



# Leitfaden **Gesünderes Einrichten**

Einrichten





# Leitfaden Einrichten

« Ein gesundes Gebäude steht in unmittelbarer Wechselwirkung mit der Einrichtung und Pflege. »

Peter Bachmann, Geschäftsführer Sentinel Haus Institut

So wohnen Sie gesünder!

Ein geprüft gesünderes Haus oder Wohnung ist gut, wichtig und richtig. Allerdings muss auch sein Inhalt, sprich Möbel, Einrichtungsgegenstände und Accessoires gute gesundheitliche Eigenschaften haben, damit die Raumluft nicht nachträglich belastet wird.

Schadstoffe wie Formaldehyd, Hexanal, Terpene und andere flüchtige organische Verbindungen (VOC) können aus Schränken, Sofas, Tischen, Stühlen, Einbauküchen emittieren. Auch Teppichböden oder Kleinmöbel können Schadstoffquellen sein, die die Raumluft und damit die Gesundheit belasten.

Quellen sind unter anderem die verwendeten Holzwerkstoffe, Textilien, Kleber oder Kunststoffe sein.

Auch Beschichtungen wie Farben und Lacke oder Holzöle können die Raumluftqualität beeinträchtigen. Einrichtungs- und Ausstattungsgegenstände sollten daher, wenn möglich, grundsätzlich schadstoffgeprüft sein. Das ist im Moment leider nicht durchgängig machbar, da viele Hersteller ihre Produkte nicht testen lassen.

Bei jedem Einkauf sollte daher die eigene Nase zur Qualitätskontrolle eingesetzt werden. Riechen Möbel oder Teppiche „neu“, ist dies in aller Regel auf Schadstoffe zurückzuführen. In einem solchen Fall sollten sie die Räume besonders aufmerksam lüften, um die Belastung der Innenraumluft zu reduzieren.

Lesen Sie dazu auch [Stinkende Möbel sind mangelhaft](#)

Abhilfe schaffen kann die Lagerung neuer Möbel für eine Zeit lang außerhalb der Wohnung, sodass die flüchtigen Verbindungen erst ein paar Tage oder länger ausdünsten können, bevor das Möbelstück in die Wohnung kommt.

Beachten Sie die Pflege- und Reinigungsanleitung des Herstellers. „Scharfe“ Reinigungsmittel zerstören häufig die Oberfläche und belasten die Raumluft. Für viele normale Verschmutzungen ist etwas warmes Wasser und ein einfacher, nicht oder wenig riechender Neutralreiniger ausreichend.



# Leitfaden Einrichten



**20.000 Fälle**

von kranken Kindern könnten durch  
schadstoffgeprüfte  
Fußböden vermieden werden.

Quelle: Gesundheitswissenschaften für Changemakers 2016/17 S.114

## Ein besonderer Fall ist das Kinderzimmer:

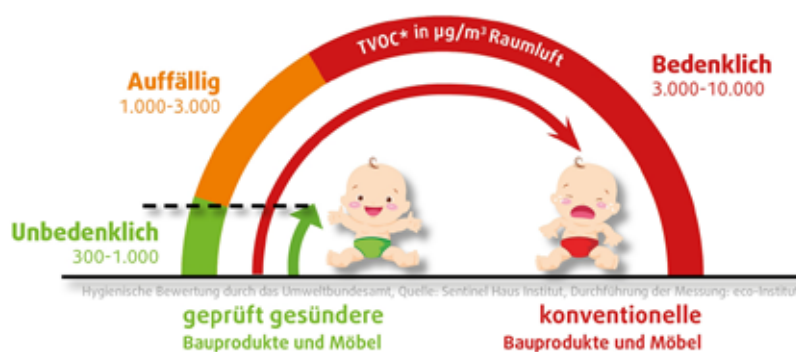
Babys und Kleinkinder verfügen noch nicht über ein voll entwickeltes Immunsystem und sind für Belastungen der Innenraumluft besonders anfällig. In Kinderzimmern sollte deshalb gerade im Säuglingsalter auf „frische“ Möbel verzichtet werden, oder wirklich schadstoffgeprüfte Produkte gewählt werden. Auf jeden Fall sollten Sie gut lüften. Auch Spielzeug, Spielteppiche und andere typische Dinge in Kinderzimmern können die Raumluft belasten. Auch hier helfen die eigene Nase oder Tests, zum Beispiel von Stiftung Warentest oder der Zeitschrift „Öko Test“.

- Verzichten Sie auf Woll-Teppiche oder andere Naturtextilien, welche mit dem Mottenschutzmittel Permethrin versehen sind. Gerade auf dem Boden krabbelnde Kinder können das Nervengift über den Hausstaub aufnehmen.
- Bei Antiquitäten besteht die Gefahr, dass diese mit Holzschutzmitteln behandelt sind, welche man leider mit der Nase nicht wahrnehmen kann. Gerade in osteuropäischen Ländern werden auch heute noch viele Antiquitäten mit Holzschutzmitteln behandelt. Im Zweifel hilft eine Untersuchung des Möbelstücks durch ein geeignetes Labor.

## Schadstoffe im Kinderzimmer machen krank

Ergebnisse einer Studie des Sentinel Haus Instituts

Konzentration von flüchtigen organischen Verbindungen (VOC) in der Raumluft nach Fertigstellung.  
TVOC = Summe aller flüchtigen organischen Verbindungen, gemessen in Mikrogramm/m<sup>3</sup> (µg/m<sup>3</sup>)





# Zertifizierte **Wohngesundheit**

Bewusste Entscheidung für gesünderes Wohnen:  
Gesundheit ist unser höchstes Gut.

Sie zu schützen, erfordert frische und saubere Luft.  
Das ist nicht selbstverständlich, denn wir verbringen den größten Teil des Tages in geschlossenen Räumen. Um Energie zu sparen, dämmen wir unsere Gebäude umfassend und machen sie möglichst luftdicht. Dadurch reduziert sich der Luftaustausch erheblich.

Da meist auch nicht optimal gelüftet wird, kann die Schadstoffbelastung ansteigen. Deshalb kommt es heute mehr denn je auf die richtige Auswahl von Farbe, Tapeten, Kleber oder anderen Materialien an. Achten Sie darauf, dass deren Emissionen in die Raumluft so gering wie möglich sind.

Mit den Qualitätskriterien von Sentinel Haus sind Sie auf der sicheren Seite. Damit schützen Sie Ihre Gesundheit und die aller Bewohner.

**Mehr erfahren!**

[www.sentinel-haus.de](http://www.sentinel-haus.de)

