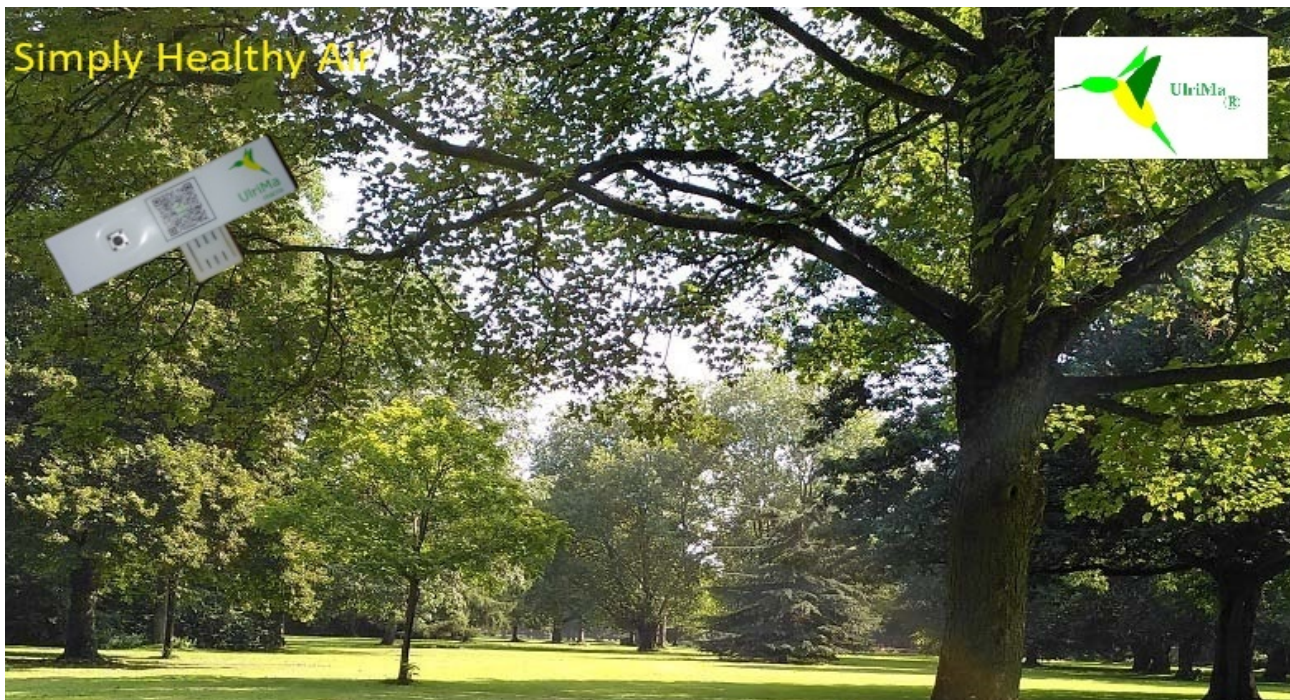


**Informationsreihe zum Thema Schimmelbefall: Beitrag 12 nicht CO<sub>2</sub> sondern die relative Luftfeuchtigkeit ist die Leitgröße beim Lüften.**



**Warum ist relative Luftfeuchtigkeit die Leitgröße beim Lüften?**

*Aus medizinischer und physiologischer Sicht ist das regelmäßige Lüften von Räumen unverzichtbar. Wie viel gelüftet werden muss, hängt von der relativen Luftfeuchtigkeit und dem Gehalt möglicher Schadstoffe ab. Neben den im Beitrag 6 „Bei Schimmel im Bioaerosol auftretende Substanzen und ihre Wirkung auf Mensch und Tier“ diskutierten Aerosolen spielt dabei Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>) für unser Wohlbefinden eine wichtige Rolle.*

*Die wesentlichen Bestandteile unserer Atmosphäre sind Stickstoff (78 %), Sauerstoff (21 %) und Edelgase (1 %). CO<sub>2</sub> ist als sogenanntes Spurenelement mit 0,038 % vorhanden.*

*Kohlendioxid entsteht u. a. in unseren Körperzellen und wird als Stoffwechselprodukt beim Ausatmen an die Umgebung abgegeben. Hierbei ist die Zusammensetzung unserer Ausatemluft etwa: 78 % Stickstoff, 17 % Sauerstoff, 1 % Edelgase und 4 % Kohlendioxid.*

*Abgeleitet aus einer CO<sub>2</sub>-Abgabe einer Person in schlafendem Zustand von rund 10 l/h ergibt sich für einen abgeschlossenen, 50 m<sup>3</sup> großen Raum ohne Luftaustausch, bei einer Belegung von zwei Personen für acht Stunden, eine Konzentration von rund 3.200 ppm CO<sub>2</sub>, also 0,32 %.*

