



Will man das Asthma-Spray vermeiden, sollte man den Hausstaubmilben keine Chance geben und die Wohnung immer gut lüften.

Die Risiken des Energiesparens

Wer in einem zu gut isolierten Haus lebt, leidet häufiger unter Asthma. Der beste Schutz dagegen: Regelmässig lüften. **Von Felicitas Witte**

Auf so eine Studie haben Öko-Kritiker seit langem gewartet: Energiesparhäuser erhöhen das Risiko für Asthma, wie Forscher vom Europäischen Zentrum für Umwelt und menschliche Gesundheit an der Universität Exeter kürzlich herausgefunden haben («Environmental International», Bd. 75, S. 234). Richard Sharpe und sein Team hatten Daten von 777 Einwohnern und ihren Häusern in Cornwall analysiert. Wie energiesparend ein Haus war, massen sie anhand der Standard Assessment Procedure (SAP), mit der die jährlichen Kosten für Heizen, Strom und Ventilation sowie die CO₂-Emissionen berechnet wurden. Die SAP-Skala reicht von 1 bis 100, wobei Letzteres ein extrem energiesparendes Haus bedeutet.

Je höher die SAP, desto häufiger waren die Bewohner im Jahr zuvor wegen Asthma beim Arzt gewesen und desto öfter nahmen sie Asthmamedikamente. Bei einer SAP von mehr als 70 war das Risiko doppelt so gross wie bei einer SAP von 24 bis 60. «Die Leute isolieren wie wild und bauen absolut undurchlässige Fensterdichtungen ein, aber sie ändern ihre Lüftungsgewohnheiten nicht», sagt Dennis Nowak, Chef-Umweltmediziner an der Ludwig-Maximilians-Universität in München. «Sie vergessen, dass der Mensch durch Atmung, Schwitzen, Kochen und Duschen gut zwei Liter Flüssigkeit pro Tag an die Raumluft abgibt. Bei einer vierköpfigen Familie entspricht das locker einem grossen Eimer Wasser.» Würden dann die Bewohner nicht lüften, sagt Nowak, steige die Luftfeuchtigkeit an, was das Wachstum von Schimmelpilzen und Milben begünstige. «Denn die lieben es feucht und warm.»

Doch energiesparende Häuser erklären die Anfälligkeit für Asthma nur zum Teil. «Asthma entsteht durch ein kompliziertes Wechselspiel vieler Faktoren, Schimmelpilze und Hausstaubmilben sind nur zwei mögliche», sagt Ioana Agache, Expertin für Asthma bei der Europäischen Akademie für Allergie und klinische Immunologie (EAACI). Die Vererbung beeinflusst, wie empfindlich die Atemwege auf Reize aus der Umwelt reagieren. Ob Asthma ausbricht, hängt vermutlich von diesen Reizen ab. «Am besten nachgewiesen ist, dass Zigarettenrauch Asthma begünstigt», sagt Agache, «und zwar aktives oder passives Rauchen und sogar schon vor der Geburt.» Auch Allergien auslösende Stoffe wie Pollen, Tierhaare, Chemikalien oder Medikamente sind häufig für Asthma mitverantwortlich. «Es ist problematisch, sich – wie es in dieser Studie gemacht worden ist – nur auf einen oder zwei Risikofaktoren zu fixieren. Man muss immer die komplexe Entstehungsgeschichte berücksichtigen», sagt Agache.

Die Studie habe ausserdem die Schwäche, dass die Forscher zu wenig konkrete Fragen gestellt hätten, sagt Armin Schuster, Biologe am Institut für Umweltmedizin und Krankenhaushygiene an der Uniklinik in

«Die Leute isolieren wie wild und bauen absolut undurchlässige Fensterdichtungen ein, aber sie ändern ihre Lüftungsgewohnheiten nicht.»

Asthma

10%

So hoch ist der Anteil aller Kinder unter 15 Jahren, die unter Asthma bronchiale leiden.

2_x

so hoch ist für Knaben die Wahrscheinlichkeit, an Asthma zu erkranken, wie für Mädchen.

Freiburg im Breisgau. «So konnten sie nur eine Assoziation feststellen, über einen ursächlichen Zusammenhang sagt das noch nichts aus.» Hierzu hätten sie fragen müssen, ob nach Einzug in ein Energiesparhaus oder nach einem Umbau mehr Menschen erkrankt seien oder ob sich bei bereits an Asthma Erkrankten in solchen Gebäuden die Krankheit verschlimmert habe.

