



## Renovieren für Schwangere gefährlich

**Giftige Substanzen in Wohnräumen können der Gesundheit schaden – vor allem Schwangere und Kleinkinder sind gefährdet. Worauf Sie beim Renovieren achten sollten**

von Julia Jung, Julia Ferrat, aktualisiert am 29.08.2016



Frisch gestrichen: Während des Malens und danach bitte lüften!

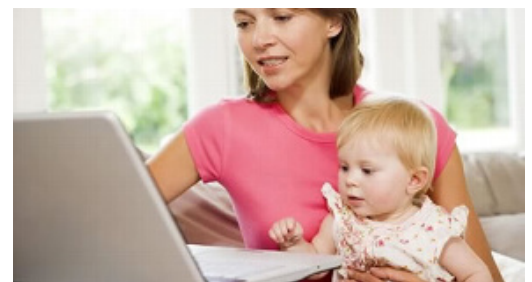
© istock/Paha L.

Frisch renoviert und liebevoll eingerichtet steht das [Kinderzimmer](#) bereit fürs Baby. Doch mit all dem neuen Glanz zieht manchmal auch ein merkwürdiger Geruch ein. Was einem da in die Nase steigt, sind Ausdünstungen, sogenannte leichtflüchtige organische Verbindungen. Diese winzigen chemischen Partikel befinden sich in der Farbe für die Wand und im Holz der neuen Wickelkommode. Nun schweben sie in der Luft und verderben im wahrsten Sinn des Wortes das Klima im Raum.

### In Wohnräumen ist die Luft oft schlecht

Die Luft, die wir im gesamten Wohnbereich ein- und ausatmen, ist nicht selten schlechter als die draußen. Der Grund sind neben den leichtflüchtigen organischen Verbindungen auch [Schimmelpilze](#) und schwerflüchtige Verbindungen wie etwa Weichmacher oder Holzschutzmittel. Einige dieser Substanzen können der Gesundheit ziemlich zusetzen oder auch [Allergien](#) verursachen. "Wir verbringen 80 bis 90 Prozent unserer Zeit in Innenräumen. Ein guter Grund, sich Gedanken um die Luft dort zu machen", sagt Dr. Heinz-Jörn Moriske von der Kommission Innenraumlufthygiene des Umweltbundesamtes in Berlin. Zusammen mit seinen Kollegen erarbeitet der Umwelthygieniker Empfehlungen und Stellungnahmen zu verschiedenen Fragen und Problemen der Luft in Innenräumen.

### Alle aktuellen Themen zu Schwangerschaft und Kindergesundheit



#### Newsletter abonnieren

Hier können Sie unseren kostenlosen Newsletter abonnieren »



#### Entwicklungsnewsletter

Erhalten Sie alle zwei Wochen Infos zum ersten Lebensjahr Ihres Kindes »

### Zum Thema



[Ein Zimmer fürs Baby einrichten: So geht's »](#)

[So schaffen Sie mehr Platz in der Wohnung »](#)

[So meiden Sie Schadstoffe im Spielzeug »](#)

[Stifte und Farben: Für Kinder giftig? »](#)

[Im Überblick](#)



Prof. Heinz-Jörn Moriske,  
Geschäftsführer der  
Kommission  
Innenraumlufthygiene am  
Umweltbundesamt in  
Berlin

© W&B/Privat

## Neue Fußböden für Schwangere gefährlich

In der Vergangenheit zeigten immer mehr Studien, dass besonders Schwangere, Babys und [Kleinkinder](#) durch die Ausdünstungen im Wohnbereich gefährdet sind. Wissenschaftler des Helmholtz-Zentrums für Umweltforschung in Leipzig wiesen nach, dass Renovierungen und besonders das Verlegen von Fußböden für Ungeborene schädlich sein können. Bei den Kindern stieg das Risiko für Atemwegsbeschwerden im ersten Lebensjahr deutlich an, so die Forscher. Die Ursache können die leichtflüchtigen Verbindungen sein, die aus Böden und Klebern ausdünsten. Die Wissenschaftler empfehlen deshalb, während einer [Schwangerschaft](#) und kurz danach nicht zu renovieren.

## Kindermöbel gut ausdünsten lassen

Babys und Kleinkinder sind aus mehreren Gründen stärker von Schadstoffen im Wohnbereich betroffen: Sie bewegen sich viel näher am Boden, häufig auch mit den Händen, und nehmen so den Hausstaub auf. Außerdem ist ihr Immunsystem noch nicht so kräftig wie das eines Erwachsenen. Um langfristigen Gesundheitsschäden wie etwa Allergien vorzubeugen, sollten auch alle neuen Möbel mindestens acht Wochen vor der [Geburt](#) angeschafft werden und in einem separaten, gut gelüfteten Raum ausdünsten.

