

„Baustoffe sind die Bausteine des Lebens“

Baubiologin Gisela Raab gibt Tipps zum „Haus der Zukunft“ / Lehmputz gesünder als Tapete / Gefahr durch Elektrosmog

WEISMAIN

Einen Einblick in die immer populärer werdende Baubiologie gewährte Gisela Raab aus Ebensfeld bei einem Vortrag in der Umweltstation. Dabei stellte die Baubiologin und Bauingenieurin das „Haus der Zukunft“ vor, das aufgrund seiner ökologischen Ausrichtung auch Vorteile für Gesundheit und Wohlbefinden der Bewohner bringen kann.

„Das eigene Zuhause ist ein Ort, um Kraft für den Alltag zu tanken und gesund zu bleiben“, erklärte die Referentin. Sie erläuterte die verschiedenen Faktoren des „gesunden Hausbaus“. Dabei gestaltete Gisela Raab ihre Ausführungen unkompliziert und anschaulich, und griff sowohl auf ihre Erfahrungen als Geschäftsführerin ihres Familienbetriebs in Ebensfeld als auch auf ihre Lebenserfahrung als zweifache Mutter zurück.

Gerade in Zeiten von chronischen Krankheiten und Allergien habe es jeder auch ein Stück weit selbst in der Hand, etwas für seine eigene Gesundheit zu tun. Dass dabei der Bau der eigenen vier Wände eine tragende Rolle spielen kann, verdeutlichte Gisela Raab an zahlreichen Beispielen.

Die Baubiologie beschäftigt sich mit der Bauakustik und der Raumpsychologie ebenso wie mit dem Wohnklima, Elektrosmog, Licht und Farbe sowie biologischen Baustoffen. „Baustoffe sind Bausteine des Lebens“, verdeutlichte die Referentin. Sie betonte den hohen Stellenwert bei der Auswahl der optimalen Baustoffe für das Wohnklima. Demnach



Baubiologin Gisela Raab aus Ebensfeld stellte in der Umweltstation das „Haus der Zukunft“ vor. Foto: mts

seien zum Beispiel die Tage der Tapeten im Zeichen des „wohngesunden“ Bauens wohl gezählt.

Lehmputz sei stattdessen die beste Oberfläche, um ein optimales Raumklima zu schaffen.

Höhere Kosten

Das derzeitige Dilemma der ökologischen Baustoffe zeigt sich am besten am Beispiel Holz. Obwohl es sich dabei um einen einfachen und natürlichen Baustoff handelt, ist er im Gegensatz zu Kunststoffprodukten wie Laminat erheblich teurer. Wer bei seinem Hausbau konsequent biologische und ökologische Baustoffe ver-

wenden möchte, müsste demnach im Schnitt Mehrkosten von 7000 bis 15000 Euro in Kauf nehmen, erklärte Gisela Raab. Etwas günstiger wird's im Bereich Licht, Beleuchtung und Farben. Hier sei es besonders wichtig, die heilende Wirkung der Sonne zu berücksichtigen. Gleiches gelte auch für die Auswahl der Farben bei der Innengestaltung, wobei jede Farbe ihre spezielle Wirkung auf den Menschen habe. Die Referentin war sich bewusst, mit dem Thema „Elektrosmog“ ein „heißes Eisen“ zu behandeln. Doch in Zeiten von Mobilfunkmasten und dem geringen Einfluss, den der Bürger auf solche Entwicklungen nehmen kann, sei es umso wichtiger, die Belastung innerhalb des eigenen Hauses so niedrig wie möglich zu halten.

Der wichtigste Raum ist hier das Schlafzimmer, das dem Menschen als Ruhezone zur Regenerierung dient. „Gerade beim Holzbau darf man nicht auf abgeschirmte Leitungen verzichten, um von Anfang an das Entstehen von elektrischen Feldern zu verhindern“, betonte Gisela Raab. Doch auch einfachere Maßnahmen, wie das Ziehen des Steckers oder der Gebrauch von abschaltbaren Steckdosen leisten ihren Beitrag zu einer Zone ohne elektrische Felder. Gleiches gelte für die elektromagnetischen Wellen. Radios und Fernseher sollten immer einen gewissen Abstand zum ruhenden Menschen haben, und das Aufladen des Handys am Bett sei ebenso ungesund wie unsinnig. Auch beim Neubau könne man sich vor diesen „getakteten Wellen“ zum Beispiel durch den Gebrauch von metal-

lischen Fliegengittern schützen. Zwischenfragen aus dem gespannt lauschenden Publikum zum Thema Störfelder, Erdstrahlen und Wasseradern unterstrichen das Interesse der Anwesenden.

Eine große Rolle beim ökologischen Hausbau spielt die verwendete Haustechnik, die umweltfreundlich, energiesparend und gesundheitsfördernd zugleich sein sollte. Solaranlagen haben sich in den vergangenen Jahren bewährt und am Markt durchgesetzt. Auch die Regenwassernutzung sei ein sinnvoller Weg, der aber auch Mehrkosten verursacht. Bei der Heizung sei die Strahlungswärme durch Flächenheizungen immer mehr im Kommen, wobei der Trend weg von der Fußbodenheizung hin zur Wandheizung geht.

„Räume mit Kraft“

Die Referentin appellierte an die Anwesenden, dass es jeder selbst in der Hand habe, in einem „kranken“ oder einem „gesundheitsfördernden“ Haus zu leben. Dabei müsse man nicht alle der vorgeschlagenen Tipps berücksichtigen. Oft würden schon kleine Schritte auf diesem Weg ausreichen, um sich „Räume mit Kraft“ zu schaffen, die zugleich „Mutter Erde“ unterstützten. „Bauen ist nicht eine Frage des ästhetischen Stils oder des Geldbeutels, sondern des Herzens“, beschrieb die Baubiologin ihre Philosophie vom Bauen. Die Zuhörer dankten es ihr mit reichlich Applaus und nutzten ausgiebig die Möglichkeit sich weitere Tipps zum „Haus der Zukunft“ zu verschaffen. -mts-