Andere Daten deuten allerdings auf einen kausalen Zusammenhang hin: Wissenschaftler aus den USA und aus Thailand bestätigten gerade mit einer umfangreichen Analyse von 69 Studien, dass Feuchtigkeit Asthma verschlimmert, vermutlich bedingt durch Hausstaubmilben und Schimmelpilze.

«Man kann das Asthma-Risiko ganz einfach senken», sagt Schuster, «indem man mehrmals täglich stosslüftet, die Wohnung gleichmässig heizt und weder Luftbefeuchter noch Raumsprays benutzt.» Gegen Milben hilft, wenn man die Wohntemperatur eher kühl und trocken einstellt, regelmässig putzt und bei Milbenallergie Schutzüberzüge für Matratzen, Kissen und Bettdecken verwendet. Verzichtet man zudem auf das Rauchen, tut man Lungen und Blutgefässen etwas Gutes. Neubauten solle man nicht beziehen, rät Schuster, bevor Beton, Zement und Estrich richtig ausgetrocknet seien. Denn manchmal entsteht schon während des Bauens Schimmel, zum Beispiel im Winter nach einem Wochenende, wenn die Fenster geschlossen waren. «Gut isolierte Neubau-Häuser sind in Ordnung, solange die Bewohner regelmässig lüften», sagt Nowak. «Aber wenn ein zugiger Altbau isoliert wird und man sich verhält wie zuvor, treten Probleme auf – so sicher wie das Amen in der Kirche.»

Schwache Beine



Diagnose
Andrea Six

Als die junge Frau in der Notaufnahme erscheint, kann sie sich kaum bewegen. Die Beine sind so furchtbar schwach und schmerzen furchtlich. Die krampfartigen Schmerzen hatten vor einem Monat begonnen, aber jetzt sind sie nicht mehr zu ertragen.

Die Ärzte testen die Muskelkraft der Beine und messen, dass das linke Bein nur gut halb so stark ist wie das rechte. Krankheiten an den Gelenken oder Knochen können sie aber keine entdecken. Sicherheitshalber behält man die Frau im Spital. Trotz starken Schmerzmitteln kann die Patientin zwei Tage später überhaupt nicht mehr laufen. Die Mediziner testen alles, aber der Grund für die Schmerzen bleibt im Verborgenen. Als die Frau bereits eine Woche im Spital ist, beginnt plötzlich ihr Herz zu rasen. Sie ist schweisssüberströmt, und Muskelzuckungen schütteln ihren Körper. Zwischen durch versteift sich ihr ganzer Körper in einem einzigen schmerzvollen Krampf.

Weil es ihr immer schlechter geht, wird sie auf die Intensivstation gebracht. Hier wird unter Narkose eine Probe der Rückenmarksflüssigkeit entnommen. Darin finden die Mediziner Abwehrzellen und Eiweissstoffe, die endlich eine Diagnose erlauben: Die Frau leidet an einer seltenen Krankheit des Immunsystems, dem Stiff Man Syndrome, neuerdings auch Stiff Person Syndrome genannt. Hierbei greift der Körper seine eigenen Nervenzellen an und sorgt so für schmerzhafte Muskelkrämpfe. Diese können so stark werden, dass die Muskeln die Knochen im Körper brechen.

Die Patientin erhält Medikamente, welche die Muskeln entspannen und das Immunsystem beruhigen. Bald kann sie das Spital verlassen.

Quelle: «Clinical Medicine Insights: Case Reports», 2014, Bd. 7, S. 139.

News

Gicht schützt vor Alzheimer

Wer an Gicht leidet, erkrankt seltener an Alzheimer. Dies ist das Ergebnis einer Studie von Forschern am Massachusetts General Hospital. Sie beobachteten 59 000 an Gicht erkrankte Personen und 239 000 Personen ohne Gicht während 5 Jahren. Es zeigte sich, dass das Risiko, an Alzheimer zu erkranken, bei den Gicht-Patienten um 24 Prozent geringer war («The Annals of Rheumatic Diseases», online). Verantwortlich für den Schutz könnten die erhöhten Harnsäurewerte sein, die zu einer Gichterkrankung führen, vermuten die Forscher. (tlu.)

Es kann gute Gründe geben, warum ein Mensch auf der Flucht ist. Wir setzen uns für ihn ein.

Helfen Sie uns dabei. Vielen Dank!



Spendenkonto PC 30-1085-7