## Richtig lüften

Das energieeffiziente Bauen führt dazu, dass schnellflüchtige Verbindungen kaum eine Chance haben zu verfliegen. Umso wichtiger ist es, regelmäßig zu lüften. So gelangt auch Feuchtigkeit aus dem Raum – Quelle für Schimmelpilze. Mindestens zwei Mal am Tag sollte man alle Fenster ganz öffnen (nicht nur kippen), etwa 30 Minuten lang. Feuchte Räume brauchen noch mehr Lüftung.

## Wie lange sind Schadstoffe in der Luft?

Wer eine Renovierung plant, sollte ein paar Dinge beachten: Die leichtflüchtigen Substanzen, die sich häufig in frischen Farben und Lacken befinden, aber auch in bestimmten Holzprodukten, Desinfektionsmitteln oder Teppichen vorkommen, dünsten meist schnell aus. Sie sind spätestens nach einigen Monaten vollständig verschwunden. Trotzdem können sie auch bei Erwachsenen, gerade in hoher Konzentration, Symptome wie Müdigkeit, Kopfschmerzen, Infektionsanfälligkeit oder tränende Augen verursachen.

Schwerflüchtige organische Verbindungen – der Name sagt es – verschwinden nicht so schnell. "Dass sie ausgedünstet werden, merkt man unter Umständen jahrelang nicht", erklärt Moriske. Ihre Geruchlosigkeit macht die schwerflüchtigen Substanzen aber nicht harmlos: Sie reichern sich im Körper an und können so auch die Gesundheit beeinflussen.

## Nur geprüfte Baustoffe verwenden

Mittlerweile regeln zahlreiche Verordnungen die Verwendung von Baustoffen, die flüchtige und schwerflüchtige organische Verbindungen ausdünsten. Ein Beispiel: das sehr giftige PCB, welches unter anderem in Holzschutzmitteln steckt. Es darf seit 1989 in Deutschland für Innenräume nicht mehr benutzt werden. PCB und weitere krankheitserregende Verbindungen werden in anderen Ländern, vor allem außerhalb Europas, jedoch weiterhin eingesetzt und gelangen über den Handel auch wieder in deutsche Haushalte.

Das Zeichen "Goldenes M" der Deutschen Gütegemeinschaft Möbel e. V. hilft, schadstoffarme Produkte zu finden. Bei Textilien steht zum Beispiel das Siegel "LGA-schadstoffgeprüft" für Stoffe mit unter anderem begrenzten Mengen an leichtflüchtigen Verbindungen und Pestiziden. "Einige Emissionen kann man auch direkt verhindern", sagt Moriske. Beispiel Kaminofen: Hier sollte man nur



## Sicherheit: So schützen Sie Ihr Kind »

### Sind Sie für eine Impfpflicht?

Ja

Nein

[Abstimmen](#)

### Wie wichtig ist Ihnen ein einheitlicher Familienname?

Gar nicht wichtig. Ich finde es gut, wenn jeder Elternteil seinen Nachnamen behält.

Es wäre schön, aber es ist nicht so wichtig, wenn gute Gründe dagegen sprechen.

Sehr wichtig. Nur so gehören alle wirklich zusammen.

[Abstimmen](#)

trockenes Holz nehmen. Bei der Verbrennung von feuchtem oder behandeltem Holz entstehen krebserregende Verbindungen.

### **Siegel kennzeichnen schadstoffarme Produkte**

In Farben finden sich ebenfalls schwerflüchtige Substanzen – und zwar auch in denen, die laut Hersteller lösungsmittelfrei sind. Die Farben beinhalten dann zwar weniger leichtflüchtige Substanzen, aber dafür die oftmals nicht weniger gefährlichen Weichmacher. Sie zählen zu den Schwerflüchtern. "Hier sollte man auf den Blauen Engel achten, der Farben als emissionsarm deklariert", rät Moriske.

Böden sind häufig eine Quelle für Schadstoffe in der Luft. So werden viele Wollteppiche mit Insektenschutzmitteln behandelt, die dann im Lauf der Zeit ausdünsten. Wer sichergehen will, kann bei Teppichen auf bestimmte Siegel wie das GuT-Signet oder das TÜV-Umwelt-Siegel achten. Kurzflorige Teppiche können gründlicher gereinigt werden. So lassen sich Schadstoffe, die sich im Hausstaub sammeln, durch Staubsaugen gut entfernen.

