

Allergikergerecht Wohnen

Zur Probe ins Vogelnest

Im ökologisch vielfältigen Stadtviertel Vauban in Freiburg entstand das Holzhaus „Vogelnest“ mit drei allergikergerechten Wohnungen. Das von der deutschen Bundesstiftung Umwelt geförderte Konzept soll in Zukunft interessierten Bauherren eine Option bieten, nach einheitlichen Kriterien gesundheitsbewusst zu bauen.

WEB-LINKS

www.eco-umweltinstitut.com
www.q3-lebensqualitaet.de
www.schlafumgebung.de
www.neuebaukultur.de
www.uni-zentrum-naturheilkunde.de
www.zimmerei-gruenspecht.de
www.planwerkstatt.de
www.natureplus.org
www.dbu.de

Familie Winkler-Lauble hat gesundheitliche Probleme, die sie auf Einflüsse ihrer Wohnräume zurückführt. Die dreizehnjährige Tochter Leonie hat von früher Kindheit an ein starkes allergisches Asthma, weshalb sie Cortison inhalieren muss. Wie ihre Mutter Edith leidet sie unter einer starken Hausstauballergie. 2003 waren die Beschwerden so schlimm, dass die Familie den Sommer in Davos verbrachte. Zu dieser Zeit fiel auch die Entscheidung, aktiv das Wohnumfeld zu verändern. Nach einiger Suche fand sie genau das richtige Projekt: In dem von der Freiburger Zimmerei Grünspecht ausgeführten „Vogelnest“ im Stadtviertel Vauban sollten drei der acht wohngesunden Wohnungen zusätzlich allergikergerecht werden. „Die Ernsthaftigkeit des Projekts hat uns überzeugt“, sagt Edith Winkler-Lauble.

In den achtziger Jahren belegte eine Studie der amerikanischen Umweltbehörde EPA, dass die Verschmutzung der Innenraumluft in Bezug auf die Gesundheit der Menschen eine größere Gefahr darstellt als die Schadstoffemissionen der Industrie an die Außenluft. Ob das im gesundheitsbewussteren Deutschland auch der Fall ist, wäre zu eruieren. Tatsache ist, dass ein gutes Innenraumklima nicht nur auf sensibilisierte Menschen positiv wirkt: Es sorgt unmittelbar für Wohlbefinden und unterstützt langfristig die Gesundheit. Dabei ist es von vielen, teilweise individuell wahrgenommenen Faktoren abhängig, von denen einer die Reduktion von Schadstoffen in der Luft ist. Für allergiegeplagte Menschen wie die Winkler-Laubles ist es besonders wichtig, ihre Wohnung frei von Stressoren zu halten, damit sie sich dort regenerie-

ren können. Eine allergikergerechte Planung hängt von den Beschwerden ab, beispielsweise eine an die Allergierart angepasste Abfolge der Räume mit Frischluftzufuhr und Luftschleuse für Pollenallergiker, eine abgeschirmte Verkabelung und Netzfreeschaltung für Elektrosmog-Sensibilisierte oder eine Reduktion von Schwebstoffen durch Zentralstaubsauganlagen für Hausstauballergiker.

Optimiertes Raumklima

Das von der deutschen Bundesstiftung Umwelt (DBU) geförderte Projekt „Holzrahmenbauten mit nachhaltig-zukunftsfähigen Bauprodukten und wohngesundheitlichem Gesamtkonzept“ will erstmals die Luftschadstoffe individuell reduzieren. Bekannte Allergene sollen ganz vermieden werden und der Gesamtwert an flüchtigen organischen Stoffen (TVOC) soll kleiner als 300 mg/m³ sein. Das Vogelnest und zwei weitere Häuser in Hamburg sind wissenschaftlich begleitete Modellbauten. Die Winkler-sche Wohnung ist eine der beiden, die über die gesamte Bauphase in Kooperation mit dem Eco-Institut aus Köln raumlufthygienisch dokumentiert und abschließend bewertet wurde. Die beim Bauen gewonnenen Erkenntnisse sollen in weitere Projekte einfließen. Ziel ist eine Musterbaube-

