Stadt Herne
Mit Grün. Mit Wasser. Mittendrin.

Informationen des Fachbereiches Gesundheit zu Schimmelpilzbefall in Innenräumen

Was sind Schimmelpilze?

Schimmelpilze gehören zu unserer natürlichen Umwelt. Sie sind an der Zersetzung von organischem Material beteiligt und spielen damit eine wichtige Rolle im Kreislauf der Natur. Die Sporen von Schimmelpilzen sind daher allgegenwärtig, unter anderem im Boden und in der Luft. Sie können Monate und Jahre auch bei Trockenheit überleben; wachsen können sie aber nur in feuchter Umgebung.

Woran erkennt man Schimmel in der Wohnung?

Schimmelpilze bilden beim Wachstum durch ihre gefärbten Sporen farbige, oft braune oder schwarze Flecken an Wänden, Decken oder Möbeln. Die Verfärbungen lassen allerdings in der Regel keine Rückschlüsse auf die Art der Schimmelpilze zu, da die Farbe abhängig ist von dem Material des Untergrundes, auf dem der Schimmel wächst.

Manchmal wachsen Schimmelpilze aber auch im Verborgenen hinter Schränken oder in abgehängten Decken. Dann ist ein erster Hinweis auf einen Schimmelpilzbefall oft ein modriger, muffiger Geruch.

Warum habe ich Schimmel in der Wohnung?

Schimmelpilzsporen sind grundsätzlich immer in der Innenraumluft vorhanden. Zu einem Wachstum von Schimmelpilzen kommt es aber nur, wenn die Sporen auf eine feuchte Oberfläche treffen. Ursachen erhöhter Feuchte in der Wohnung können zum Beispiel sein:

- direkter Eintrag von Feuchtigkeit über defekte Dächer, Risse im Mauerwerk, aufsteigende Feuchte in Wänden
- Wassereintritt infolge von Rohrbrüchen oder anderen Wasserschäden
- unzureichende Abfuhr erhöhter Raumluftfeuchte durch zu wenig Lüftung
- Kondensation der Luftfeuchte im Bereich von „kalten“ Wänden, die beispielsweise durch Wärmebrücken oder bei unzureichender Wärmedämmung sowie durch unsachgemäßes Heizen und Lüften entstehen
- ungenügendes Austrocknen bei Neubauten oder nach Baumaßnahmen

Grundsätzlich sollte die relative Feuchte der Luft 65-70% (im Winter eher weniger) auf Dauer nicht überschreiten. Einfache Feuchtigkeitsmessgeräte (Hygrometer) geben eine Orientierung über die relative Luftfeuchtigkeit in einem Raum.

Wie kann ich einen Schimmelpilzbefall verhindern?

Ein baulich intaktes Gebäude, in das keine Feuchte von außen eindringt, ist Voraussetzung für gesundes Wohnen. Wärmedämmmaßnahmen können darüber hinaus das Problem von Wärmebrücken mit kalten Wandtemperaturen und daraus resultierender Tauwasserbildung reduzieren.

Aber auch die Raumnutzer*innen und deren Verhalten sind wichtig: richtiges, der Bausubstanz und der jeweiligen Nutzung angepasstes Heizen und Lüften mit ausreichendem Abführen der Feuchtigkeit nach außen hilft gegen Schimmelpilzwachstum.

Die Fenster sollten auf keinen Fall dauerhaft „auf Kipp“ gehalten werden! Durch die Kippstellung wird zu wenig Luft ausgetauscht und die Räume kühlen in der kalten Jahreszeit stark aus. Zudem bildet sich oberhalb der gekippten Fenster häufig Kondenswasser, so dass es an diesen Stellen oft zu einem Schimmelpilzbefall kommt.

