

Unsere Luft in geschlossenen Räumen

Ob wir krank oder gesund sind, hat entscheidende Auswirkungen in betriebswirtschaftlicher und volkswirtschaftlicher Sicht

Primär einmal ist Krankheit ein Zustand, den wir - wenig überraschend - nicht wollen und dem wir daher vorbeugen sollten. Dazu müssen wir wissen, welche Faktoren für die Qualität der Atemluft maßgeblich sind. Grob gesprochen sind das die Temperatur und die Inhaltsstoffe der Luft, hier insbesondere die Anteile an Wassermolekülen (Luftfeuchte), die Stäube und die gasförmigen Beimengungen. Und last but not least Viren, Bakterien und andere Parasiten.

Vor allem aber hängt die Luftqualität von der Zahl der negativ geladenen Luftionen ab. Mehr dazu weiter unten.

Es beginnt mit der Raumtemperatur: Stimmt die nicht, dann stimmt in der Regel auch die Luftfeuchtigkeit nicht. Haben wir zu wenig davon, dann schädigt das unsere Atemwege, haben wir aber zu viel davon, dann fördern wir das Wachstum von Parasiten wie etwa das des Schimmels, der dann erst recht unsere Luftwege schädigt. Man sieht, es ist ein empfindlicher Balanceakt, die richtige Luftfeuchte nicht nur zu finden, sondern sie auch zu halten.

Feinstaub ist in den letzten Jahren nicht umsonst zum Reizwort geworden. Er entsteht nicht nur im Straßenverkehr sondern auch in modernen Büromaschinen. Wir atmen ihn ein und schädigen damit Bronchien und Lungenbläschen, weil Feinstaub sich an der Schleimhaut anlegt und außerdem chemische Reaktionen hervorruft.

Vor allem in **Einrichtungen der Gesundheitspflege** ist die Reinheit der Luft eine Frage von eminenter Bedeutung; in Krankenhäusern, in Arztpraxen (vor allem bei Zahnärzten) und Ambulatorien und überall dort, wo viele Menschen zusammen kommen. Natürlich auch am Arbeitsplatz. Die Zahl der Krankenstandstage hat Auswirkungen bis zum Bruttoinlandsprodukt! Alte Wertvorstellungen aus früheren Jahrhunderten machten uns glauben, dass nur der ein großer Mann sei, der seine Unpässlichkeiten mit Würde ertrug. Das nachgerade Gegenteil ist wahr! Sich wohl zu fühlen ist kein Luxus, es ist der Ausdruck von Lebensqualität.

Es ist wichtig zu wissen, was die **Ionisierung der Luft** bewirkt. Negative Luftionen sind im Vergleich zur freien Natur in geschlossenen Räumen sehr spärlich. (Es sind nur etwa 30/ccm Luft im Gegensatz zu einem Wasserfall mit annähernd 100.000!)

Negative Luftionen haben die Neigung, im Zerfallsprozess von der Decke herab zu sinken und dabei Staubpartikel zu binden. Eine Erhöhung der negativ geladenen Luftionen führt also unmittelbar zu einer Verbesserung der Raumluft. Damit hat man anfänglich mehr und später weniger Staub in den Räumen und diese wirken auch wahrnehmbar heller als andere, in denen die Luftqualität nicht so gut ist.

Und hier eine überraschende Querverbindung: Elektrosmog erzeugt im unteren und mittleren Raumbereich viele positive Luftionen, die dadurch die negativen nach oben verdrängen und nicht herabsinken lassen. Allein die Beseitigung des Elektrosmogs kann also die Qualität der Atemluft in geschlossenen Räumen bereits erheblich verbessern. Ein Grund mehr, die Lebensqualität immer aus der ganzheitlichen Perspektive anzuschauen!