Obwohl es der erste viergeschossige Holzwohnungsbau war, ging der Bauprozess zügig voran.





schreibung für zukünftige Bauherren. In ihr sollen der Bauprozess und die erforderlichen Baustoffe für ein schadstoffminimiertes Wohnen festgelegt werden. Peter Bachmann, selbst Bauherr beim Vogelnest und Projektleiter der Beratungsgesellschaft Q3, ist begeistert: „Wir entwickeln ein System, mit dem Planer den Bauherren eine Raumluftqualität vertraglich zusichern können. Das hat es noch nie gegeben.“

Individueller Schutz

Zwei verschiedene Qualitäten werden möglich sein: Beim sogenannten Basisschutz werden Stoffe und Verbindungen natürlicher und bauchemischer Art vermieden, die das Innenraumklima belasten können. Konkret heißt das, dass, soweit verfügbar, Stoffe mit dem Natureplus-Zertifikat eingebaut werden. Das trifft auf alle Wohnungen im Vogelnest zu.

Bei dem zusätzlichen individuellen Maximalschutz werden Baustoffe, Bauteile und Bauhilfsmittel wie Pflegemittel, die verwendet werden dürfen, nach umweltmedizinischer Untersuchung der Bewohner auf diese abgestimmt. Professor Franz Daschner, Direktor an der Universitätsklinik Freiburg, entwickelte hierzu eine Untersuchungsreihe. Er beschreibt die Vorzüge eines individuellen Maximalschutzes: „In dem Moment, wo die chronische Exposition wegfällt, geht auch die Allergie schnell zurück.“

Nestkonstruktion

Das Vogelnest ist der erste viergeschossige Holzwohnungsbau nach der neuen Landesbauordnung Baden-Württemberg. Insgesamt bietet es acht Einheiten zwischen 60 und 145 Quadratmeter, entweder mit Garten, Balkon oder Dachterrasse. Ob-

Allergenfreies Probewohnen

Bauinteresenten, die unter Allergien leiden oder sensibel auf Stoffe in herkömmlichen Häusern reagieren, können seit Herbst 2006 ein allergikergerechtes Ferienappartement im Vogelnest probeweise bewohnen. Damit sie ausprobieren können, wie entlastend sich dieses Niveau der Wohnesundheit auf ihren Körper auswirkt, sind auch längere Aufenthalte in der zirka 60 Quadratmeter großen Wohnung möglich. Terminreservierung: 0761/155 05 10.

Allergie

„Eine Allergie ist eine spezifische Änderung der Immunitätslage im Sinne einer krankmachenden Überempfindlichkeit. Beispiele sind Heuschnupfen, Asthma, Neurodermitis, Kontaktekzeme auf der Haut und Injektionsallergien durch Medikamente.“

Therapie: In erster Linie Vermeidung des Allergens, falls dieses bekannt ist.“ (Quelle: www.oekoplus.de/umweltlexikon)

Die Zahl der Allergiker steigt stark. Während 1960 drei von hundert Menschen unter einer Allergie gelitten hätten, seien es 1995 bereits etwa 30 gewesen, sagte der Allergologe Prof. Johannes Ring anlässlich des Welt-Allergie-Kongresses in München 2005. Die Weltgesundheitsorganisation schätzt, dass im Jahr 2010 schon die Hälfte der Weltbevölkerung an einer spezifischen Überempfindlichkeit leiden könne.