Empfehlungen zum Lüften:

- mehrmals täglich eine **Stoßbelüftung** (ca. 5-10 Minuten Fenster weit öffnen) durchführen; Querlüftung (gegenüberliegendes Fenster ebenfalls öffnen) ist dabei besonders effektiv
- im Bad nach dem Duschen das Wasser an den Duschwänden und in der Duschwanne entfernen und die Fenster im Bad, sofern vorhanden, kurzzeitig weit öffnen; ist kein Fenster vorhanden, Ventilator längere Zeit eingeschaltet lassen
- während des Kochens oder unmittelbar danach ausreichend die Küche belüften
- Schlafzimmer am Morgen und, wenn möglich, im Laufe des Tages belüften
- Kellerräume im Sommer in den frühen Morgenstunden und am Abend lüften

Empfehlungen zum Heizen:

- Türen zu wenig beheizten Räumen schließen und nicht mit Luft aus angrenzenden wärmeren Räumen erwärmen
- Heizkörper nicht durch Möbel, Verkleidungen oder Vorhänge verdecken
- keine Möbelstücke oder schwere Gardinen unmittelbar an Außenwände stellen bzw. hängen (Mindestabstand 10 cm)
- Temperaturen in Räumen, die regelmäßig genutzt werden, nicht unter 16 °C absenken

Wie schädlich ist Schimmel für meine Gesundheit?

Normalerweise sind Schimmelpilzsporen in niedrigen Konzentrationen harmlos, liegt allerdings ein größerer Schimmelpilzbefall im Innenraum vor, kann es unter Umständen zu gesundheitlichen Problemen kommen. Das Ausmaß der Gesundheitsgefährdung ist abhängig von der Intensität und von der Art des Befalles sowie der Empfänglichkeit der Raumnutzer.

Zahlreiche Studien zu den gesundheitlichen Auswirkungen von Schimmelpilzen sehen einen Zusammenhang zwischen der Belastung mit Schimmelpilzen und allergischen und reizenden Reaktionen. Die häufigsten Symptome sind z. B Schleimhautreizungen sowie Husten, Kopfweh oder Müdigkeit. In sehr seltenen Fällen können einige Schimmelpilzarten bei bestimmten Risikogruppen auch Infektionen hervorrufen. In keiner der bisherigen Studien konnte allerdings bislang festgestellt werden, ab welcher Konzentration mit gesundheitlich negativen Auswirkungen gerechnet werden muss.

Schimmelpilzwachstum wird daher im Innenraum grundsätzlich als ein umwelthygienisches Problem angesehen, das aus Vorsorgegründen nicht toleriert werden soll.

Wenn Sie unter gesundheitlichen Beschwerden leiden, von denen Sie befürchten, dass diese mit Schimmelpilzen zusammenhängen können, wenden Sie sich für eine individuelle Beratung an Ihre/Ihren Hausarzt/-ärztin bzw. eine/-n Facharzt/-ärztin für Umweltmedizin.

Ich habe Schimmel in der Wohnung, ist es sinnvoll eine Messung durchzuführen?

Grundsätzlich gibt es verschiedene Messverfahren, um Schimmelpilze im Innenraum festzustellen. Die Analysen sollten allerdings nur durch sachkundige Labore vorgenommen werden, da ein falsches Vorgehen bei den Messungen und Fehlinterpretationen der Ergebnisse sonst nicht auszuschließen sind.

Es gibt allerding keine verbindlichen Grenzwerte für Schimmelpilzkonzentrationen, bei deren Überschreitung zwingend gehandelt werden müsste. Bei bereits mit bloßem Auge erkennbaren Schimmelpilzbefall sollte man daher abwägen, ob eine Messung notwendig ist oder ob sofort Untersuchungen zur Ursachenermittlung und Sanierungsmaßnahmen ergriffen werden sollten.

Was muss ich tun, wenn ich einen Schimmelpilzbefall feststelle?

Betroffene Mieter sollten bei einem festgestellten Schimmelpilzbefall immer sofort den Hauseigentümer/Vermieter schriftlich hierüber informieren. Häufig gibt es allerdings zwischen Mietern und Vermie-

tern Streit darüber, wer für die Ursache und Beseitigung der Schäden verantwortlich ist. Der Fachbereich Gesundheit hat bei Miet- oder Eigentumswohnungen keine Möglichkeiten eine Ursachenermittlung durchzuführen oder den Vermieter oder Hauseigentümer aufzufordern Schimmelpilze in einer Mietwohnung zu beseitigen und/oder Ursachenermittlungen durchzuführen.