Steigt die Bewusstheit für eine gute Luftqualität? Ganz ohne Frage, denn vor zwanzig Jahren redete niemand vom Feinstaub und wir hatten mehr davon als

heute. Und in frühen Zeiten wurde das Rauchen von Zigaretten sogar als gesundheitsfördernd empfohlen. Wir haben dazu gelernt, aber haben wir ausreichend dazu gelernt?

Warum sind heute allergische Erkrankungen im Steigen begriffen? Doch ja, wir haben schon mal davon gehört, dass moderne Möbel so allerhand an Stoffen absondern, auch wenn Formaldehyd mittlerweile bei der Produktion von Spanplatten verboten wurde. Wenn man es aber näher betrachtet, könnte einem angst und bange werden, was alles so in unseren Räumlichkeiten herumschwirrt in fester, flüssiger und gasförmiger Gestalt. Stäube, so genannte Aerosole sind vermehrt ins Gerede gekommen seit man weiß, dass Drucker und Kopierer Stoffe absondern, die alles eher als harmlos sind. Und obendrein ist unser Arbeitsleben so gestaltet, dass wir uns überwiegend in geschlossenen Räumen aufhalten.

Dazu kommen dann noch die jährlichen "Grippewellen". Sie sind unangenehm für den, der das Bett hütet, für den, der inzwischen seine Arbeit machen muss, für den Dienstgeber, der den Ausfall zu verkraften hat und nicht zuletzt für uns alle, weil wir das alles über die Krankenkasse bezahlen müssen.

Staub wird in jedem Haushalt in Menge produziert. Wer kennt nicht die automatische Reaktion, aus einem Sonnenstrahl zu flüchten, wenn man sich gerade den Pullover über den Kopf gezogen hat? Es wirbelt nur so von Staub! Es wirbelt aber auch dort, wo keine Sonne hin scheint! Der Staub stammt von unserer Haut und natürlich aus der Kleidung. Auch mikrofeine Teilchen von Waschmitteln werden im Sonnenlicht sichtbar. Und wer einmal begonnen hat, mit Symptomen darauf zu reagieren, der hat Abenteuerliches zu erwarten.

Gelingt es seinem Arzt nicht, die wahre Ursache herauszufinden, dann kann der Kranke leicht in der Schublade für *Ökochonder* landen. Das sind Leute, die ständig über unsere un-ökologischen Lebensbedingungen mit viel Chemie und Elektrosmog Klage führen. Doch der Arzt findet nichts. Irgendwann glaubt man ihnen ihre Leiden nicht mehr und stempelt sie ungerechter Weise zu ökologischen motivierten Hypochondern, also zu **Ökochondern**...

Bakterien und Pilzsporen haben mit anderen Parasiten die fatale Eigenschaft, sich gerne mit Staub zu verbinden und dadurch krankheitserregend zu wirken. Einer unserer meistverbreiteten Mitbewohner ist hier die Hausstaubmilbe, die allergieauslösend wirkt und der nicht gerade leicht beizukommen ist. Nicht sie sondern ihr Kot wird mit dem Staub eingeatmet und löst die Allergie aus.

Wie sinnvoll wäre es doch, mit einem Schlag alle jene Störfaktoren in unserer Atemluft zu beseitigen, die unsere Gesundheit beeinträchtigen und unsere Wellness unterdrücken. Wir können Schwebstoffe ausfiltern, Gifte neutralisieren, Viren, Bakterien und Parasiten abtöten und unserem Wohlbefinden entsprechen, indem wir der Raumluft eine Frische verleihen, als stünden wir an einem Gebirgsbach.

Ich habe ein solches Gerät kennen gelernt und gekauft und bin von seiner Wirkung fasziniert. Es ist ein Multifunktionsgerät mit universitärem Wirknachweis und so effizient, dass man seinen Einsatz sogar noch nach Stunden riechen kann. Am meisten verblüfft aber bin ich darüber, dass an heißen Tagen die Temperatur der Raumluft fühlbar angenehmer ist, womit ich mir die Klimaanlage eingespart habe.

© by Dr. Ferd. Steiner