

Im Winterhalbjahr finden Schimmelpilze in vielen Wohnungen ideale Lebensbedingungen vor. Zeigt sich Schimmel, gilt es, rasch zu handeln. Bei starkem Befall oder moderigem Geruch ist der Rat einer Fachperson gefragt.

Jürg Lendenmann

# Schimmelpilze

## Gefahr für die Gesundheit

Über 100 000 Arten von unterschiedlichsten fadenförmigen Pilzen werden zu den Schimmelpilzen gezählt. Manche sind uns nützlich, da sie Weichkäse zu unvergleichlichem Geschmack verhelpfen, zum Fleischersatz Quorn verarbeitet werden können oder Lieferanten sind von Vitaminen, Enzymen, Säuren oder Antibiotika. Meistens aber wachsen sie dort, wo sie unerwünscht sind – auch in Häusern. Wir bemerken die Mitbewohner erst, wenn sich farbige Flecken oder pilzige Rasen gebildet haben. Dann jedoch sind sie bereits mehr als nur optische Schandflecke.

### Gefahr für die Gesundheit

«Die häufigsten gesundheitlichen Folgen von Feuchtigkeit und Schimmel in Wohnräumen sind Atemwegs-, Augen- und Hautreizungen bis hin zu chronischer Bronchitis und Asthma sowie allergische Erkrankungen. Feuchtigkeit und Schimmel führen zudem zu Geruchsbelästigungen und stehen im Verdacht, Wegbereiter für Erkältungen zu sein. Bei bestimmten Vorerkrankungen steigt das Risiko für gefährliche Schimmelpilzerkrankungen wie die allergische Lungenerkrankung ABPA oder eine innere Infektion», hält das Bundesamt für Gesundheit fest. Zu denjenigen mit erhöhtem Risiko zählen u. a. solche mit zystischer Fibrose und chronischem Asthma sowie Transplantations-, AIDS- und Krebspatienten, deren Immunsystem geschwächt ist.

«Feuchtigkeitsprobleme und Schimmel sind alles andere als selten», so das BAG, «denn sie treten in jedem vierten bis fünften Haushalt auf.»

### Anspruchslose unerwünschte Mitbewohner

Schimmelpilzsporen werden über die Luft verbreitet. Sie sind überall. Festsetzen können sie sich auf Früchten, Brot, Konfitüre, Würsten, Wänden, Fliesenfugen, Papier usw. Setzen sie sich fest – und finden geeignete Lebensbedingungen vor, beginnen sie zu keimen und ein Geflecht von Pilzfäden (Myzel) zu bilden. Für das Wachstum benötigen die Mikroorganismen organisches Substrat wie Fette, Kohlenhydrate oder Eiweisse. Doch kann ihnen bereits Hausstaub auf einer Glasscheibe genügen. Am besten wachsen Schimmelpilze bei Temperaturen zwischen 20 und 30 °C. Jedoch nur, wenn die Feuchtigkeit der Umgebung genügend hoch ist. Ideal gedeihen sie bei einer relativen Luftfeuchte ab 80 Prozent.

### Vorsicht vor feuchten Stellen

Feuchtigkeit kann nicht nur durch Schadstellen von aussen in ein Haus eindringen; auch durch Defekte an Leitungen und Armaturen im Haus kann sich Feuchtigkeit verbreiten. Sie wird aber auch im Haus selbst produziert – durch die Bewohner (Schweiss, Atemluft) und ihre Tätigkeiten (Duschen, Wäschetrocknen,

Kochen, Bügeln) oder durch Luftbefeuchter, Aquarien, Topfpflanzen, Hydrokulturen. Wird der Wasserdampf in der Luft nicht ausreichend schnell abtransportiert, kann er sich an kalten Flächen niederschlagen, z. B. an Fensterscheiben, kalten Zimmerwänden oder Stellen in Wänden, bei denen die Kälte über eine Wärmebrücke ins Innere transportiert wird. Auch wo Luft kaum zirkulieren kann, sammelt sich Feuchtigkeit an, z. B. hinter Gardinen oder Möbeln, die zu nahe an einer Wand stehen.

### Lüften, lüften, lüften

Ausreichendes Lüften führt das Zuviel an Feuchtigkeit ab. Empfohlen wird, mindestens dreimal täglich während 5–10 Minuten zu lüften (Querlüften, Stosslüften). In älteren Gebäuden mit schlechter Wärmedämmung, bei deren Sanierung neue, dicht schliessende Fenster eingebaut wurden, sollte noch öfter gelüftet werden. Dauerbelüftung (Kippfenster) ist zu vermeiden, da sonst zu viel Heizenergie verloren geht.

Es wird empfohlen, im Winter ausreichend zu heizen. Die Raumluftfeuchtigkeit sollte während der Heizperiode 50 Prozent nicht übersteigen. Dieser Wert besagt, dass die Luft nur die Hälfte der Feuchtigkeit enthält, die sie maximal aufnehmen könnte. Wer unter Trockenheitsgefühlen leidet, sollte als erstes die Raumtemperatur auf 20–21 °C senken, da dies die Luftfeuchtigkeit erhöht.



