

# CHECKLISTE FÜR WOHN GESUNDES BAUEN

## Wie schaffe ich mir ein gesundheitsförderndes Wohnumfeld?

Neueste Technologien machen heutzutage eine nahezu luftdichte Bauweise möglich. Energetisch bedeutet dies einen großen Fortschritt, Energieverluste werden minimiert. Für ein wohngesundes Bauen jedoch birgt diese Bauweise einige Nachteile.

Schadstoffe aus gesundheitsschädlichen Baustoffen gasen über Jahre hinweg aus und sammeln sich in der Raumluft an. Ein natürlicher Luftwechsel ist nicht mehr vorhanden. Das kann eine eingeschränkte Lebensqualität, Allergien oder auch Krankheiten zur Folge haben.

### Dies sollten Sie bei den Baumaßnahmen beachten:

1. Stellen Sie fest, welchen gesundheitlichen Anspruch Sie für Ihren Neubau / Ihre Sanierung wünschen.
2. Definieren Sie Ihre Vorstellungen in einer vertraglichen Zielvereinbarung gegenüber dem Auftragnehmer.
3. Bestehen Sie auf kompetente Fachhandwerker, die sich bereits mit wohngesundem Bauen auseinandergesetzt haben.
4. Wählen Sie Baustoffe nach gesundheitlichen Kriterien aus. Labels wie natureplus oder franz. VOC A+ helfen Ihnen dabei.
5. Zeigen Sie Präsenz auf der Baustelle, beobachten Sie genau und scheuen Sie sich nicht auch unbequeme Fragen zu stellen.
6. Fordern Sie von Ihrem Auftragnehmer ein geeignetes Qualitätsmanagement sowie eine entsprechende Qualitätssicherung.
7. Als Zielkontrolle sollten Sie eine Raumluftanalyse durch ein unabhängiges Labor fordern und vereinbaren.

Beim wohngesunden Bauen gilt es in erster Linie gesundheitliche Gefahrenquellen auszuschalten und einen weiteren Eintrag von Schadstoffen durch belastete Baustoffe zu vermeiden.

#### Dies sollten Sie bei den Baustoffen beachten:

##### KLEBER

Die meisten Boden- und Wandbeläge werden verklebt. Ein Blick auf die Inhaltsstoffe des Klebers kann nicht schaden: Beinhalten viele davon doch flüchtige organische Verbindungen (VOC), welche auch noch nach einigen Jahren ausgasen können. Schwimmend verlegte Holzböden tragen zu einem wohngesunden Umfeld bei.

##### FARBEN

Insbesondere konventionelle Dispersions- und Latexfarben können chemische Weichmacher, Löse- und Bindemittel enthalten. Neben dem jahrelangem Ausgasen fördern sie auch ein elektrostatisch negatives Raumklima. Natürliche Anstriche auf Kalk- und Silikatbasis sind hoch diffusionsoffen und verbessern das Raumklima aktiv.

##### HOLZ

Der Werkstoff Holz - egal ob Boden, Wand, oder Möbelstück - sollte aus nachhaltig bewirtschafteten heimischen Wäldern stammen. Holzmöbel sollten nach Möglichkeit metallfrei verarbeitet sein. Unbehandeltes Holz kann Feuchtigkeit aufnehmen und wieder abgeben, verbessert somit das Raumklima.

##### PUTZ

Mineralische Putze nehmen die Feuchtigkeit auf und geben sie bei trockener Luft auch wieder ab. Diese Eigenschaft beugt zudem auch einen Schimmelpilzbefall aktiv vor und sorgt für ein gesundes Raumklima. Kalkputze können durch ihre alkalische Oberfläche zudem viele Schadstoffe in der Raumluft durch die natürliche Luftzirkulation neutralisieren.

##### DÄMMUNG

Auch konventionelle Dämmstoffe können Schadstoffe beinhalten und über Jahre hinweg abgeben. Diese sind oftmals stark gesundheitsgefährdend. Aber auch andere Plattenwerkstoffe sind generell für den Einsatz als Innendämmung sehr riskant. Eine korrekte Verklebung mit dem Untergrund ohne jegliche Hohlstellen, in denen sich Tauwasser sammeln kann, ist nicht zu gewährleisten.

Kalkdämmputze besitzen hierbei gleich mehrere positive Eigenschaften: Die Basis Kalk sorgt auf mehrfache Weise für ein gesundes Raumklima und geht mit dem Untergrund eine flächenbündige Verbindung ohne Wärmebrücken ein.

**FAZIT:** Ökologische Baustoffe wie Kalk verbessern das Raumklima durch ihre diffusionsoffenen Eigenschaften und können dabei helfen, Schadstoffquellen zu minimieren.