

Praxisgemeinschaft für integrative Medizin  
**Dr.med. Rudolf Maas/Dr.med. Peter Schwidtal**  
*Fachärzte für Innere Medizin-Naturheilverfahren*  
*Chirotherapie-Umweltmedizin-Akupunktur-Sportmedizin-Ernährungsmedizin-Reisemedizin*  
**Mechtild Rath**  
*Fachärztin für Allgemeinmedizin-Homöopathie-Naturheilverfahren-Rehabilitationswesen*  
**Dr.med. Susanne Beckmann**  
*Fachärztin für Allgemeinmedizin*  
59494 Soest, Hansastr.7      Tel.: 02921/13540      Fax: 02921/15405  
[www.praxis-am-hansaplatz.de](http://www.praxis-am-hansaplatz.de)

---

**Information für unsere Patienten:**

## **So beugen Sie Schimmelpilz in der Wohnung vor:**

**Um Schimmel-Befall Ihrer Wohnung vorzubeugen oder ihn möglichst schnell wieder los zu werden, sollten Sie folgende Tipps des Deutschen Mieterbundes befolgen:**

- Mehrmals am Tag fünf- bis zehnminütiges Stoßlüften.
- Mit einem Hygrometer die Luftfeuchtigkeit in den Wohnräumen kontrollieren und das Lüftungsverhalten anpassen.
- Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen geschlossen halten.
- Auch bei Regen lüften; je kälter und windiger es draußen ist, desto kürzer sollte man lüften.
- Je mehr Personen sich in den Räumen aufhalten, desto feuchter wird die Luft. Um so häufiger muss gelüftet werden.
- Möbel nicht direkt an der Wand platzieren - schon gar nicht an einer Außenwand! Hinter den Möbeln kann die Luft nur schlecht zirkulieren. An kalten Außenwänden kondensiert die Feuchtigkeit aus der Raumluft: Ideale Bedingungen für das Schimmelpilz-Wachstum.

**Bei großflächigen Schimmelstellen nicht überstreichen. Betroffene Stellen sind zu trocknen und neu zu verputzen.**