Lüften hilft gegen Schimmelpilzbefall.



Bei grösserem Schimmelpilzbefall müssen die Ursachen abgeklärt werden. Dann gilt es, rasch zu handeln.

Bilder: © Anna Bizon, wabeno, de.123rf.com

## Sanierung

Beschränkt sich der Schimmelbefall auf kleine Stellen (100 cm<sup>2</sup> – also eine Fläche von 10 × 10 cm) oder auf Spuren auf Fugenmassen zwischen Keramikplatten, ist dies kein Grund zur Sorge. Die befallenen Stellen können selbst mit 70- bis 80-prozentigem Ethylalkohol (feuergefährlich) oder mit den bleichenden Stoffen Wasserstoffperoxid (ätzend) oder Javelwasser (Nachteil: lang anhaltender Chlorgeruch) desinfiziert werden. Empfohlen wird, dazu Kunststoffhandschuhe anzuziehen und gegebenenfalls eine Schutzbrille zu tragen. Treten gesundheitliche

Probleme auf, bei denen ein Zusammenhang mit dem Schimmelbefall vermutet wird, sollten sie bei einem Hausarzt abgeklärt werden.

Ist der Befall grösser (0,5 m<sup>2</sup> oder aber dichter Schimmelpilzrasen auf 100 cm<sup>2</sup>), muss aus gesundheitlichen Gründen rasch gehandelt werden, da sich die Situation verschlechtern kann. Auf jeden Fall gilt es, die Ursache für die erhöhte Feuchtigkeit zu klären und zu beheben. Vor einer Sanierung – die unter Berücksichtigung von Sicherheitsmassnahmen selbst durchgeführt werden kann – sollten sich gefährdete Personen von einem Arzt beraten lassen.

Bei noch grossflächigerem Befall gehört die fachgerechte Sanierung in die Hände von Spezialisten.

Bei allen Kategorien sollen Entfeuchtungsgeräte keinesfalls vor der Schimmelbeseitigung in Betrieb genommen werden.

**Vista Plus** >

Auf [www.vistaonline.ch/schimmelpilze](http://www.vistaonline.ch/schimmelpilze) haben wir für Sie Informationen zu Broschüren zum Thema zusammengetragen.

## IMPRESSUM

### Herausgeber / Verlag / Anzeigen

Sanatrend AG  
Zürcherstrasse 17, Postfach  
8173 Neerach  
Tel. 044 859 10 00  
E-Mail: [contact@sanatrend.ch](mailto:contact@sanatrend.ch)  
[www.sanatrend.ch](http://www.sanatrend.ch)

### Verleger

Daniel M. Späni

### Druckvorstufe

Kromer Print AG, Lenzburg

### Redaktionsteam

Vivien Wassermann (Chefredaktorin), Nadja Belviso, Andrea Brunner, Alexandra Bucher, Klaus Duffner, Natalie Hemengül, Carmen Hunkeler, Jürg Lendenmann, Markus Meier, Ann Schärer, Laura Späni, Hans Würz

### Titelbild

© Ramil Gibadullin, de.123rf.com

### Druck

Roto Smeets Deutschland GmbH

### Vista Leserservice

Sanatrend AG, Leserservice  
Zürcherstrasse 17, Postfach, 8173 Neerach  
Tel. 044 859 10 00, Fax 044 859 10 09  
E-Mail: [vista@sanatrend.ch](mailto:vista@sanatrend.ch)  
[www.vistaonline.ch](http://www.vistaonline.ch)

### Vista Abonnement

9 Ausgaben für CHF 44.– (inkl. MwSt.)  
Bestellung beim Vista Leserservice

### Leserbriefe

Leserbriefe der letzten Ausgaben  
auf [www.vistaonline.ch](http://www.vistaonline.ch)

### Muster AG informiert

Alle mit diesem Zeichen versehenen Beiträge sind Marktinformationen. Für den Inhalt dieser Texte, Bilder und Informationen trägt das jeweilige Unternehmen die Verantwortung.

### Copyright

Alle Texte sowie Illustrationen sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Vervielfältigungen der redaktionellen Inhalte einschliesslich Speicherung und Nutzung auf optischen und elektronischen Datenträgern sind nur mittels schriftlicher Vereinbarung mit Sanatrend AG möglich.

### Distribution

Vista gelangt mit 4 Sonntagszeitungen in die Haushaltungen der deutschsprachigen Schweiz.  
Druckauflage: 403 700 Expl. (WEMF-beglaubigt 393 477 Expl.; Erhebungsperiode 7.15–6.16).

## VORSCHAU

### Vista Nr. 4/2017 erscheint ab 2. April 2017

- **Hauptthema:**  
Entschlackung
- Regionale Ernährung
- Zahnbleaching-Methoden
- Sehkraft stärken

**SANATREND**