

Schimmelig

Schimmelpilze: Auslöser von Allergien und Asthma

Schimmelbildung an feuchten Wänden, das sieht nicht nur hässlich aus, sondern belastet auch unsere Gesundheit.

Die Sporen der Schimmelpilze können heftige allergische Beschwerden auslösen und die Atemwege schädigen. Deshalb sollte man den Ursachen des Schimmelpilzbefalls unbedingt nachgehen, die befallenen Bereiche sanieren und Schimmelbildung vorbeugen.

■ Dunkle Flecken in Zimmerecken und unter Fenstern, schwarz verfärbte Fugen im Badezimmer, muffiger Geruch im Keller – deutlicher können die Hinweise kaum sein. Ganz offensichtlich hat sich Schimmelpilz in der Wohnung eingenistet. Schimmelpilze gibt es in ganz unterschiedlichen Gattungen und Arten. Sie kommen überall in der Umwelt vor und spielen bei der Zersetzung organischer Stoffe eine wichtige Rolle. In Wohnräumen sind sie jedoch mehr als unerwünscht – und das

nicht allein wegen der Optik und des muffigen Geruchs. Schimmelpilze bilden Sporen und Stoffwechselprodukte, die sie in die Umgebungsluft abgeben. Die damit belastete Atemluft kann bei empfindlichen Menschen erhebliche gesundheitliche Beschwerden auslösen.

Wachstum im Verborgenen

Die mikroskopisch kleinen Schimmelpilzsporen schweben in der Luft und

bergen, wenn sie eingeatmet werden, ein hohes allergenes Potenzial. Entwickelt sich eine Allergie auf Schimmelpilzsporen, so treten ganz ähnliche Symptome auf wie bei einer Allergie auf Pollen oder Hausstaubmilben: Die Schleimhäute schwellen an, die Nase läuft, die Augen tränen und jucken, es kann zu Niesanfällen, Husten und Atemnot kommen. Die meisten, die in geschlossenen Innenräumen an diesen Beschwerden leiden, haben als Auslöser daher wohl eher die kleinen Spinnentierchen im Verdacht und ahnen nicht einmal, dass Schimmelpilze dahinterstecken könnten. Zumal sich die Allergenquelle nicht immer so deutlich in Form von sichtbaren Schimmelflecken zeigt. Im Gegenteil: Oftmals entwickeln sich Schimmelpilze im Verborgenen, beispielsweise hinter Tapeten, Wand- oder Bodenverkleidungen oder an Rückwänden

Wenn es schimmelt:

Ein Schimmelpilz ist ein Geflecht aus Zellfäden, die als Hyphen bezeichnet werden. Er vermehrt sich durch Sporen, die über die Luft verbreitet werden. Treffen die Sporen auf einen geeigneten Nährboden, so keimen sie aus und bilden ihrerseits Hyphen. Die einzelnen Hyphen sind für das menschliche Auge nicht sichtbar. Erst das gesamte Geflecht und die sporenproduzierenden Fruchtkörper zeigen die typische schimmelige Färbung. Allerdings ist der Schimmelfall auch dann nicht immer augenfällig.

von Möbeln. Da Schimmelpilze eine Vielzahl unterschiedlicher Materialien als Nährboden nutzen, angefangen von Holz, Spanplatten und Papier über Teppichböden und Textilien bis hin zu Kunststoffen, Gummi und Silikon, können sie nahezu überall in der Wohnung zu finden sein. Selbst in Zement und Beton können sich Schimmelpilze breitmachen, da sie für ihr Wachstum nicht viel mehr als eine bestimmte Mindestfeuchtigkeit und -temperatur benötigen. Auch Licht ist nicht erforderlich, so dass Schimmelpilze problemlos in dunklen Ecken von Kellern oder hinter Schränken gedeihen können.

Asthmaanfälle durch Schimmelpilze

Dass Schimmelpilze zu gesundheitlichen Problemen insbesondere der Atemwege führen können, bestätigen zahlreiche Untersuchungen und wissenschaftliche Studien. Der Großteil der Bevölkerung unterschätzt jedoch die gesundheitlichen Risiken, wenn im eigenen häuslichen Umfeld Schimmelpilze entdeckt werden. Tatsache ist, dass bei sehr empfindlichen Personen schon eine geringe Konzentration von Sporen in der Atemluft ausreicht, um eine allergische Reaktion zu provozieren, aus der sich schnell ein allergisches Asthma mit bedrohlicher Atemnot entwickeln kann. Außerdem kann es zu Reizungen von Haut und Augen sowie zu einem allgemeinen Krankheitsgefühl mit Kopfschmerzen, Müdigkeit und Erschöpfungserscheinungen kommen. Bei Patienten mit Neurodermitis kann durch die Schimmelpilzbelastung ein Krankheitsschub ausgelöst werden.

