der Faktor Hygiene spricht klar für natürlich belassenes Holz. Bakterien und Keime werden durch das Holz abgetötet bzw. sie haften erst gar nicht auf der Oberfläche. So vertrauen auch immer mehr Ärzte auf Holz in ihren Praxen





Sehenswert Die Kraft der Natur erleben – das kann man seit Anfang Oktober letzten Jahres in der Grüne Erde-Welt im malerischen Almtal (grueneerde.com)

besitzen. Holz ist nicht nur nachhaltig, sondern auch langlebig. „Holz ist besser als ein Massivhaus aus anderen Materialien? Das musst du noch mal genauer erklären“, fordert Michael Kai auf. „Es ist so“, erklärt Kai, „du musst nicht nur berücksichtigen, dass Holz im Gegensatz zu Stein oder Metall nachwächst. Es kommt hier auch auf den Energieverbrauch bei der Verarbeitung an. Sicher ist, dass bei der Herstellung von Holzprodukten weniger CO₂ anfällt, als bei anderen Materialien. Du darfst auch die Entsorgung nicht vergessen. Einerseits hast du am Ende weniger Abfall als bei anderen Materialien, andererseits ist die Entsorgung ziemlich simpel. Es ist eben nur Holz“.



EXPERTENTIPP
VON FRANK HARTMANN
SCHREINEREI
hartmann [am] werk

Das Schreiner-Handwerk wird gedanklich oft ausschließlich auf den Werkstoff Holz begrenzt. Tatsächlich eröffnet traditionelles Handwerk jedoch in Verbindung mit modernsten Technologien, innovativen Fertigungsmöglichkeiten und speziellen Oberflächentechniken besonders facettenreiche und nachhaltige Möglichkeiten – bei der Ideenfindung, in der Ausführung und in jedem Schritt der Montage. In unserer täglichen Arbeit lieben wir es, vielfältige Werkstoffe kreativ mit handwerklicher Fertigkeit zu kombinieren. Mit Holz, Marmor, Granit sowie Elementen aus mineralischen Kunststoffen, Glas, Edelstahl oder Aluminium erschafft unser Team ehrliche Produkte, die von innen das halten, was sie von außen versprechen.
hartmann-werk.de

Doch nicht jede Art Dämmung ist auch optimal. Bei gewöhnlichen Häusern verursacht sie mitunter große Probleme. Einerseits siedeln sich leicht Schimmelpilze im Dämmmaterial an, außerdem schützt nicht jeder Dämmstoff zuverlässig vor Bränden. Der meistverwendete Dämmstoff besteht aus Polystyrol. Dieser Stoff ist zwar günstig und leicht zu bearbeiten, doch ihm sind umwelt- und gesundheitsschädliche Umweltgifte und Biozide beigemischt. Diese Stoffe sollen wiederum dafür sorgen, dass das Dämmmaterial nicht zu leicht Feuer fängt oder schimmelt. Ein Kompromiss erscheint daher sinnvoll. Die Dokumentation schlägt vor, statt der üblichen Dämmung Mineral- und Holzfaserverplatten oder bestimmte, mit Mineralwolle gefüllte Steine einzusetzen. Sie schaden weder der Umwelt noch der Gesundheit, dafür dämmen sie nicht ganz so gut wie Polystyrol. Zudem sind sie teuer.

„Das war hochinteressant“, erzählt Mama Julia später ihrem Ehemann und beide sind ganz inspiriert von so viel neuem Input. Bei einem ersten Treffen mit ihrer Architektin sprechen die fünf über die Pfeifferschen Vorstellungen bezüglich des Hauses. Auf ihre Frage, worauf die Familie besonderen Wert legt, antwortet Luisa rasch: „Wir wünschen uns Nachhaltigkeit und Gesundheit, damit genug Bäume wachsen und ich nicht so viel niesen muss.“ Die Erwachsenen lachen. „Das hast du gut erklärt, liebe Luisa“, sagt Mama Julia. Luisa: „Ich fände es schön, wenn wir so viel Holz wie möglich verwenden könnten und dieses dann auch so natürlich wie möglich mit Ölen und Wachsen behandeln!“ „Ja, wir möchten auf diese gefährlichen Dämmstoffe und Putze verzichten und schonende Alternativen nutzen. Und ich wünsche mir eine Photovoltaikanlage auf dem Dach. Damit wir unseren eigenen Strom erzeugen und gleichzeitig auch noch ein kleines passives Einkommen erzielen“, antwortet Mama Julia. „Wie stehen Sie

denn zum Baustoff Glas?“, möchte die Architektin wissen. „Glas sieht als Fassade wunderschön aus, außerdem lässt es viel gesundes Sonnenlicht in die Räume fallen.“ „Das klingt zwar gut, aber ist Glas nicht viel zu schlecht gedämmt?“, fragt Papa Michael. „Das ist eine gute Frage“, entgegnet Frau Schmidt. „Alte Fenster sind oft schlecht gedämmt. Moderne Energiesparfenster isolieren hingegen hervorragend. Die Scheiben sind inzwischen dreifach verglast und mit einem dämmenden Edelgas gefüllt. Es ist daher möglich, große Fenster in das Haus zu integrieren, ohne dadurch die Dämmeigenschaften zu verschlechtern.“ Natürlich beschäftigt sich das Team noch mit vielen weiteren Details und die Familie profitiert unheimlich von dem Know-how der Architektin. Nun geht es an die Planung von Innengestaltung und -einrichtung. Ansprechende Farben, heitere Lichtakzente, qualitative und fühlbar angenehme Materialien sind für die heimische Lebensqualität äußerst entscheidend.