### **Im Zweifelsfall Werte messen lassen**

Aber es geht nicht immer ohne: PVC-Böden müssen Weichmacher enthalten, sie würden sonst sofort zerfallen. "Heute gibt es für diese Produkte strenge Vorgaben. Einige Stoffe wirken auf das Hormonsystem", sagt Moriske. "Man weiß, dass sie sich im Körper anreichern und sich nur schwer abbauen."

Wer Krankheitssymptome an sich bemerkt und Schadstoffe als Auslöser im Verdacht hat, kann die Werte in der Wohnung messen lassen. Anbieterlisten liefern zum Beispiel Umweltberatungsstellen.

### **Spielzeug: Auf GS-Zeichen und Geruch achten**

Eine EU-Richtlinie zur Sicherheit von Spielzeug legt fest, wie hoch die Schadstoffwerte in allen Produkten, die in Deutschland verkauft werden, sein dürfen. Das Bundesinstitut für Risikobewertung sieht da allerdings in Sachen chemische Sicherheit deutlichen Nachbesserungsbedarf.

Hersteller können ihre Produkte freiwillig testen lassen und erhalten bei bestandener Prüfung das GS-Zeichen (Geprüfte Sicherheit). Dabei gelten bei Spielsachen für Kinder unter drei Jahren strengere Richtlinien als bei Produkten für größere Kinder. Holzspielzeug ohne Holzschutzmittel und bestimmte andere schädliche Stoffe kann zudem mit dem Umweltzeichen "Blauer Engel" gekennzeichnet werden.

Generell gilt, dass Kinder nur altersgemäßes Spielzeug haben sollten. Beim Kauf hilft auch, daran zu schnuppern: Was unangenehm riecht, gehört nicht in die Hände von Kindern – und erst recht nicht in ihre Mäuler.

Anzeige

### **Interview: Dürfen Schwangere umbauen, renovieren oder streichen?**

Renovieren und Umräumen in der



Yvonne Habermann,  
Innenarchitektin aus  
Hamburg

© W&B/Privat

Schwangerschaft? Da sollte man vorsichtig sein, warnt Innenarchitektin Yvonne Habermann aus Hamburg.

### **Ist es sinnvoll, während der Schwangerschaft die Wohnung groß umzugestalten?**

Eine Wohnung umräumen oder gar renovieren bedeutet immer Stress, und diesen sollte man in der [Schwangerschaft](#) ja weitestgehend vermeiden. Auf hohe Leitern steigen, schwere Möbel rücken oder Wände einziehen sollte während der Schwangerschaft definitiv Männersache sein.

### **Schadet das Anstreichen von Möbeln oder Wänden in der Schwangerschaft?**

Am besten verschiebt man das Malern – und auch andere Renovierungsarbeiten – tatsächlich auf die Zeit nach der Schwangerschaft. Lösungsmittel oder Chemikalien in Farben können schädliche Auswirkungen auf das ungeborene Baby haben. Wer unbedingt während der Schwangerschaft streichen muss, sollte Farben auf Wasserbasis verwenden. Ich empfehle, frisch gestrichene Räume immer gut zu lüften. Und in den ersten Nächten sollte eine Schwangere nicht dort schlafen. Oft unterschätzt wird auch das Risiko, das beim Abschleifen von Farbe und Putz besteht: Der feine Farbstaub kann sehr schädlich wirken.

### **Auf welche Materialien sollte beim Renovieren geachtet werden?**

Selbst wenn der Partner Hand anlegt und etwa eine Wand einzieht, die gedämmt werden muss, sind natürliche Materialien vorzuziehen – statt Glaswolle etwa Holzwolle. Auch beim Verputzen der Wand kann man auf unschädliche Stoffe wie Lehmputz zurückgreifen.

### **Lesen Sie auch:**



#### **[Die Wohnung kindersicher machen »](#)**

Sobald das Baby mobiler wird, steigt die Unfallgefahr rapide. Inke Ruhe, Expertin für Kindersicherheit, erklärt, wie Sie Ihr Zuhause sicherer machen [»](#)



Artikel bewerten - Dieser Artikel wurde 1 mal bewertet.

### **Kommentare**

Zu diesem Artikel wurden 0 Kommentare abgegeben. [Kommentar verfassen »](#)