Diagnostik der Schimmelpilzallergie

Der Nachweis, dass die Gesundheitsbeschwerden in Zusammenhang mit Schimmelpilzen stehen, ist nicht einfach. Ansprechpartner ist der Allergologe. Er wird zunächst erfragen, wann und wo die Symptome vermehrt auftreten, ob Schimmelbildung in der Wohnung bekannt ist, manche Räume feucht sind und es modrig oder muffig riecht. Manche Menschen sind auch aufgrund ihrer Arbeitsplatzsituation Schimmelpilzen ausgesetzt. Auch das gilt es zu berücksichtigen. Erhärtet sich der Verdacht, folgen Hauttest, Bluttest und als letzte Absicherung ein Provokationstest.

Die meisten Betroffenen reagieren allerdings nicht nur auf die Bestandteile von Schimmelpilzen, sondern sind auch allergisch auf Hausstaubmilben oder Pollen, die ebenfalls die Atemluft belasten. Das erschwert die Diagnose und nicht immer ist eine eindeutige Abgrenzung überhaupt möglich.

Prävention und Therapie

Die effektivste Maßnahme bei jeder Allergie lässt sich auf eine einfache Formel bringen: Meiden der Allergene. Die Umsetzung gestaltet sich allerdings fast immer als äußerst schwierig. Im Falle einer Schimmelpilzallergie wäre z. B. ein Auszug aus der Wohnung eine Möglichkeit, die für die meisten aber eher nicht in Betracht kommt. Wichtig ist, dass vorhandener Pilzbefall bekämpft und so die Belastung deutlich verringert wird. Mit einigen einfachen Maßnahmen kann es gelingen, dass sich Schimmelpilze in der Wohnung nicht wohlfühlen

Experten gehen davon aus, dass es in nahezu jeder zehnten Wohnung in Deutschland Schäden mit Schimmelbildung gibt.

Schimmelpilze können in Wohnräumen auf ganz unterschiedlichen Materialien wachsen. So können u. a. Tapeten, Holz, Kunststoffe, Textilien und Teppiche befallen sein.

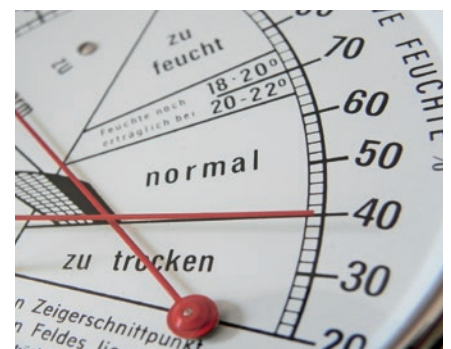
Das Schimmelwachstum in der Wohnung ist immer ein Feuchtigkeitsproblem.

Bisher wurden etwa 107 Schimmelpilzallergene aus 43 verschiedenen Schimmelpilzarten identifiziert. Am häufigsten werden die folgenden Schimmelpilze mit allergischen Beschwerden in Verbindung gebracht (Quelle: ECARF):

- Alternaria
- Cladosporium
- Penicillium
- Aspergillus

Symptome einer Schimmelpilzallergie

- Anschwellen der Schleimhäute
- Fließschnupfen, Niesattacken
- Bindehautentzündung mit juckenden, geröteten Augen und erhöhter Lichtempfindlichkeit
- Husten und Atemnot
- Asthmaanfälle
- Photoallergisches Exanthem



Schimmelpilze und Klimawandel

Der Klimawandel wirkt sich offensichtlich auch auf die Schimmelpilzbelastung aus. Wissenschaftler vermuten, dass die Kombination von erhöhtem CO₂-Ausstoß, früherem Frühlingsbeginn, wärmeren Wintern sowie regional höheren Niederschlägen das Wachstum von Schimmelpilzen fördert.

