



Werden Sie jetzt  
Mitglied bei der  
IGUMED e.V.



## Ihre Beratung für ein gesundes Wohnumfeld

**L**iebe Leserinnen und Leser,  
wir, die IGUMED e.V. (Interdisziplinäre Gesellschaft für Umweltmedizin e.V.) sind eine Gesellschaft, die das Ziel hat, Ihnen als Patienten und Ratsuchenden bei umweltmedizinischen Fragen als Ansprechpartner zur Seite zu stehen. Wir möchten Ihnen aufzeigen und Sie aufklären, wie Sie sich vor Umweltschadstoffen in Ihrem täglichen Leben weitestgehend schützen können.

**Beginnend in unserem täglichen Wohnumfeld hat jeder Einzelne die Möglichkeit, den Fokus auf eine persönlich gesunde Einrichtung und Ausstattung zu richten. DARAUF SOLLTEN SIE ACHTEN:**

- Klein- und Vorschulkinder nehmen Schadstoffe schneller und stärker auf als ein Erwachsener. Die Verstoffwechslung geht schneller vonstatten, das Immun- und Nervensystem von Kindern befindet sich noch in der Entwicklungsphase und schon kleine Mengen an Schadstoffen können den Organismus von Kindern dauerhaft schädigen. Achten Sie auf Weichmacher in Plastikspielzeugen, Elektronik-erzeugnissen, umweltschädliche Textilien wie z.B. in Kuscheltieren, Vorhängen, Bettwäsche, Raumsprays und Duftsprays, die u. a. Asthma fördern können.
- Vermeiden Sie aber auch z. B. in der Küche Plastik und Konservendosen. Das Erhitzen von Speisen in der Mikrowelle oder auf einem Induktionsherd zerstört die Vitamine und Mikronährstoffe, die sich in unserer Nahrung befinden.
- Achten Sie bei der Wahl Ihrer Textilien auf einen bewussten Einkauf. Inzwischen sind Textilien teilweise mit Nanopartikeln, Chemikalien und Flammschutzmitteln behandelt, die möglicherweise hormonell wirksam sein können und über die Haut aufgenommen werden.

### Ihre IGUMED e. V. Sitz Hamburg Geschäftsstelle

Am Feger 5, 71063 Sindelfingen  
**tel:** +49 (0) 7031-7156265  
**fax:** +49 (0) 7031-7159355  
**mail:** info@igumed.de  
**web:** www.igumed.de

Als Berater in Umweltfragen, möchten wir Sie sensibilisieren, sich mit diesen Umweltschadstoffen, die wir hier nur kurz umreißen können, zu befassen und diese zu meiden. Weitere Informationen über schädliche Stoffe und eine entsprechende gesundheitliche Beratung können wir Ihnen durch den engen Kontakt zu unseren Mitgliedern vermitteln, unter denen sich Umweltmediziner, Komplementärmediziner, Wissenschaftler und Labore, aber auch Baubiologen, Architekten, Heilpraktiker und betroffene Patienten in Selbsthilfegruppen befinden. Außerdem steht uns ein Netzwerk umweltmedizinischer Berufsverbände zur Verfügung.

Werden Sie Mitglied bei der IGUMED e.V. und erhalten Sie somit quartalsmäßig kostenlos das Fachjournal "Umwelt-Medizin-Gesellschaft", das von den verschiedenen umweltmedizinischen Verbänden getragen wird. Hier werden schwerpunktmäßig aktuelle Themen zur Gesundheit und Umwelt veröffentlicht, die auch Sie in der einen oder anderen Art und Weise betreffen.

Die IGUMED e.V. gibt es bereits seit mehr als 25 Jahren. Wir sind stolz auf Ziele, die wir durch das Engagement unserer Mitglieder erreichen konnten und möchten uns auch in der Zukunft in der Umweltmedizin engagieren und die fließende Veränderung unserer Umwelt, die eine kontinuierliche und kritische Auseinandersetzung mit den damit verbundenen Auswirkungen erfordert, jedem Einzelnen näher bringen. Daher setzen wir uns dafür ein, dass nachteilige Veränderungen für den Menschen rechtzeitig erkannt werden und durch präventives Handeln Schaden abgewendet werden kann.

In diesem Zusammenhang weisen wir auch auf unsere jährlich stattfindenden umweltmedizinischen Jahrestagungen hin. Es lohnt sich in jedem Fall, die vielen und informativen Vorträge nationaler und internationaler Referenten zu hören.