*Hinweis: „ppm“ bedeutet "parts per million", also Teile pro Million. Die Zahl hört sich für Laien dramatischer an, als sie in Wahrheit ist. In dem oben beschriebenen Beispiel sind 3.200 ppm CO<sub>2</sub> also 0,32 %.*

*Die Zunahme von CO<sub>2</sub> im Raum kann beim Menschen individuell unterschiedliche Reaktionen hervorrufen. Eine Zunahme von CO<sub>2</sub> im Raum führt zu einer Erhöhung der Atemfrequenz und hiermit wiederum zu einer weiteren Erhöhung der CO<sub>2</sub>-Konzentration. Je nach persönlichem Gesundheitszustand und Sensibilität können bei hohen Konzentrationen neben Müdigkeit und mangelnder Konzentrationsfähigkeit weitere gesundheitliche Folgen wie*

Kopfschmerzen, Übelkeit und Hustenreiz auftreten.

Da der vom Menschen erzeugte CO<sub>2</sub>-Eintrag parallel mit der durch Atmen und Transpirieren abgegebenen Feuchtemenge erfolgt, wäre die Messung von CO<sub>2</sub> und relativer Luftfeuchte gleichwertig. Hinzu kommen jedoch andere Feuchtequellen, wie Duschen, Kochen usw., sodass ein Lüften aus Feuchteschutzgründen in unseren Wohnungen sinnvoller ist.

**Wichtiger Hinweis:** Dieses gilt nicht für WE mit Feuerstätten. Hier ist der Schornsteinfeger die Autorität, die sich kontaktieren sollten!

Zeigen Sie Verantwortung, für Menschen die Sie lieben und achten Sie auch auf Gesundheit.  
In diesem Sinne, wünsche ich Ihnen immer gesunde Luft.

Ulrich Martel

Geschäftsführer der

Simply Health Air GmbH

<https://www.simplyhealthyair.com/>

Mobil: 0157 311 508 72

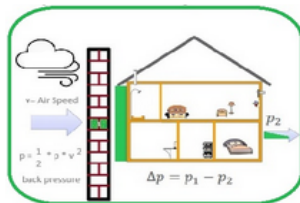
eMail: [ulrich.martel@simplyhealthyair.com](mailto:ulrich.martel@simplyhealthyair.com)

P.S.

Wenn Sie **Schimmel vermeiden** oder diese mal nachhaltig beseitigen wollen, dürfen Sie mich gerne unverbindlich anrufen oder ein Mail schicken!

Wenn Sie **Interesse an weiteren Artikeln** haben, oder mal was nachlesen wollen:

### Fachartikel



Fachartikel und Vorträge: <http://simplyhealthyair.de/Fachartikel.html>

InkedIn: [https://www.linkedin.com/public-profile/settings?trk=d\\_flagship3\\_profile\\_self\\_view\\_public\\_profile](https://www.linkedin.com/public-profile/settings?trk=d_flagship3_profile_self_view_public_profile)

### Produkte



Raumluftüberwachung UlriMa\_micro UlriMa\_micro die Raumluftüberwachung

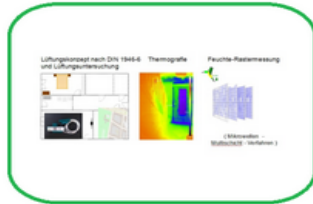
UlriMa\_Ladestation

UlriMa Wohngesundheits Außensensor

UlriMa Wohngesundheits Außenstation

<http://simplyhealthyair.de/Produkte.html>

## Dienstleistungen



### **Dienstleistungen Unser Angebot:**

*Thermografie (Foto und Film)*

*Schichtaufnahmen mit Mikrowellen-Feuchte-Rastermessung*

*Wohnungsbegehung mit anschließender Beratung für Mieter und/oder Vermieter.*

*Mediation oder Beratung und Unterstützen gerne auch im Konfliktfall*

*Gutachten und Lüftungsprotokolle*

*Verleih Kalibrierter Messaufnehmer zum Nachweis von Ursachen.*

*Mietereinweisung mit Protokoll.*

*Dauerhafte Installation von Messaufnehmer mit Außensensor.*

### **Vorträge und Schulungen!**

<http://simplyhealthyair.de/Dienstleistung.html>

**#MVOC #PAMP #Mykotoxine #Endotoxine #Sporen #Feuchtebilanz #Schimmelpilz #Schimmelprävention  
#Feuchteschutz #gesundes-Wohnen #Wohngesundheitsschutz #Lüften**