Vorbeugende Maßnahmen gegen Schimmelpilzbefall



- Lüften Sie regelmäßig und sorgen Sie dabei für Durchzug. Die Empfehlung lautet: 3-mal täglich stoßlüften, d. h., für 10 Minuten die Fenster weit öffnen.
- Lüften Sie nach dem Duschen oder Baden das Badezimmer kräftig durch, bis die feuchte Luft entwichen ist.
- Leiten Sie Dämpfe, die beim Kochen entstehen, durch Lüften oder eine Dunstabzugshaube ins Freie.
- Überprüfen Sie die Luftfeuchtigkeit mit einem Hygrometer. Die relative Luftfeuchte in der Wohnung sollte auf Dauer 60 Prozent nicht überschreiten.
- Heizen Sie auch wenig genutzte Räume auf niedriger Stufe. Denn wenn einzelne Räume vollständig auskühlen, entstehen große Temperaturunterschiede innerhalb der Wohnung, was sich günstig auf die Schimmelbildung auswirkt.
- Stellen Sie Möbel möglichst nicht direkt an Außenwände. Sie sollten einen Abstand von minimal 10 Zentimetern einhalten, damit die Luft zwischen Wand und Möbelstück zirkulieren kann.
- Trocknen Sie Ihre Wäsche nicht in den Wohnräumen.

(s. Kasten). Zu beherzigen ist dabei vor allem eine ganz wesentliche Regel: Man sollte in allen Räumen für einen regelmäßigen Luftaustausch sorgen und hohe Luftfeuchtigkeit vermeiden.

Allergenen auf der Spur

Haben sich Schimmelpilze in der Wohnung eingenistet, weil diese Maßnahmen zu spät kommen, nicht ausreichen oder bauliche Mängel für Feuchtigkeit in Wänden und Böden verantwortlich sind, wird eine Sanierung notwendig. Dazu muss allerdings zunächst die Schimmelpilzquelle gefunden werden. Kein leichtes Unterfangen, wenn der Schimmelbefall

nicht augenscheinlich zu erkennen ist. Ein Verdacht auf Schimmelpilze kann durch Analysen der Raumluft oder des Hausstaubs bestätigt werden. Solche Schimmelpilzmessungen werden von verschiedenen Messinstituten durchgeführt. Adressen von geprüften Laboratorien erhalten Interessierte bei den örtlichen Gesundheitsämtern oder Verbraucherschutzzentralen.

Sanierungsmaßnahmen

Bei der anschließenden Sanierung geht es darum, den Schimmel dauerhaft zu beseitigen. D. h., er soll nicht nur oberflächlich entfernt werden, vielmehr muss man die Ursache der Schimmelbildung erkennen und behe-

ben. Abhängig von der gesundheitlichen Belastung, der Größe der betroffenen Fläche, der Stärke und Tiefe des Befalls sowie der Raumnutzung, können die Sanierungsmaßnahmen recht umfangreich ausfallen. Sinnvoll ist es, sich den Rat von Experten einzuholen, zumal größere Sanierungsarbeiten meist nicht in Eigenregie erfolgen können. Der Einsatz von chemischen Pilzbekämpfungsmitteln (Fungiziden) in Innenräumen ist nicht ratsam, da die enthaltenen Inhaltsstoffe womöglich ebenfalls die Gesundheit belasten. Als sofortige Sanierungsmaßnahme sollten die befallenen Stellen gereinigt und desinfiziert werden. Empfohlen wird, die Flächen mit 70- bis 80-prozentigem Alkohol abzuwischen und dann gut durchtrocknen zu lassen. Während sich Schimmelpilze auf glatten Oberflächen auf diese Weise recht gut entfernen lassen, sind poröse Materialien wie Mauerwerk, Gipskartonplatten oder Baustoffe aus Holz sehr viel schwieriger zu reinigen, da der Schimmelpilz dort zumeist bis in tiefere Schichten eingedrungen ist. Daher ist es sinnvoll, befallene Elemente komplett auszubauen und zu ersetzen. Dies gilt u. a. auch für befallene Polstermöbel, Teppiche und Vorhänge.

Da bei der Sanierung und Reinigung größere Mengen von Schimmelpilzsporen frei werden, sollten diese Aktionen, auch die Reinigung kleinerer Flächen, nur mit entsprechender Schutzkleidung (Handschuhe, Mundschutz, Schutzbrille) und nicht von den betroffenen Allergikern durchgeführt werden. Bei umfangreicheren Arbeiten ist es vernünftig, eine Fachfirma zu beauftragen, die über die technische Ausstattung und das Know-how zur sachgerechten Schimmelpilzsanierung verfügt. ■



Weitere Informationen:

Das Umweltbundesamt hat einen Leitfaden zum Thema Vorbeugung, Erfassung und Sanierung von Schimmelpilzbefall in Gebäuden herausgegeben. Die Broschüre kann im Internet als PDF heruntergeladen werden: www.umweltbundesamt.de/schimmelleitfaden