Nähere Einzelheiten zum Programm erfahren Sie hierzu auch unter  
– [info@igumed.de](mailto:info@igumed.de) und  
– [office@europaem.eu](mailto:office@europaem.eu)

Wir würden uns freuen, Sie als neues Mitglied begrüßen zu dürfen und scheuen Sie sich nicht, sofern Sie weitere Informationen wünschen, uns zu kontaktieren.



# Baubiologie - häusliches Umfeld und gesundheitliche Zusammenhänge

*Schadstoffe umgeben uns mehr als wir denken. Sie sind versteckt in Textilien, Baumaterial u.v.m. Wir informieren Sie gern!*

**E**inflüsse des häuslichen Umfeldes sind ein großes Thema. Hierzu machen sich viele Menschen Gedanken und wünschen sich für ihre Familie ein gesundes Lebens- und Wohnumfeld. Doch was ist gesund? Hierüber wird viel gesprochen. Was ist wichtig, was ist sinnvoll und was ist tatsächlich erforderlich oder unumgänglich? Wir von der Baubiologie Layher möchten Sie informieren und zu dem Thema etwas mehr sensibilisieren, auf was Sie achten müssen und was an Reduzierung möglicher Einflüsse Sie berücksichtigen können.

Angefangen bei der Ernährung, stellen viele Menschen fest, wie wichtig es ist, zu hinterfragen, wie unsere Lebensmittel produziert werden, was die Tiere, die wir essen, zum Fressen hatten, wie unsere Nahrung hergestellt wird oder wie wir unser Essen zubereiten. Immer mehr Menschen machen sich zu diesen Themen fundierte Gedanken. Und es ist auch grundsätzlich richtig und notwendig, dass sich jeder bewusst für seinen Ernährungs- und Lebensstil entscheidet.

Die Einflüsse auf unsere Gesundheit sind vielseitig. Über unsere Ernährung hinaus ist es die Kleidung, als so genannte „Zweite Haut“ unmittelbar auf der Haut aufliegend, die höchstwahrscheinlich damit direkten Einfluss auf unseren Organismus und unser Immunsystem hat. Sicher ist dabei in jedem Falle, dass allergische Reaktionen meist schnell bemerkbar werden oder man sich auch einfach nicht wohlfühlt, wenn man etwas nicht verträgt.

Dies kann an den unterschiedlichsten Zuschlagstoffen im Herstellungsprozess und Vertrieb seinen Ursprung haben, aber auch im häuslichen Umfeld bei der Wäschepflege. Dies wird immer häufiger ein ernstzunehmendes Thema: wenn Wäsche keinen Kochwaschgang mehr erfährt und immer weniger Wasser zum Ausspülen der Waschmittelrückstände verwendet wird. Ökologie ist absolut wichtig – aber an der richtigen Stelle ist dies aus umweltmedizinischer Sichtweise neu zu überdenken. Auch die Fragestellung, wo z. B. der Wäschetrockner aufgestellt wird. Die Prozessluft für den Trocknungsvorgang ist die Umgebungsluft des jeweiligen Standortes!

## **URSACHEN VERSCHIEDENER ANZEICHEN FINDEN SICH IN UNSEREM NÄCHSTEN UMFELD**

Immer mehr Menschen haben Schlafprobleme, fühlen sich nicht ausgeruht und kämpfen sich so durch den Tag. Burn-Out, Stress, ADHS bei Kindern und Jugendlichen, Allergien usw.

.....  
**» Was ist es, was dem Immunsystem so zu schaffen macht? «**  
.....

Man spricht von der „Dritten Haut“ – unserem Wohnumfeld: Schadstoffe – Schimmelpilze – Elektromog sind im

