



## Empfehlung bei einer häuslichen Schimmelpilzbelastung

### Was sind Schimmelpilze?

- Schimmelpilze gehören zu den Mikroorganismen.
- Die meisten der über 100.000 beschriebenen Schimmelpilzspezien sind überall verbreitet.
- Bei Untersuchungen in Innenräumen wurden meist Spezien der Gattung *Alternaria*, *Aspergillus*, *Cladosporium* und *Penicillium* nachgewiesen.

### Schimmelpilzwachstum in Innenräumen:

- Schimmelpilzbelastungen in Innenräumen sind abhängig von den raumklimatischen Bedingungen, der Lüftungssituation und der Gestaltung und Nutzung des Innenraumes.
- Das Pilzwachstum begünstigen ausreichende Feuchtigkeit, organische Nährstoffe und höhere Temperaturen.
- Häufige Schimmelpilzquellen: durchfeuchtete Materialien wie z.B. Mauerwerk, Papier, Tapeten, Dämmmaterial, feuchtes Holz, Isolierschichten auf Zellulosebasis, Fugen in Feuchtbereichen (Silikonfugen), Staub (z.B. Baustaub, Hausstaub, Staub in Teppichen), raumluftechnische Anlagen, Luftbefeuchtungsgeräte, Topferde von Zimmerpflanzen, Lebensmittel und Tierfutter, Müll, Fäkalien von Tauben und Stubenvögeln.

### Gesundheitliche Gefährdung:

- **Allergische Reaktionen:**  
wie z.B. Reizungen der Nasenschleimhäute, Schnupfen (*Rhinitis allergica*, Heuschnupfen), Husten, Atemnot, Asthma bronchiale
- **Geruchswahrnehmungen:**  
Schimmelpilze produzieren flüchtige organische Verbindungen (MVOC), die teilweise als „erdiger“ oder „muffiger“, manchmal unangenehmer Geruch wahrnehmbar sind.
- **Toxische Reaktionen (Mykotoxikose):**  
Vergiftungen entsprechend der aufgenommenen Menge von Toxinen (Giftstoffen), die von einigen Schimmelpilzen als Stoffwechselprodukt gebildet werden können, z. B. Entstehung von Leberzellkarzinome durch Aflatoxine)
- **Schimmelpilzinfektionen (Mykosen):**  
bei abwehrgeschwächten Personen

### Die häusliche Schimmelpilzbelastung kann durch folgende Maßnahmen gemindert werden:

- Behebung von Baumängel und Bauschäden am Gebäude.
- Neubauten vor dem Bezug austrocknen lassen.
- Es ist ratsam, die Luftfeuchtigkeit durch richtiges Lüften und Heizen niedrig zu halten (< 50 % r.F.).
- Das regelmäßige Lüften (Stoßlüftung, etwa viermal täglich für 2 - 5 Minuten).
- Dauerlüften ist während der Heizperiode zu vermeiden (keine gekippten Fenster).
- Tagsüber sollte eine Raumtemperatur von 20° C erreicht werden und starke räumliche und zeitliche Temperaturschwankungen vermieden werden.
- Auf das Heizen der Schlafräume im Winter sollte nicht verzichtet werden. Dabei ist eine Raumtemperatur von 18° C zu empfehlen.

- Große Möbelstücke sollten nicht an Außenwände gestellt werden. Ein Abstand von mindestens 5 cm zur Wand ist einzuhalten, um Abstand für die Luftzirkulation zu lassen.
- Ein Verzicht auf Staubfänger, Zimmerpflanzen und Haustiere im Bereich der Schlafräume ist zu empfehlen.
- Wäsche sollte keinesfalls in niedrig temperierten Räumen zum Trocknen aufgehängt werden.
- Keine Luftbefeuchter benutzen.
- Große Wasserdampfmengen, die in einzelnen Räumen, z. B. beim Kochen oder Duschen entstehen, sind durch gezieltes Lüften sofort nach außen zu „lüften“.
- Keine dichten, raumhohen Vorhänge in Fenster- und Eckbereichen und in Bereichen mit unzureichender Luftzirkulation.
- Abfalleimer und Wertstoffmüll häufig entleeren und reinigen.

---

**Die häusliche Schimmelpilzbelastung kann durch folgende Maßnahmen beseitigt werden:**

- Es ist sinnvoll, zunächst mit den „ungiftigen“ und weniger aufwendigen Verfahren zu beginnen. Bevorzugt werden sollten vor allem jene Methoden ohne Einsatz von chemischen Substanzen. Chemische Schimmelpilzbekämpfungsmittel beinhalten meist Chlor oder organische Fungizide. Sie weisen oft starke Eigengerüche auf und können die Raumluft mit anderen gesundheitsschädlichen Substanzen belasten. Wenn überhaupt, sollten Substanzen verwendet werden, die sich schnell verflüchtigen.
- Verschimmelte Materialien entfernen. Bei stärkerem Befall an den Wänden, sollte auch der befallene Putz entfernt werden. Dabei ist darauf zu achten, dass sich durch Stäube freiwerdende Pilzsporen nicht weiter verbreiten.
- Die befallenen Stellen gründlich reinigen. Zur Reinigung eignen sich:
  - medizinischer Alkohol
  - Salmiakverdünnung
  - Spiritus
  - Lösung aus Wasser, Brennspiritus und Salicylsäure
  - Essigessenz
- Bei der Anwendung dieser Mittel kommt es zu Gasfreisetzung und beißenden Gerüchen. Deshalb empfiehlt sich die Reinigung bei geöffnetem Fenster.

Wichtige Ursachen für Schimmelpilzwachstum in Innenräumen können **bauliche Mängel** (wie zum Beispiel Wärmebrücken an Außenwänden, Risse im Mauerwerk, mangelnde Abdichtung zum Untergrund, ungenügende Austrocknung des Rohbaus) und **falsches Wohnverhalten** (Temperatur, Luftfeuchtigkeit) sein.

Es ist sinnvoll, um eine Schimmelpilzbelastung in Innenräumen zu vermeiden, zunächst mit der Optimierung des Wohnverhaltens zu beginnen.