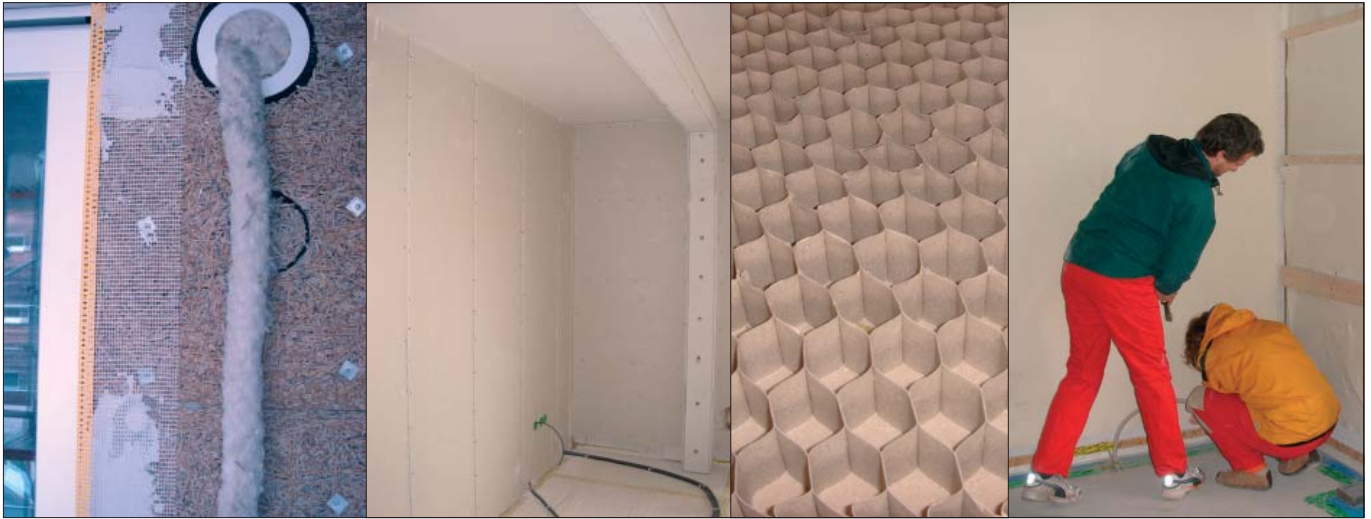
Auf der Baustelle lässt sich Familie Winkler-Lauble viele Details erklären.

Während das Vogelnest von außen gar nicht so aussieht, bietet es unterschiedlichste Wohnungsgrößen vom Einzimmerapartment bis zur Maisonettewohnung.

Links: In der Zimmerei werden die einzelnen Bauelemente wie der Dachaustritt vorgefertigt und auf der Baustelle zusammengefügt.



Bilder: A. Pilz



Während der Bauphase waren die Lufteinlässe mit einem Seidenstrumpf verschlossen, um den Eintrag von Schadstoffen zu vermeiden. Als Brandschutz wird die Holzkonstruktion mit Gipskartonplatten verkapselt und Papierwaben im Boden werden zur Schalldämmung zwischen den Wohnungen mit Sand gefüllt. Ein spezielles Wollvlies auf den Spanplatten soll das Raumklima verbessern und schädliche Stoffe binden.

Positivliste für Holzbauten

Sabine Djahanschah leitet das Referat Architektur und Bauwesen bei der Deutschen Bundesstiftung Umwelt. Sie betreut über 60 gemeinnützige Förderprojekte, die zum Ziel haben, unterschiedliche Nachhaltigkeitskriterien beim Bauen zu optimieren, von der Planung über Baustoffe, Bauprodukte und Haustechnik bis zur Umsetzung.

Was ist bei dem Projekt „Holzrahmenbauten mit nachhaltig-zukunftsfähigen Bauprodukten und wohngesundheitlichem Gesamtkonzept“ „Vogelnest“ innovativ?



Djahanschah: Die Qualität der Innenraumluft, die unter anderem durch Emissionen aus Bauprodukten geprägt wird, hat Einfluss auf das Wohlbefinden und die Gesundheit der Bewohner. Dennoch gibt es noch keine umfassende Positivliste für unproblematische Baustoffe, Bauteile oder die Eigenschaften der Gebäudehülle. Volldeklarationen sind derzeit noch kaum verfügbar, so dass das Einschätzen der eventuellen Emissionen aus Bauprodukten sehr schwierig ist. Die Innovation des Projektes liegt in der umfassenden interdisziplinären Zusammenarbeit von Umweltinstituten, Umweltmedizinern, Planern und Baubeteiligten, um eine Einschätzung in Bezug auf die Wohngesundheits zu bekommen und für den Bereich des Holzbaus eine Positivliste sowie eine Handlungsanweisung zu erarbeiten. Im Zuge eines solchen Projektes kann dann auch die Industrie zu veränderten Rezepturen bewegt werden.