Daher sollten sich Mieter und Vermieter ggfs. von einem Rechtsbeistand oder von Mieter- bzw. Grundeigentümervereinen beraten lassen. Im Streitfall muss ggfs. durch ein unabhängiges Gutachten geklärt werden, ob bauliche Mängel oder ein fehlerhaftes Nutzerverhalten ursächlich für den Befall sind.

Die Ursachen für die Feuchtigkeit sollten durch z.B. einen Bausachverständigen ermittelt und eine Sanierung rasch und nachhaltig durchgeführt werden.

Bis zur Sanierung dauert es noch, was kann ich sofort tun?

Bei einem „kleineren" Befall oder wenn nicht sofort mit den Sanierungsmaßnahmen begonnen werden kann, sollten die befallenen Stellen möglichst ohne Staubverwirbelung z.B. mit 80%igem Ethylalkohol (aus der Apotheke) gereinigt und desinfiziert werden. Hierbei sollte Schutzkleidung getragen werden (Schutzhandschuhe, FFP 2-Maske, Schutzbrille). Darüber hinaus können befallenen Stellen übergangsweise mit einer Folie luftdicht abgeklebt werden, um zu verhindern, dass sich die Sporen über die Luft verbreiten.

Wie ist Schimmel zu entfernen und was muss dabei beachtet werden?

Bei einem großflächigen Befall sollte der Schimmelpilz fachgerecht durch qualifiziertes Personal beseitigt werden. Kleinere Schäden können Sie auch selbst beseitigen; Allergiker, Vorgeschädigte mit chronischen Erkrankungen der Atemwege sowie Personen mit geschwächtem Immunsystem sollten allerdings keine Sanierungen durchführen.

Bei glatten Flächen (Metall, Keramik, Glas) kann Schimmelpilzbefall mit Wasser und Haushaltsreiniger entfernt werden. Poröse Materialien wie z.B. Tapete, Gipskartonplatten, poröses Mauerwerk, können allerdings nicht gereinigt werden und müssen daher entsorgt werden.

Befallenen Möbel (Stühle, Schränke) sind oberflächlich feucht zu reinigen, zu trocknen und ggfs. mit 80%igem Ethylalkohol zu desinfizieren. Stark befallene Einrichtungsgegenstände mit Polsterung können nur selten mit vertretbarem Aufwand saniert werden und sind daher im Normalfall zu entsorgen.

Bei der Beseitigung des Schimmelpilzbefalls ist folgendes zu beachten:

- Eine Sanierung ohne gleichzeitige Beseitigung der Ursachen ist nicht sinnvoll, da früher oder später mit einem erneuten Befall zu rechnen ist
- geeignete Schutzkleidung in Form von Schutzhandschuhen, FFP2-Maske und Staubschutzbrille anlegen
- nach Beendigung der Sanierung Schutzkleidung waschen bzw. entsorgen
- während der Sanierung eine Ausbreitung der Schimmelpilze möglichst verhindern (Türen schließen, Ritzen abkleben etc.)
- im Raum befindliche Gegenstände, wie zum Beispiel Spielzeug, Lebensmittel, Kleidung etc. vor der Sanierung aus dem Raum entfernen oder abdecken
- nach der Sanierung Grundreinigung des betroffenen Zimmers durchführen

Wo erhalte ich noch mehr Informationen?

Auf der Internetseite des Umweltbundesamtes gibt es eine Vielzahl weiterer Informationen zu dem Thema „Schimmelpilze" diese sind hier zu finden:

Schimmel | Umweltbundesamt

Darüber hinaus steht Ihnen selbstverständlich der Fachbereich Gesundheit der Stadt Herne für die Beantwortung weiterer Fragen zur Verfügung.

Annika Vahrson
FB Gesundheit
Rathausstraße 6
44649 Herne
02323/163354
annika.vahrson@herne.de