

Im Einklang mit der Natur

Holzhaus – gesundes Haus



Ein Haus aus Holz mitten in den faszinierenden Weiten Kanadas, aussteigen aus dem Alltagsstress und die Natur genießen ... Doch ein Holzhaus ist nicht nur naturromantisch, sondern auch gesund und lohnt sich daher auch in Deutschland gebaut zu werden. **Holz atmet, ist lebendig und steht für Wärme und Geborgenheit. Es wirkt temperaturlausgleichend, reguliert die Feuchtigkeit und, nicht zuletzt, es duftet angenehm.** Besonders Massivholz macht gesundes Wohnen auf einfachste Weise möglich. Die Fähigkeit von Massivholz überschüssige Feuchtigkeit in Räumen aufzunehmen, vorübergehend zu speichern und später regulierend wieder abzugeben, erzeugt ein für Mensch und Tier wohlthuendes Raumklima. Bedingt durch seine sehr geringe Wärmeleitfähigkeit besitzt Massivholz hervorragende Dämmeigenschaften – eine weitere Voraussetzung also für gesundes Wohnen. Wissenschaftlich belegt wurde, dass der Stresspegel in Räumen aus Massivholz deutlich niedriger ist. Das Herz schlägt hier einfach ruhiger, da die Luft mehr negativ geladene Ionen enthält, was sich auf die Herzfrequenz auswirkt. Kaum jemand weiß, dass der Harzgehalt im Holz eine elektrostatische reduzierende Wirkung hat. Zudem haben neueste wissenschaftliche Untersuchungen belegt, dass Bakterien auf Holz schneller absterben als beispielsweise auf Kunststoff – auch das bedeutet gesundes Wohnen. Neben all diesen wissenschaftlich nachweisbaren Faktoren leistet aber schon allein die warme, behagliche Atmosphäre, die Holz erschafft, einen wesentlichen Beitrag zum

gesunden Wohnen. Zudem ist die Wahl eines ökologischen Dämmstoffes, wie z. B. Kork, von hoher Bedeutung, um gesundheitsschädliche Wohnraumgifte zu vermeiden.

In der Wissenschaft ist es die Baubiologie, die Wohngesundheit zum Forschungsgegenstand macht. „Die Baubiologie ist die Lehre von den ganzheitlichen Beziehungen zwischen den Menschen und ihrer Wohnumwelt. Das Haus wird dabei als dritte Haut des Menschen bezeichnet. Baubiologisch orientiertes Handeln bedeutet Orientierung am Vorbild der Natur, die Vorsorge um eine lebenswerte Zukunft, für eine gesunde Wohnumwelt zu sorgen sowie verantwortungsbewusste Innovationen in der Baubranche“, erklärt der Baubiologe Peter Walkowiak von der LeonWood Blockhaus GmbH aus Teichland/Maust. Gesundes Wohnen passiert damit nicht nur unmittelbar im Holzhaus. Ökologisch und klimaneutral wohnen, bedeutet eine gesunde Flora und Fauna und damit auch Gesundheit für den Menschen.



Buchtipps: Das Holzhaus der Zukunft: Ökologisch bauen mit menschlichem Maß
von Marc Lettau u. Markus Mosimann
Rotpunktverlag, Zürich, 2012