häuslichen Umfeld ein allgegenwärtiges Thema. Nicht nur die so genannten „Altlasten“ der 70-er Jahre wie Holzschutzmittel Pentachlorphenol (PCP) und Lindan, Polychlorierte Biphenyle (PCB), Polycyclische Aromatische Kohlenwasserstoffe (PAK), Formaldehyd in Spanplatten und als Konservierungsstoff in Bauprodukten und Kosmetika, Asbest und Künstliche Mineralfaser „alter Generation“ (KMF), um nur einige der „Klassiker“ zu nennen, nein immer mehr chemische Substanzen, Zuschlagstoffe und neue Produktbeimischungen chemischer Herkunft sind ein allgegenwärtiges Thema. Moderne Schadstoffe lösen die bekannten Altlasten mehr und mehr ab. Ob diese alten Schadstoffe über die Jahre ausdünsten und nicht mehr wirksam sind, stellt sich häufig die Frage. Jahrhunderte können diese teilweise wirksam sein. Durch immer häufiger durchgeführte Energiesparmaßnahmen und der damit verbundenen Luftdichtigkeit können diese wieder neu zum Thema werden. Daher macht es Sinn, energetische Maßnahmen auch auf mögliche Nebenwirkungen hin zu betrachten. An welcher Stelle kommt die Luftdichtigkeit mit der Dampfbremse zum Einbau, wird der potentielle Schadstoff Holzschutzmittel ein- oder ausgesperrt? Bauphysikalisch absolut erforderliche Maßnahmen sind nicht zu bewegen, hier muß sorgfältig gearbeitet werden, um keinen anderen Bauschaden entstehen lassen zu können. Daher ist die tatsächliche Lage wie z.B. der Dampfbremse oder Dampfsperre ein absolutes Kriterium!



Die sorgfältige Ausführung der **LUFTDICHTIGKEIT** ist ein absolutes Muss! Im Falle von Leckagen kommt es zwangsläufig zu Warmluftverlusten durch Konvektion mit Folgen von Feuchtigkeitsanreicherung durch Kondensation bei Abkühlung und mikrobiellem Wachstum in der Dämmebene. Dies ist weder bautechnisch, bauphysikalisch wie auch gesundheitlich betrachtet zu tolerieren, geschweige denn zu akzeptieren! Dies betrifft bereits die Bauphase des Lebensumfeldes Haus oder Wohnung, wenn dem Objekt keine Zeit mehr gegeben wird für ein natürliches Austrocknen der Baustoffe. Der immer wieder angeführte Zeit- und Kostenfaktor ist richtig, aber bitte nicht auf Kosten Ihrer Gesundheit.

Auch im Laufe der Jahre können sich weitere Faktoren hinzuaddieren, beispielsweise bei einem Wasserschaden mit **SCHIMMELWACHSTUM** im Bodenaufbau „schwimmender Estrich“. Hier ist bereits die Planung von Trocknung und Sanierung des Wohnraumes entscheidend für den Erfolg und das Ergebnis eines gesunden Wohnumfeldes.

Der dritte Block des Lebensumfeldes betrifft den Bereich physikalischer Einflüsse, auch **ELEKTROSMOG** genannt. Betrachtet man das ursprüngliche natürliche elektromagnetische Umfeld der Natur, so stellt dies in vielen Fällen mit seiner ungestörten Natürlichkeit eine wichtige Lebensgrundlage und Orientierung jedes Organismus dar. Darüber gelagert kommen immer mehr unnatürliche Einflüsse, Strahlung, Funk und Störung vieler Funktionen. Bereits jede Elektroinstallation ist in seiner Bereitstellung hinsichtlich elektrischer Felder wirksam. Dies kann durch Abschaltung, Ausstecken von Geräten,

Installation abgeschirmter Leitungen bei Renovierung und Neubau bereits deutlich reduziert werden. Unmittelbare Einflüsse sind bei vielen Menschen der Fall, ohne dass sie wissen, worauf sie tatsächlich reagieren. Diesen Bereich „Elektrosmog“ gibt es seit der Installation von Elektrizität in unserem Umfeld. Sicher wird dies immer wieder angezweifelt, ob und wie dies tatsächlich auf den Menschen Einfluss nehmen würde. Hierzu können alle Beispiele medizinischer Anwendungen unterschiedlicher Frequenzen für Therapiemaßnahmen herangezogen werden. Wirkung und Nebenwirkung lautet das Prinzip.

Jeder will heute überall erreichbar sein, was nur noch mit Mobilfunk entsprechender Dichte und Frequenzdifferenzierung möglich ist. Hierbei darf jeder für sich selbst und seine Lieben den bewussten Umgang mit all den Medien praktizieren.

Ein besonders wichtiger Punkt ist das natürliche, ungestörte **ERDMAGNETFELD**. Dies ist entscheidende Lebensgrundlage und Orientierung. Mancher fragt sich, weshalb man sich im Bett nicht wohlfühlt und schon gar nicht gerne dort hin will oder es wieder verlässt. Der Schlafplatz ist der wichtigste Ort der Regeneration, der sensibelste Ort, an welchem die Vorsorgewerte höchste Priorität haben. Alle ferromagnetischen Materialien wie klassische Federkernmatratzen, Stahlkonstruktionen, Baustahl in Betondecken, aber auch Heizkörper, Lautsprecherboxen und diese auch im Telefonhörer, Handy usw. können ganz massiv das Erdmagnetfeld stören. Wenn Sie nun auch noch etwas sensibilisiert auf Mondrhythmen reagieren, gibt es möglicherweise dabei einen zusätzlichen Einfluss.