BODENBELÄGE

Entscheiden Sie sich für langlebige Bodenbeläge, die gesundheitlich unbedenklich sind und unter Berücksichtigung sozialer Mindeststandards hergestellt wurden. Fliesen, Linoleum, Kork oder Parkettböden aus Holz sind generell langlebiger als Teppichböden. Allerdings ist die Feinstaubbelastung in Räumen mit glatten Böden vielmal höher als dort, wo Teppichböden den Staub binden. Grundsätzlich gilt, dass die verwendeten Werkstoffe und Materialien schadstoffarm sein sollten. Darüber hinaus sollten Sie auch soziale Kriterien bei Ihrer Kaufentscheidung berücksichtigen.

MÖBEL

Wer hier einmal etwas mehr Geld in Vollholzmöbel oder Schreinerarbeiten investiert, für den lohnt es sich am Ende doppelt. Der Trend zu billigen „Eintagsmöbeln“ leistet der Verwen-

MÖBEL,
MATRATZEN,
TEPPICHE
UND CO.
KÖNNEN DAS
RAUMKLIMA
UND DAMIT DIE
ATEMLUFT ER-
HEBLICH
BELASTEN.
ACHTEN SIE
AUF EIN
MÖGLICHST
SCHADSTOFF-
FREIES
INNENLEBEN

dung von ungesunden Materialien Vorschub: Statt Massivholz werden Pressspanplatten und Sperrholz verwendet und mit Holzdekor folienbeschichtet. An den Chemikaliencocktail, den solche Möbel ausdünsten, wird selten gedacht. Allergiker sind in der Regel bereits für dieses Thema sensibilisiert, generell ist es jedoch für jedermann ratsam, auf Möbel zu achten, die keine Schadstoffe ausdünsten können und eine lange Lebensdauer haben.

HEIMTEXTILIEN

Gemütliche Polster, weiche Kissen und farbenfrohe Vorhänge verschönern die Wohnung nicht nur optisch. Da sie zum Teil in direktem Kontakt mit der Haut stehen und auch die Qualität der Innenraumluft beeinflussen können, obliegt ihnen weit mehr Verantwortung in puncto Wohlbefinden, als es auf den ersten Blick scheint. Nur wenn Heimtextilien trend-sicheres Design mit einer nachhaltigen, für Umwelt und Gesundheit unbedenklichen Produktionsweise kombinieren, ist das Gefühl, zu Hause zu sein, wirklich perfekt.

FARBEN UND LACKE

Im Handel haben Sie die Möglichkeit, zu wohngesunden und emissionsfreien Wandfarben und Lacken zu greifen. Sie verzichten auf Lösungsmittel, Weichmacher und Schadstoffe. In Häusern, in denen Allergiker leben, sollten außerdem Farben ohne Konservierungsstoffe verwendet werden. Für Farben und Lacke gilt: Hohe Qualität made in Germany hat den Vorteil, einen kleinen CO₂-Fußabdruck zu besitzen und zu besten Streichergebnissen zu führen.

Suchen Sie weitere Informationen, empfehlen wir Ihnen auch das Angebot des Bauzentrums Poing. Hier finden Sie interessante Beiträge zum Thema und Unterstützung durch Experten. * Alle Personen sind frei erfunden

SHOWROOM
Exclusive Parkettböden & Edeldielen

URBAN & HÖRTRREITER
MODERNE BODENBELÄGE

Hauptstraße 53 | 82008 Unterhaching | Tel 089 / 66 80 78
www.urban-hoertreiter.de | Do & Fr 10-18, Sa 10-13 Uhr
Wir nehmen uns Zeit für Sie - um Terminvereinbarung wird gebeten!

FRANK
Holzbau Zimmerer
München

Wir leben unser Handwerk.
ECHTE MÜNCHNER ZIMMERER.

Frank Zimmerer und Holzbau GmbH & Co. KG
Eversbuschstr. 207 | 80999 München
Telefon: 089 / 81 88 77 71
www.zimmererfrank.de
www.dorikmalpflagemuenchen.de

An-/Umbau & Neubau
Dachstuhl & Aufstockung
Dachfenster & Dachgauben
Sanieren & Restaurieren
Gartenhaus & Carport
Balkon & Terrasse