Wo liegen die Nutzen für den Endverbraucher?

Djahanschah: Bei positiven Projektergebnissen hätte der Endverbraucher erstmals die Chance, ein Haus einzukaufen, dessen Emissionen an flüchtigen organischen Verbindungen garantiert unter dem im Projekt angestrebten Grenzwert von 300 mg/m³ bleiben. Das gibt es so bis jetzt noch nicht. Der Begriff „gesundes“ oder „ökologisches“ Haus ist in diesem Sinne nicht geschützt.

wohl die gesamte Unterkonstruktion aus Holz besteht, ist davon nichts zu sehen. Selbst im Innern sind die Traghölzer aus Feuerschutzgründen verkapselt und die mit Hanf, Mais und Zellulose hochgedämmte, diffusions-offene Gebäudehülle mit Gipskartonplatten beplankt. Mit wohngiftfreiem Kleber ist sie luftdicht abgedichtet. Eine kontrollierte Abluftanlage mit Zuluftöffnungen neben den Fenstern und Absaugung im Bad unterstützt das Energiekonzept, so dass der Energieverbrauch dem KfW40-Standard entspricht. Die Fenster sind mit Schafwolle gedämmt, die Trennwände mit Holzfaserdämmung isoliert und die Oberflächen natureplus-zertifiziert beschichtet. Diese Grundausstattung kostet 2200-2300 Euro je Quadratmeter ohne Grundstück.

Bei den Winklers kommen noch einige Details hinzu: In einem begehbaren Schrank wird die Kleidung gewechselt. Das reduziert in den übrigen Räumen den Hausstaub, ebenso wie die Röhrenheizkörper, die sich gut reinigen lassen. Um die Schadstoffe allergikergerecht zu reduzieren, wird jede Spanplatte mit einem speziell behandelten Wollvlies belegt, das sie binden soll. „Solche innovativen Dinge wurden bei uns eingebaut“, erzählt Michael Winkler stolz.

Hand anlegen

In der Ausbauphase überprüfte die Familie die Allergikereignung persönlich: „Unsere Tochter ist schwer-

punktmäßig betroffen von Allergien. Wir haben die Maler- und Gipsarbeiten in Eigenleistungen gemacht und da war sie mit dabei. Die Frage war, wie geht es ihr danach, ist ihre Atmung auf oder zu?“ erinnert sich ihr Vater. Nach einer Kieselsol-Grundierung der Gipskartonplatten trugen die Familie im Kinder- und dem Schlafzimmer zwei Lagen Sumpfkalk-Rollputz auf. In den Nassräumen seiften sie ihn zusätzlich mit Kernseife ein. In der Küche verwendeten sie glänzenden Stucko lustro, ein geglätteter Kalkputz. Michael Winkler arbeitet gerne mit diesen natürlichen Materialien: „Für mich war das neu und faszinierend zugleich.“

Materialtest

Auch die übrigen Oberflächen, von der Vollholzküche bis zur Holzterrasse, strichen die Winklers selbst. Um sicherzugehen, dass sie das dafür ausgewählte, wasserbasierte Öl auch vertragen, strichen sie ein Musterstück des gut abgelagerten Treppenhholzes ein. „Wir haben es dann tatsächlich neben unser Bett gelegt – das war problemlos“, ist der Hausherr erleichtert. Bis zur Fertigstellung des Artikels, kurz vor dem Einzug, waren alle wohlauf. Michael Winkler blickt hoffnungsvoll in die Zukunft: „Unsere Tochter wird der Indikator sein. Wenn sich ihr Zustand verbessert, wird sie ihre Cortison dosis reduzieren können.“

Achim Pilz