*Macht uns dies alles krank? Werden wir immer empfindlicher? Oder warum reagieren die Menschen und deren Immunsystem darauf?*

*Sehr häufig dürfte es auch die Zusammenwirkung unterschiedlicher Substanzen und aller Einflüsse sein. Ein sensibilisierter Patient, dessen Immunsystem bereits angeschlagen ist, reagiert hier möglicherweise zusätzlich.*

*In der bundesweiten Zusammenarbeit mit Umweltmedizinerinnen und Patienten haben wir die Erfahrung in Analytik und Ursachensuche und können Sie sachkundig begleiten und die für Sie hilfreichen Lösungen erarbeiten.*

## BAUBIOLOGIE LAYHER

Sachverständigenbüro  
und Umweltanalytik



**Baubiologie Layher**  
**Paul Layher**

Birkenäckerweg 2  
71522 Backnang  
tel: +49 (0) 7191 - 950012  
mail: info@baubiologie-layher.de  
web: www.baubiologie-layher.de



**Gesundheit,  
Ihr höchstes Gut –  
es geht um Ihr  
Wohnumfeld!**



**Als zertifizierte Sachverständige sind wir für Sie analysierend, beratend und begleitend in folgenden Bereichen tätig:**

- › Begehung und **Begutachtung** bei akuten Schäden und zur Schadensprophylaxe.
- › **Wohnraum- und Hausbegehung** beim Kauf von Eigentum, Renovierung bzw. Sanierung.
- › **Begleitende Betreuung** von Neubau-, Ausbau-, Umbau- und Sanierungsmaßnahmen.
- › **Luftdichtheitsprüfung** mit Blower Door als  $n_{50}$ -Wert sowie mit Nebel zur Leckageortung.
- › **Raumluft- und Materialanalysen** bei akutem mikrobiellem Befall mit Schimmel und bei Verdacht auf verborgene Schäden.
- › **Messungen und Analysen** bei Wasser-, Feuchte- und Schimmelpilzschäden.
- › **Raumluftuntersuchung und Schadstoff-Analysen** chemischer Komponenten, auch in Baustoffen und Materialien.
- › **Messung von Elektromog** häuslichen Ursprungs und äußerer Einflüsse wie z. B. Mobilfunkstrahlung etc.
- › **Abschirmtechniken gegen Elektromog** von außen und Reduzierung häuslicher Einflüsse.
- › Dienstleister im Bereich fachgerechter **Beseitigung mikrobieller Schäden** einschließlich Feinreinigung und Beseitigung sekundärer Kontaminationen jeglicher Art.
- › **Mietgeräte Sicherheitssauger** mit H-Zulassung, Gebläse für Unterdruckhaltung und Systeme für Raumluftreinigung.

## **BAUBIOLOGIE LAYHER**

**Sachverständigenbüro  
und Umweltanalytik**



**Paul Layher**

Baubiologe IBN

- › Sachverständiger für Schimmelpilzbewertung und Schimmelpilzbeseitigung
- › Messtechniker für elektromagnetische Analysen
- › Interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Umwelt- und Komplementärmedizinern.

[info@baubiologie-layher.de](mailto:info@baubiologie-layher.de)



**Nico Layher**

Staatl. geprüfter Bautechniker (FH)  
Zimmermann und Treppenbauer  
Baubiologe IBN

- › Sachverständiger für Schimmelpilzbewertung und Schimmelpilzbeseitigung
- › Sachverständiger für Bauschadenbewertung
- › Zertifiziert nach VDI 6022 für RLT zur Durchführung von Hygieneinspektionen

[info@bautechnik-layher.de](mailto:info@bautechnik-layher.de)

Mitglied bei der  
Interdisziplinären  
Gesellschaft für  
Umweltmedizin e.V.  
[info@igumed.de](mailto:info@igumed.de)  
[www.igumed.de](http://www.igumed.de)



Birkenäckerweg 2 · 71522 Backnang  
Telefon 07191-950012  
Fax 07191-950014  
[info@baubiologie-layher.de](mailto:info@baubiologie-layher.de)  
[www.baubiologie-layher.de](http://www.baubiologie-layher.de)



Geprüfter Sachverständiger  
**PersCert®**

