

BAU- BIOLOGIE

Der Traum vom gesunden Wohnen

... diesen für uns alle wahr werden zu lassen und dabei noch Rücksicht auf unsere Umwelt zu nehmen, bildet ein zentrales Ziel der Baubiologie. Während eine umweltschonende Bauweise unser ökologisches Gewissen beruhigen kann, kommt die Verwendung von gesunden Materialien für Wände, Böden und Ausstattung direkt uns selbst zugute. Dies steht in Verbindung mit Räumen, die Erholung und Regeneration ermöglichen, die das zwischenmenschliche Zusammenleben positiv beeinflussen, indem sie sowohl Gereiztheit sowie Stressfaktoren reduzieren als auch eine angenehme Aufenthaltsatmosphäre schaffen. Um dies zu erreichen, braucht es solides professionelles Fachwissen.





Aber das kostet doch sicher mehr?

Falsch. Wenn man die tatsächliche Kostenwahrheit über eine ganze Lebensspanne herstellt und nicht nur die kurzfristigen Errichtungskosten beachtet, wenn man die ökologischen Konsequenzen (z. B. Umweltschäden, Folgekosten des Klimawandels etc.) samt eventueller gesundheitlicher Folgekosten (Behandlung von wohnumweltbedingten Krankheiten) mit einberechnet, dann zeigt sich bereits ein ganz anderes Bild. Hinzu kommen noch die ganzen „soft facts“ wie verminderter Erholungseffekt, vermehrte psychosomatische Beeinträchtigungen unterschiedlichster Art, die kaum in Geld zu bemessen sind. Ganz zu schweigen von den Entsorgungskosten für problematische Baustoffe, die in Zukunft mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit deutlich steigen werden. All den Sondermüll, der heute noch wie selbstverständlich verbaut wird, werden – wenn nicht schon wir selbst – spätestens unsere Kinder bezahlen müssen.

Nachhaltige Lebensqualität

Lassen wir mal das ökologische Mo-

ralisieren beiseite und betrachten das Ganze aus einer rein egozentrischen Perspektive. Angenommen all das ökologische Predigen ginge mir schon auf die Nerven, Klimawandel wäre Schwindel, Kinder hätte ich oder wollte ich keine, was bringt mir dann die Baubiologie?

Ganz einfach: mehr Lebensqualität – und zwar dauerhaft, nachhaltig. Selbst wenn man die biologischen, medizinischen und psychologischen Zusammenhänge nicht versteht oder sich nicht dafür interessiert, zu spüren bekommt es jeder über kurz oder lang.

Wenn es um das Thema Wohnen geht, das ja zu 90 % mit einem Aufenthalt in Innenräumen gleichgesetzt werden kann, sind vor allem die langfristigen Einwirkungen von Bedeutung. Viele biologische, umweltmedizinische und wohnpsychologische Aspekte entfalten ihre Wirkung erst über einen gewissen Zeitraum hinweg und sind unserer direkten Wahrnehmung kaum zugänglich.

Wenn man beispielsweise diversen Schadstoffen ausgesetzt ist, die wir nicht riechen können und daher auch nicht unmittelbar bemerken, so entfalten sie dennoch ihre Wirkung,

die zu unterschiedlichen gesundheitlichen Schäden führen kann.

Gesundes Raumklima

Für ein angenehmes Innenraumklima genügt die Abwesenheit von Schadstoffen jedoch noch nicht, sondern dazu bedarf es noch vieler weiterer Faktoren, wie den richtigen – meist natürlichen – Materialien für Wände und Anstriche, für Böden und Bodenbeläge etc. Ökologische Baustoffe wie Lehm-, Kalkputz oder unbehandeltes Holz überzeugen nicht nur durch ihre (im Regelfall) hochwertige Optik und Haptik, sondern auch durch das behagliche, wohltuende Raumklima!

Dazu bedarf es auch des richtigen Heizsystems bzw. der richtigen Heizungsart. Es gibt Heizungsarten, die uns mit angenehmer Strahlungswärme versorgen, aber auch andere, die allein durch ihre Funktionsweise der Entstehung von Atembeschwerden und Allergien Vorschub leisten. Ein Lüftungssystem kann fallweise tatsächlich den Wohnkomfort erhöhen, bei mangelnder Qualität jedoch auch nur die finanzielle und gesundheitliche Belastung.

Ein weiteres Thema bildet der sogenannte Elektromog – also die

Wirkung elektromagnetischer Felder und Strahlen, die zwar physikalisch messbar sind, die jedoch für den Menschen im Regelfall nicht wahrnehmbar sind. Die Natur hat uns für diese Frequenzen kein eigenes Sinnesorgan mitgegeben, sodass wir auf Messungen angewiesen sind, um eine eventuelle Gefährdung feststellen zu können.

Viele unbewusste Wirkfaktoren

Ein gutes Raumklima frei von Belastungen bildet zwar eine gute Basis, aber für eine hohe Wohnqualität bzw. für dauerhaftes Wohlergehen bedarf es noch der richtigen sensorischen und wohnpsychologischen Qualitäten.

So bilden beispielsweise all jene Stimuli (=Sinnesreize), die wir über unsere Sinne beständig aufnehmen, bildlich gesprochen das „Grundnahrungsmittel“ für unser gesamtes Nervensystem und Gehirn. Die Eigenschaften und Menge dieser Sinnesnahrung – aber auch ein Mangel derselben – ziehen vielfältige und teils massive Konsequenzen nach sich. Sie beeinflussen unsere psychische Konstitution, sogar die Entwicklung unseres Gehirns. So

können beispielsweise allein Ausblicke in die Natur Erholung und Regeneration fördern. Andere hingegen – als das genaue Gegenteil davon – erzeugen innere Unruhe oder Unwohlsein, erhöhen Geiztheit und Konfliktbereitschaft, beeinträchtigen Beziehungen und vieles mehr. Das Tückische dabei ist, dass dies großteils unterschwellig geschieht – vor allem die langfristigen und im Hintergrund wirkenden Faktoren sind uns kaum bewusst.

Baubiologie bringt Mehrwert

Bloß keine Angst vor der Komplexität, all die genannten Faktoren sind analysierbar und großteils auch in eine positive Richtung steuerbar. Um das ganze ökologische, gesundheitliche und psychologische Know-how optimal integrieren zu können, bedarf es einer ausgeklügelten Planung und einer kontinuierlichen Projektbegleitung. Dann erhält man ein Produkt, das nachhaltig auf allen Ebenen einen enormen Mehrwert bringt, für einen selbst, für die eigenen Nachkommen wie auch bei einem eventuellen Verkauf – und obendrein wird unsere Lebensumwelt weniger belastet.

Wo erfährt man mehr?

In Graz kann das **Haus der Baubiologie** genannt werden, das als gemeinnützige Institution ein Beratungsservice für alle anbietet (auch für Planende und Bauträger). Wer selbst nicht völlig unbedarft dastehen, sondern sich ein baubiologisches Grundwissen aneignen möchte, kann ebendort die 6-teilige Veranstaltungsreihe besuchen, in der die wichtigsten Kenntnisse praxisnah vermittelt werden. Wir wünschen viel Vergnügen dabei!



Autor:

Dr. DI Harald Deinsberger-Deinsweger

Mit Unterstützung des Teams vom **Haus der Baubiologie** insbesondere: **Dipl. Arch. ETH Johannes Breittling, Ing. Günter Schweyer** und **Armin Rebernick**

Linktipp:
www.hausderbaubiologie.at

Haus der Baubiologie